

# Gymnastik morgens am Nordseedeich in Burhave

**SEMINAR** AWO-Nordseesport absolviert mit 20 Aktiven ein Sportseminar – Bowling neu im Programm

**WILHELMSHAVEN/MÜN** – Nachdem die Aktivitäten der AWO-Nordseesport-Gruppe durch die Pandemie monatelang auf Eis lagen und Titelkämpfe und Sportfeste abgesagt wurden, absolvierten 20 Aktive der Gruppe unter der Leitung von Doris Tjarks in Burhave ein Sportseminar.

Die fünf Tage in Butjadingen standen unter dem Motto „Sport einmal anders.“ Statt Leichtathletik, Schwimmen und Kegeln lernen die Teilnehmer neue Sportarten kennen: Vor dem Frühstück gab es Gymnastik in der Halle oder vor dem Deich direkt an der Nordsee. Im Friesengolf waren Geschicklichkeit, Kraft und Ausdauer gefragt.

Auch Bowling gehört ab sofort zum wöchentlichen AWO-Sportprogramm. Und auch dafür wurde in Burhave trainiert. Doris Tjarks: „Beim nächsten Inklusionssportfest wollen wir in dieser Sportart fit sein.“

Auch in den Alltag wurde



Ein Sportseminar in Burhave absolvierte die AWO-Nordseesport-Gruppe.

FOTOS: T.JARKS/P

die Bewegung nach der langen Sportpause integriert. Tjarks: „Den Kilometer bis zum Ortskern haben wir immer zu Fuß zurückgelegt.“

Die Beine wurden auch mit dem Tretmobil trainiert. Im Außensportbereich konnten die Teilnehmer zudem ihr Eigengewicht heben oder Pendelbeine oder die Körperdreh-scheibe nutzen. Bewegungsspiele am Abend rundeten den Tag ab. Am Ende des Seminars stellten, so Tjarks, alle fest, dass es schöne und erfolgreiche Tage mit Spiel, Spaß und viel Bewegung waren.

Die Aktiven und die Begleiter, darunter die Betreuer Marion Tjarks und Eugen Hoch, bedankten sich am Ende bei den Sponsoren, die die Fahrt ermöglicht hatten – die August-Desenz-Stiftung, der Förderverein Behindertensport, die Gerd-Möller-Stiftung, die Nord-West-Oelleitung und die Stiftung Oldenburgischer Generalfonds.