

Wiederaufnahme der Sportstunden in unseren Sportstätten

Liebe Sportfreunde,

in unserer letzten Vorstandssitzung am 31. August 2020 war der Wiedereinstieg und die Fortführung unserer Sportstundenein ein wichtiges Thema.

Dazu kann folgendes mitgeteilt werden:

Walkinggruppe:

Erstmals wieder zur Außentour am Mittwoch, 9. Sept. um 18:00 Uhr, Ampfing/Lagune
Weitere Termine ab 16. September um 18:00 Uhr, Treffpunkt Parkplatz Eisstadion.

Kegelgruppe:

Erstmals wieder ab Dienstag, 8. September im Sportzentrum Aschau.
Aufgrund der besonderen Umstände wird in 2 Gruppen mit jeweils 8 Personen trainiert.
Die 1. Gruppe beginnt um 17:00 Uhr,
die 2. Gruppe um 18:30 Uhr.
Informationen dazu bei Karl Korn, Telefon (08638) 1298.

Wassergymnastik:

Der erste Termin ist am Dienstag, den 6. Oktober um 15:30 Uhr.
Besondere Maßnahmen (Duschen usw.) erfahren wir rechtzeitig.

Herzsportgruppe, Diabetiker-, Asthma/COPD-Gruppe, Gymnastik- und Orthopädiegruppe:

Bis jetzt ist die Dreifachturnhalle noch nicht freigegeben. Das heißt, ein Beginn dieser Sparten ist in der Halle noch nicht möglich.
Auch hier gilt: Ab und zu auf unsere Homepage ins Internet gehen und hier die aktuelle Situation nachlesen. An den Anfangszeiten wird sich nichts ändern.

Für alle Sparten gilt ausnahmeslos:

Hygienevorschriften wie, Maske tragen (im aktiven Sportteil der Übungsstunde nicht notwendig), Hände desinfizieren usw. beachten und anwenden! Natürlich kann auch persönliches Desinfektionsmaterial Verwendung finden.

Desweiteren in den einzelnen Sportstätten die besonderen Hinweise beachten wie Benutzung der Ein- und Ausgänge, Umkleieräume, Toiletten. In der Turnhalle des Gymnasiums werden wir Desinfektionsmaterial bereitstellen, das für Desinfektion (Hände) sowie für benützte Sportgeräte Verwendung finden wird.

Grundsätzlich gilt auch wie schon in einzelnen Übungsstunden vor der Sommerpause:

Unbedingt die „Einverständniserklärung zur Teilnahme am Rehabilitationssport und unseren anderen Sparten während der Corona-Pandemie“, wenn nicht schon geschehen, ausgefüllt und unterschrieben, in der jeweiligen Sportstunde abgeben.

Diese Teilnahmebestätigung wurde dem letzten Reha-SV-Aktuell Nr. 140 beigelegt, kann aber auch von unserer Homepage heruntergeladen und ausgedruckt werden.



Reha-SV-Aktuell

Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V.

Verein für Rehabilitations- und Behindertensport

Ausgabe Nr. 141 – September 2020

Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V. – Rudi Jank, Meisenweg 64, 84478 Waldkraiburg

Terminvorschau:

16. Sept. -6. Okt.:
Stadtradeln
(siehe Seite 2)

3. Oktober:
**Vereins-
Wanderausflug**
(siehe Seite 4)

Immer gut informiert:
**www.reha-sv-
waldkraiburg.de**

Liebe Sportfreunde ...

das erste Halbjahr 2020 war geprägt von der Corona Pandemie, die uns im Sportbetrieb und auch in der Vereinsverwaltung für vierzehn Wochen völlig lahmgelegt hat. Dies war eine schwierige Zeit für uns alle. Die unaufschiebbaren Entscheidungen haben wir jeweils im engeren Vorstand beraten und die notwendigen Schritte eingeleitet. Erst Mitte bis Ende Juni konnten wir die Aktivitäten wieder teilweise aufnehmen. Wir hoffen sehr, dass es nach den Ferien wieder möglich sein wird, zu den gewohnten Zeiten und Örtlichkeiten unserem Sport nachgehen zu können (siehe Seite 4).

Wir bedanken uns bei Euch allen für Eure Geduld und Verständnis zu der gegebenen Situation.

Wir werden sehen, was die kommenden Wochen bringen. Im letzten Aktuell haben wir Euch umfangreich über die Vorschriften zur Corona Pandemie informiert. Alles Wichtige dazu ist auch auf der Startseite unserer Homepage nachzulesen und abrufbar! Bitte beachtet nach wie vor all die Dinge, die uns alle zwar da und dort etwas behindern, aber doch notwendig sind.

Nachdem wir leider den Vereinsausflug absagen mussten, sind wir bemüht, den traditionellen Herbstwanderausflug zu organisieren. Näheres hierzu auf der beiliegenden Einladung mit Anmeldung.

