

Ausschreibung

Aktionstag Segeln



Liebe Mitglieder*innen und Freund*innen von Special Olympics NRW,

den Wind und die Wellen auf dem Wasser erleben und die eigenen Kräfte auf dem Boot messen. Diese besondere Erfahrung möchten wir gemeinsam mit euch, bei unserem Aktionstag in der Sportart Segeln, machen.

Wann: 13. Mai 2022 / 9:30 – ca. 16:00 Uhr

Wo: Yachtclub Möhnensee e.V.

Die erfahrenen Mitglieder*innen des Yachtclub Möhnensee werden mit euch den abwechslungsreichen Sport Segeln ausprobieren und jede Menge Tipps und Tricks für euch bereithalten. Neben dem Erlernen der Sportart steht aber natürlich der Spaß am und auf dem Wasser an erster Stelle!

Egal ob du Anfänger*in und Fortgeschrittene*r bist, im Segeln macht Jede*r schnell Fortschritte, daher sind individuelle Erfolgserlebnisse vorprogrammiert, ob mit oder ohne Erfahrung.

Der Aktionstag richtet sich an Menschen mit und ohne geistige Beeinträchtigung, sowie deren Familien und Freund*innen.

Bei der Aktion möchten wir euch zum einen die Möglichkeit geben, diese abwechslungsreiche Sportart einmal auszuprobieren. Ist nach unserem Aktionstag euer Interesse geweckt und ihr wohnt im Umkreis des Möhnesees, dann werdet Teil eines inklusiven Segelteams. Nehmt an den regelmäßigen Angeboten des Yachtclub Möhnensee e.V. teil und sammelt Segelerfahrungen.

Voraussetzung für die Teilnahme am Segeln ist, dass ihr schwimmen könnt. Alle Teilnehmer*innen erhalten vor Ort eine Schwimmweste. Der See, in dem der Aktionstag stattfindet, ist ein sicheres Gewässer.

Die Corona-bedingten Abstandsregelungen können auf der Anlage problemlos eingehalten werden. Darüber hinaus gilt die 3G-Regel (alle Teilnehmer*innen müssen getestet, geimpft oder genesen sein).

Wir freuen uns über eure Teilnahme!

Euer Team von Special Olympics Nordrhein-Westfalen

Hauptsponsor:

westenergie



I Allgemeine Informationen

Datum Freitag, 13. Mai 2022 von 09:30 – ca. 16:00 Uhr

Veranstalter/Ausrichter Special Olympics Nordrhein-Westfalen e.V.
Leuthardstraße 9, 44135 Dortmund

Ansprechpartner: Nico Herrmann
n.herrmann@specialolympics-nrw.de
Tel.: 0176-57867445

**Austragungsort &
Kooperationspartner:** Yachtclub Möhnensee e.V.
Möhnestr. 14
59519 Möhnensee
<http://ycm.de>



Teilnehmerzahl: Max. **10 Athlet*innen und Partner*innen**
(entscheidend ist der zeitliche Eingang der Anmeldung!)

Teilnahmeberechtigt: Athlet*innen mit geistiger und mehrfacher Behinderung ab dem 12. Lebensjahr sowie Partner*innen ohne geistige Beeinträchtigung. Die Sporttauglichkeit der Teilnehmer*innen bestätigen die entsendenden Vereine/Einrichtungen/Personen mit ihrer Anmeldung. Einen Fragebogen zur Einschätzung der Sporttauglichkeit finden Sie am Ende der Ausschreibung.
Alle Teilnehmer*innen müssen schwimmen können.

Delegationsgröße: Ein Betreuer*innen/Sportler*innen-Verhältnis von 1:3 wird dringend empfohlen,
ein Verhältnis von 1:4 ist Pflicht.

Sicherheitshinweise: Mindestalter von 12 Jahren!
Keine Angst vor tiefem Wasser!

Sonstiges: Schwimmwesten werden gestellt!
Teilnehmer*innen sollten mitbringen:

- Handtuch & Wechselkleidung
- Regenjacke und -hose
- Kopfbedeckung
- Schuhe mit heller Sohle (z.B. Hallenschuhe)



II Registrierung/ Anmeldung

Versicherung: Das Vorliegen der Sporttauglichkeit muss durch die entsendende Delegation bestätigt werden (siehe Online-Anmeldung). Der Abschluss einer Unfallversicherung wird für jede/n Teilnehmer/in empfohlen. Dies ist eine freiwillige Zusatzversicherung! Der Veranstalter/Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung bei Sachschäden oder beim Verlust von Gegenständen!

Anmeldung: Anmeldung bis zum 30. April 2022 über unser Anmeldeformular. Zur Anmeldung gelangt ihr **HIER**

Teilnahmegebühr*:

| | Mitglieder | Nicht-Mitglieder |
|-------------------------|------------|------------------|
| Athlet*innen | kostenlos | 10,00€ |
| Unified Partner*innen** | kostenlos | 10,00€ |

*In der Teilnahmegebühr sind folgende Leistungen enthalten: Leihmaterial für die Teilnehmer*innen und Kosten der Veranstaltungsorganisation

** Als Unified Partner*innen gelten bei dieser Veranstaltung auch Familienangehörige

Die Rechnungsstellung erfolgt nach der Veranstaltung!

Verpflegung: Es besteht die Möglichkeit, vor Ort kleine Snacks, Getränke und warme Speisen käuflich zu erwerben.

| | | |
|----------------------------------|---------------|---|
| Ablauf (unter Vorbehalt): | 09:30 Uhr | Begrüßung am Veranstaltungsort |
| | 10:00 Uhr | Ausgabe Schwimmwesten Einteilung der Gruppen |
| | 10:30 Uhr | Einweisung und Erläuterungen |
| | 11:00 Uhr | Training auf dem Wasser |
| | 13:00 Uhr | gemeinsames Mittagessen |
| | 13:45 Uhr | Start in die Nachmittagssession |
| | ca. 16:00 Uhr | Verabschiedung und Ende der Veranstaltung |

Letzte Infos Ca. eine Woche vor der Veranstaltung erhalten Sie per Mail die letzten Infos zum Ablauf.



Anhang 1: Einschätzung der Sporttauglichkeit

Der folgende Fragebogen soll Teilnehmer*innen bzw. deren Eltern/gesetzlich Betreuenden helfen, ihre Sporttauglichkeit einzuschätzen. Bitte gehen Sie mit jeder/m Teilnehmer/in die folgenden sieben Fragen sorgfältig durch und beantworten diese ehrlich mit ja oder nein.

| | | Ja | Nein |
|---|--|----|------|
| 1 | Hat Ihnen jemals ein Arzt gesagt, Sie hätten „etwas am Herzen“ und Ihnen nur unter medizinischer Kontrolle Bewegung & Sport empfohlen? | | |
| 2 | Hatten Sie im letzten Monat Schmerzen in der Brust in Ruhe oder bei körperlicher Belastung? | | |
| 3 | Haben Sie Probleme mit der Atmung oder bei körperlicher Belastung? | | |
| 4 | Sind Sie jemals wegen Schwindel gestürzt oder das Bewusstsein verloren? | | |
| 5 | Haben Sie Knochen- und/oder Gelenkprobleme, die sich unter körperlicher Belastung verschlechtern könnten? | | |
| 6 | Hat Ihnen jemals ein Arzt Medikamente gegen hohen Blutdruck oder wegen eines Herz- und/oder Atemproblems verschrieben? | | |
| 7 | Kennen Sie irgendeinen weiteren Grund, warum Sie nicht körperlich/sportlich aktiv sein sollten? | | |

Achtung! Haben Sie eine oder mehrere Fragen mit „Ja“ beantwortet? Dann suchen Sie unbedingt zur Beurteilung der Sporttauglichkeit Ihren Arzt oder Ihre Ärztin auf!

Den Impfpass (insbesondere Schutz gegen Tetanus/ Hepatitis aber auch als möglicher Nachweis der Corona-Schutzimpfung) sowie die (Notfall-) Medikation sollte in jedem Fall mitgeführt werden.