Mit sportlichen Grüßen

Eure Vorstandschaft mit dem Team der Übungsleiter/Innen

Spiel, Spaß und Bewegung im Reha-Sportverein Waldkraiburg

■ Herzsportgruppe ■ Diabetiker-Sportgruppe ■ Gymnastikgruppe ■ Kegelgruppe ■ Asthma/COPD-Gruppe ■
■ Orthopädiegruppe ■ Walkinggruppe ■ Wassergymnastikgruppe ■

Herausgeber: Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V. – Verein für Rehabilitations- und Behindertensport
Verantwortlich für den Inhalt: Rudi Jank, Erster Vorsitzender, Meisenweg 64, 84478 Waldkraiburg, Tel. (0 86 38) 17 96
Herstellung: Das Reha-SV-Aktuell-Team.

Der Reha-Sportverein Waldkraiburg e.V. wird unterstützt durch
das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration
sowie durch diverse Krankenkassen im Rehabilitationssportbereich, durch Mitglieder in Form von Mitgliedsbeiträgen, Geldspenden und ehrenamtlicher Arbeit im Verein.

Der erste Vorsitzende hat das Wort:

Liebe Sportfreunde,

das Jahr 2020 hat uns allen mit der Corona Pandemie einiges abverlangt. Vieles an Gewohntem war von einem Tag auf den anderen plötzlich anders. Auch die Vereinsverwaltung war deshalb enorm eingeschränkt. In vielen Dingen musste improvisiert werden, Entscheidungen im engeren Vorstand beraten oder auch gelegentlich einsame Entscheidungen getroffen werden. Mich persönlich haben die Einschränkungen sehr mitgenommen.

Hinzu kam die notwendige Absage der für Mitte Mai vorgesehenen außerordentlichen Mitgliederversammlung. Hier sollte die Neuwahl einer*s ersten Vorsitzenden stattfinden. Da dies nicht möglich war habe ich mich dazu entschieden, mein Amt doch noch auch in der zweiten Jahreshälfte auszuüben.

Zwischenzeitlich hat mir die Amtsführung erneut vielerlei Belastungen gebracht, auf die ich hier nicht näher eingehen möchte. Ich habe sie dem engeren Vorstandsteam am 6. August ausführlich dargelegt. So haben sich meine Probleme mit dem Tinnitus enorm verstärkt. Im März war ich im Schlaflabor von Robert Gerritsen. Hier wurde eine hochgradige Schlafapnoe diagnostiziert die mich zwingt, in der Nacht eine Atemmaske zu benutzen. Auch dies ist sehr belastend.

Es war deshalb notwendig, eine Entscheidung zu treffen, die die Belastungen verringern. Dies geht nur durch den Abbau von Stress-Situationen, denen ich bei der Vereinsarbeit nicht ausweichen kann.

In der schon o.g. Besprechung des engeren Vorstandes am 6. August habe ich Wolfgang Eibert gebeten, mich ab sofort bis zur regulären Mitgliederversammlung im Januar 2021 in seiner Eigenschaft als zweiter Vorsitzender zu vertreten.

Ich hoffe, dass dadurch keine Einschränkungen in der Vereinsarbeit auftreten und so bitte ich Euch alle, Wolfgang auf's Beste zu unterstützen. Soweit Rat und Hilfe notwendig sind, werde ich diese gerne geben.

Für Euer Verständnis bedanke ich mich schon jetzt an dieser Stelle.

Euer Rudi Jank

Wir machen mit beim „Stadtradeln“

Das Stadtradeln der Stadt Waldkraiburg wird **vom 16. Sept. bis 6. Okt.** durchgeführt.

Für Fragen dazu steht zur Verfügung: **Michael Bartesch**

Tel.: 08638 - 88 98 00 – Mobil: 0170 - 8 17 01 03 (auch gerne WhatsApp)

Wichtige Vereinsnachrichten in Kürze:

■ Liebe Mitglieder und aktiven Teilnehmer in den Sportstunden

Da immer wieder, besonders jetzt wegen der Zeit in der immer noch anhaltenden Corona-Pandemie, sich von heute auf morgen etwas in unserem Übungsbetrieb kurzfristig ändern kann: Nützt die Informationen auf unserer Homepage, die Michael (unser Webmaster), hier zeitnah einstellt und veröffentlicht. Desweiteren sind wir auch bemüht über die Waldkraiburger Nachrichten wichtige Informationen weiterzugeben.

Aber auch untereinander ist ein persönlicher oder telefonischer Informationsaustausch zwischen den Mitgliedern vorteilhaft und dienlich!



■ Liebe Übungsleiter/innen

Michael Neumann, Übungsleiter in der Gymnastikgruppe, hat sich bereit erklärt, die Übungsleitereinsätze in den Sportstunden, die jeweils in der Dreifachturnhalle stattfinden, zu koordinieren. So soll gesichert werden, dass in den jeweiligen Sparten Übungsleiter/innen in gesicherter Anzahl zur Verfügung stehen. Er wird deshalb zusammen mit allen Übungsleiter/innen einen Einsatzplan erstellen.

Bitte unterstützt Michael bei seinen Bemühungen für einen gesicherten und geordneten Übungsleitereinsatz!

■ Dringende Bitte an unsere Herzgruppen-Ärzte/-Ärztin

„Ohne ärztliche Betreuung ist ein Übungsbetrieb in Herzgruppen nicht erlaubt!“

Natalia Fleick, Übungsleiterin in der Diabetiker- und Herzsportgruppe hat ab 2020 die Planung für den Ärztteeinsatz übernommen. **Liebe Ärzte:** Auch wenn ein geordneter Übungsbetrieb im zweiten Halbjahr 2020 wegen der Corona-Pandemie noch nicht gesichert ist, tragen Sie sich bitte zeitnah nach Erhalt der Terminliste in diese ein. Vielen Dank!

■ Vielen herzlichen Dank allen Spendern die uns durch finanzielle Leistungen unterstützt haben. Eingegangen sind

- 20,00 Euro von Magiera Sylvia
- sowie 12,50 Euro aus Aufrundungsbeträgen beim Sportbekleidungsverkauf.

■ Fundsache

Beim ersten Vorsitzenden Rudi Jank wurde eine Fundsache abgegeben. Es handelt sich um eine Damenbrille mit Metallgestell, oberer Querträger bunt eingefärbt. Wer vermisst sie? Bitte bei Rudi Jank (Tel. 08638-1796) melden.

■ Verordnungen zum Reha Sport

Von der Herz-LAG Bayern und vom BVS sind wir informiert worden, dass auf Grund der Corona-Pandemie sich die Laufzeiten der genehmigten Verordnungen automatisch um sechs Monate verlängern. Auskunft dazu kann Wolfgang Eibert geben.

■ Die Brillensammlung für den Lions Club geht nach wie vor weiter. Bitte beim Vorstand in den Sportstunden abgeben. Vielen Dank!

■ Bei Änderung der Bankverbindung oder Anschrift

Bitte unbedingt Mitteilung an Sylvia Bärthelt: Per eMail an kasse1@reha-sv-waldkraiburg.de oder an den 2. Vorsitzenden Wolfgang Eibert, Zeppelinstraße 24b, 84478 Waldkraiburg. Telefon (0 86 38) 9823809 od. 2099951 – eMail: stellv-vorsitz@reha-sv-waldkraiburg.de

Einladung zum Vereins-Wanderausflug am Samstag, 3. Oktober 2020

Auf stillen und schmalen Wegen von Seeon aus um den Grießsee herum und nach Seeon zurück

Da die Corona-Pandemie für dieses Jahr einen Wanderausflug in den Bergen nur unter besonderen Umständen zulässt, hat sich die Vorstandschaft entschlossen eine Herbstwanderung in das Gebiet zwischen Seeon und Grießsee zu unternehmen. Es gibt dort viele kleine, stille und reizvolle Wege in Naturschutzgebieten, die es zu erwandern gilt. Auch Kultur und Sehenswürdigkeiten laden zum Rasten ein. Auf unserer Homepage ist ein Beitrag von der „Vorbereitungstour“ zu lesen!

Da Seeon nicht weit entfernt liegt, werden wir mit Privat-PKW's anreisen und bilden hierzu Fahrgemeinschaften, natürlich gegen Kostenbeteiligung für den Fahrer.

Gestartet wird am „Waltenbergstüberl“, Waltenbergweg 3, Seeon, das wir etwa nach 3,5 Stunden gemeinsam und kurzweiligen Wanderns bei zirka 7 Kilometer wieder erreichen und uns hier verköstigen und erholen können.

Treffpunkt und Abfahrt ist um 8:00 Uhr in Waldkraiburg beim Gymnasium; hier werden wir Fahrgemeinschaften bilden. Zwischen 16:00 und 17:00 Uhr werden wir wieder zuhause sein.

Was noch zu beachten ist: Bitte geeignetes Schuhwerk für Wald- und Wiesenwege, evtl. Walkingstöcke sowie der Witterung angepasste Bekleidung tragen. Für unterwegs etwas zu Trinken und kleinere Brotzeit in den Rucksack packen. Evtl. notwendige Medikamente mitnehmen.

Also freuen wir uns jetzt schon auf eine schöne Herbstwanderung am 3. Oktober 2020!

----- Bitte hier abtrennen! -----

Anmeldung zum Wanderausflug am Samstag, 3. Oktober 2020

- Bitte bis spätestens Freitag, **25. September 2020** anmelden!
Diese Anmeldung kann bei den Übungsleitern in den Sportstunden bzw. direkt bei Wolfgang Eibert in der Herzgruppe abgegeben werden.

Sollten noch keine Sportstunden in der Turnhalle möglich sein:

Anmeldung **telefonisch** unter den Nummern (0 86 38) 98 23 809 oder 20 999 51.

Mittels **eMail**: eibert.dv@t-online.de oder **Fax**: (0 86 38) 98 23 813

- Hiermit melde ich mich zum Wanderausflug an:

Name(n) und Vorname(n):

Telefon

Suche Mitfahrgelegenheit!

Ich nehme folgende Personen mit – bzw. kann _____ Personen mitnehmen:

Name(n) und Vorname(n):

Telefon

Ort, Datum:

Unterschrift der anmeldenden Person:

