

# HANDBUCH BREITEN- UND FREIZEITSPORT



## INHALTSVERZEICHNIS

<b>Vorwort des Ausschusses</b>	3	Streetsoccer	28
<b>Allgemein</b>		Fußballtennis	30
Sportverständnis	4	Fußballgolf	31
Varianten des Breiten- und Freizeitsports im Fußballverein	5	Headies	32
		Footvolley	34
<b>Zielgruppen</b>		<b>Allgemeine Angebote im Fußballverein</b>	
Familien	6	Frauen und gemischte Gruppen	36
Ältere Menschen	9	Gesundheitssport	37
<b>Breiten- und Freizeitsport im Verein</b>		Außersportliche Angebote	38
Organisationsformen im Verein	11	Der Umgang mit Trends	40
Kooperationen und Partner	18	<b>Angebote des SWFV</b>	
<b>Angebote rund um den Fußball im Verein</b>		Funpark	41
Walking Football	20	Fußball-Feriencamps	44
Beachsoccer	22	<b>Hilfe und Beratung</b>	
eFootball	23	Ansprechpartner	45
Fußballtreff	26	<b>Impressum</b>	47
Ferien-Angebote	27		



#### *Breiten- und Freizeitsport im Südwestdeutschen Fußballverband*

Der Südwestdeutsche Fußballverband (SWFV) und seine Fußballvereine wollen verstärkt dem Sportverständnis von Kindern, Jugendlichen, Familien und Senioren Rechnung tragen. Kinder und Jugendliche suchen immer häufiger den Spaß beim Sport. Das Sporterlebnis zusammen mit Freunden oder ein cooles Gefühl bei der Bewegung sind für diese Zielgruppe wichtiger als Höchstleistung und Erfolg.

Zudem möchte sich eine immer größere Anzahl von älteren Menschen, nach der Beendigung der aktiven Wettkampflaufbahn, durch Sport ihre Fitness und Gesundheit erhalten. Dabei darf die Geselligkeit nicht zu kurz kommen.

Hier sind die Fußballvereine aufgerufen, ihren Mitgliedern Breiten- und Freizeitsportangebote zu offerieren, um zu einem attraktiven Familiensportverein zu wachsen.

Der SWFV, durch seinen Verbandsausschuss und die Kreisbeauftragten für Breiten- und Freizeitsport, bietet den Vereinen für diese Aufgaben Hilfestellung und Beratung an.

#### **Das Sportverständnis bei Kindern und Jugendlichen**

Wissenschaftlichen Untersuchungen zufolge haben sich die Motive zum Sporttreiben bei Kindern und Jugendlichen verschoben. Neben den traditionellen Werten, wie Leistung, Wettkampf und Erfolg, treten immer häufiger Komponenten wie Spaß und Freude am Sport, Erlebnisse mit Freunden und ein gutes Körpergefühl in den Vordergrund.

#### **Das Sportverständnis bei Erwachsenen**

Sehr viel stärker sind die Fußballvereine künftig in ihrer Angebotsstruktur für Erwachsene jenseits des fußballerischen Wettkampfsportalters gefordert. Zentrale Sportmotive sind Gesundheit, Spaß und Freude an der Bewegung, allgemeine Fitness, Ausgleich zum Berufsalltag, Geselligkeit, raus aus der Isolation. Für die zukünftigen Angebote der Vereine darf im Besonderen auch die Zielgruppe der über 60-Jährigen, die bereits annähernd ein Drittel der Gesamtbevölkerung ausmacht, nicht vergessen werden. Dies ist eine Herausforderung und Chance für die Vereine.

## VARIANTEN DES BREITEN- UND FREIZEITSPORTS IM FUSSBALLVEREIN

### **Breitenfußball**

*Breitenfußball als Wettkampfsport nach offiziellen FIFA-/DFB-Regeln*

Futsal, Ü-Wettbewerbe, Beachsoccer

*Breitenfußball als Wettkampfsport nach freigestalteten Wettkampfregele*

Fußballtennis, Street-Soccer, Fußball-Abzeichen, Familienfußball, Hobbyturniere, Walking Football, Footvolley, Headis, Fußballgolf

### **Allgemeiner wettkampffreier Breiten- und Freizeitsport im Fußballverein**

*Sportartbezogener Breiten- und Freizeitsport*

Gymnastik, Laufen, Nordic Walking, Radtreff, Spiel- und Fitness, Skigruppe

*Sportartübergreifender Breiten- und Freizeitsport*

Fitness, Kraft, Beweglichkeit, Stabilisation

*Gesundheitsorientierter Sport*

Wirbelsäulen-/Schwangerschaftsgymnastik, Krebsnachsorge, Ernährung, Inklusionssport

### FAMILIEN

#### *Familienangebote*

Die Berufstätigkeit der Eltern sowie intensive Freizeitgestaltung von Kindern und Elternteilen können schnell zu einer Vereinzelung der Familienmitglieder führen. Jeder macht etwas, aber alleine oder mit anderen - für gemeinsame Aktivitäten innerhalb der Familie bleibt dann wenig Zeit.

Hier kann ein Familiensportangebot eine sinnvolle Alternative zum individuellen Sporttreiben der Familienangehörigen sein – ein Sportangebot, bei dem Eltern und Kinder gleichermaßen gefordert und gefördert werden und dazu noch Spaß und gemeinsame Erlebnisse miteinander teilen. Gerade junge Familien sind häufig an gemeinsamen Aktivitäten und Kontakten zu anderen Familien interessiert. Allerdings: Ein Sportangebot, das den unterschiedlichen Wünschen und Fähigkeiten der Teilnehmer\*innen gerecht werden soll, erfordert eine\*n sehr gut ausgebildete\*n, erfahrene\*n und flexible\*n Übungsleiter\*in.

Zusätzliche Aktivitäten außerhalb des regulären Angebots sollten das Programm ergänzen: Familiensporttag, Wanderungen, Radtouren, Besuch in einem Spaßbad oder sogar ein Wochenendausflug.

#### *Familienfreundlicher Sportplatz*

Eine weitere Möglichkeit, die Interessen der Familien stärker zu berücksichtigen, stellt die familienfreundliche Umgestaltung der Sportanlage dar.

Traditionell weitgehend an den Normen des Wettkampfsports orientierte Sportstätten werden in immer geringerem Maße dem neuen Sportverständnis der Bevölkerung gerecht. Nur wenige der sporttreibenden Erwachsenen sehen den "klassischen" Sportplatz als den Ort vielfältiger Aktivitäten. Viele wünschen sich zusätzliche Sportgelegenheiten, die keineswegs aufwendig ausgestattet, dafür aber offen zugänglich und vielfältig nutzbar sein sollen: Mehrzwecknutzung, Veränderbarkeit, gute Erreichbarkeit, Einfachheit, Natürlichkeit, ökologische Gestaltung, generationsübergreifender Charakter, Förderung von Selbstverantwortung, parallele Nutzbarkeit, Unterteilung in Spiel-, Bewegungs-, Kommunikations- und Ruhezone.

Das in Trier ansässige **Institut für Sportstättenentwicklung (ISE)** bietet hierzu Workshops und Seminare an. Gleichzeitig berät es Vereine und Kommunen in der Umsetzung einer modernen Sportstätteninfrastruktur, die sich an den Bedürfnissen der Menschen orientiert.



FC BREITENBURG  
KREISLIG  
UDO  
SUTTER  
udo.sutter@fcrb.de

KAISERSLAUTERN  
SCHULTZ  
Planung u. Ausführung  
• Elektroinstallation  
• Datentechnik und -netze  
• Telekommunikation  
• Gebäudetechnik KAN & DV  
• Kundendienst, Planung, Verkauf  
• Personaldienstleistung  
0 63 74 / 99 8 900

Country  
PIZZA  
Dahlemer Friedhof  
04154 58 83 77  
Wassberg  
04281 27 986 77



## ZIELGRUPPEN

### ÄLTERE MENSCHEN

Ältere Menschen sind eine wichtige Zielgruppe für Sportvereine, denn unsere Gesellschaft wird immer älter. Der prozentuale Anteil junger Menschen nimmt ab, der Anteil älterer Menschen steigt.

Wenn der Sport seiner sozialen Verantwortung gerecht werden will, müssen auch ältere Sportler\*innen und Mitbürger\*innen noch viel mehr als bisher mit altersgerechten Angeboten bedacht werden. Hier sind auch Fußballvereine gefordert.

Dabei sind unterschiedliche Zielgruppen zu berücksichtigen:

- aktive Fußballer\*innen, ab ca. 40 Jahren
- Personen, ab etwa 55 Jahren und Senior\*innen, die sich unabhängig vom Fußball sportlich betätigen wollen.

### ÄLTERE MENSCHEN

#### *Aktive Fußballer\*innen*

Für aktive Fußballer\*innen ab dem 40. Lebensjahr sind Freizeit-Fußballangebote geeignet. Hier steht weiterhin der Fußball im Mittelpunkt – wird aber mit zunehmendem Alter der Aktiven durch andere Inhalte, bspw. verschiedene Gymnastikformen und Rückentraining ergänzt.

#### *Andere ältere Sportinteressierte*

Auch Menschen über 55 wollen sich zunehmend sportlich betätigen. Es sind zum einen Sportler, die bereits aktiv sind, aber auch solche, die sich noch nie bzw. länger nicht mehr mit Sport beschäftigt haben. Gerade ein Angebot für Neu- bzw. Wiedereinsteiger kann sich für einen Fußballverein lohnen und neue Impulse bringen. Die Inhalte einer allgemeinen Seniorensportgruppe können dabei sehr vielfältig sein: Verschiedene Gymnastikkurse sind sinnvolle Angebote, aber auch Spiele sollten nicht vergessen werden.

Gerade Fußballvereine können gute Alternativen zu den traditionellen Gruppen bieten. Altersgerechte Spiele sowie Ausdauer-, Kraft-, Koordinations- und Beweglichkeitstraining können die Angebote bereichern und mehr Männer zum Sporttreiben bewegen. Im Idealfall kann sich ein lückenloser Übergang von der 1., 2. und AH-Mannschaft über den Freizeit-Fußball zu einer allgemeinen Seniorensportgruppe ergeben.

### ORGANISATIONSFORMEN IM VEREIN

#### *Zielgruppenorientierte Organisationsformen*

Der Breiten- und Freizeitsport mit seinen nahezu unbegrenzten Bewegungs- und Sportangeboten bietet den (Fußball-)Vereinen die Möglichkeit, zwischen einer Vielzahl von Organisationsformen die für sie richtige auszuwählen.

Was sich bei dem einen Verein als gut erweist, muss jedoch für den anderen Verein nicht automatisch richtig sein. Die Zielgruppe bestimmt das Angebot und die Organisationsform - bevor man sich für ein bestimmtes Angebot entscheidet, muss geklärt sein, wer angesprochen werden soll und welches Ziel verfolgt wird.

Mitglied in einem Verein zu werden und sich gewissermaßen zu binden, schreckt viele Sportinteressierte ab, überhaupt aktiv zu werden. Es gilt also, Angebots- und Organisationsformen zu finden, welche den Bedürfnissen der Teilnehmenden entsprechen. "Sport für alle" muss innerhalb der bestehenden Strukturen der Sportvereine möglich werden!

Im Folgenden werden exemplarisch Organisationsformen des Breiten- und Freizeitsports im Fußballverein vorgestellt. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, mit welchem oftmals geringen organisatorischen Aufwand Sport im Verein angeboten werden kann.

### ORGANISATIONSFORMEN IM VEREIN

#### *Die Vereinsgruppe*

Die Vereinsgruppe ist immer noch die bekannteste Organisationsform. In ihr treiben Vereinsmitglieder regelmäßig gemeinsam Sport. Die Teilnehmenden treffen sich ein- bis mehrmals in der Woche an einem festgelegten Termin. Dabei kann es sich um eine Gymnastikgruppe oder auch um Freizeitfußballer handeln.

#### *Der Freizeittreff*

Ein Sportangebot in der Organisationsform eines "Treffs" kann regelmäßig, aber auch unregelmäßig durchgeführt werden. Durch einen Treff kann eine neue Vereinsgruppe mit bereits vorhandenen und auch neuen Vereinsmitgliedern entstehen.

#### *Aktionstage/-wochen*

Aktionstage oder auch Aktionswochen beschreiben Aktivitäten, die ein Highlight des Sportjahres für jeden Verein darstellen. Spielfeste, Sportwochen, Familiensporttage sind bei den meisten Vereinen fester Bestandteil der jährlichen Planungen. Auf dem Sportgelände wird ein breit gefächertes Angebot von sportlichen und außersportlichen Aktionen angeboten. Angesprochen werden dabei Jung und Alt, Groß und Klein, Mitglieder und ganz besonders Nichtmitglieder! Der Fußballverein präsentiert sich und seine Angebote und versorgt die Besucher\*innen mit entsprechenden Informationen des Vereins.



### ORGANISATIONSFORMEN IM VEREIN

#### *Das Kursangebot*

Was bedeutet es eigentlich, einen Kurs anzubieten? Welche Merkmale hat ein Kurs?

Ein Kurs muss inhaltlich klar eingegrenzt sein. Die Interessenten erkennen an der Kursbezeichnung, was sie während der Dauer des Kurses erwartet. Diese Organisationsform ist zeitlich begrenzt. Die Durchführung findet an festen Terminen statt. Alle Teilnehmer zahlen verbindlich (vorab) eine Teilnahmegebühr.

Kurse können sich auch speziell an Nichtmitglieder richten und somit einen Beitrag zur Neugewinnung von Mitgliedern leisten.

Alle genannten Kriterien lassen sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmer und den Wünschen des Vereins variieren.

Ein\*e geeignete\*r Kursleiter\*in mit entsprechender Qualifizierung ist notwendig! Steht ein\*e Leiter\*in aus den eigenen Reihen zur Verfügung oder muss diese\*r vom Verein gesucht werden?

Nach dem Festlegen der Zielgruppe und der Kursinhalte erfolgt die zeitliche Planung. Welche Zeiten sind für die Zielgruppe am günstigsten? Gibt es zeitliche Ausweichmöglichkeiten?

### ORGANISATIONSFORMEN IM VEREIN

#### **Anwendungsbeispiel** Kursangebot:

Ein Fußballverein möchte eine Mutter-Kind-Sportgruppe gründen. Als Einstieg wird die Kursform gewählt. Die Termine sollen am Nachmittag unter der Woche liegen. Der Kurs hat eine Gesamtdauer von 10 x 1 Stunde. Eine Mutter besitzt die entsprechende Fachübungsleiter-Lizenz "Breiten- und Freizeitsport" und ist bereit, diesen Kurs zu übernehmen. In Absprache mit der zukünftigen Kursleiterin legt der Verein die Termine fest. Die Sportstätte wird gebucht. Die Bewerbung des Kurses über Printmedien, Social Media und persönliche Ansprache beginnt.

Der beschriebene Weg spricht hauptsächlich Nichtmitglieder an. Aus einem Kurs kann eine feste Vereinsgruppe entstehen, die sich regelmäßig trifft. Weitere neue Mitglieder für die entstandene Gruppe werden über die Durchführung eines erneuten Kurses gewonnen. Es ist denkbar und bereits in vielen Vereinen Praxis, dass Kurse auch für Vereinsmitglieder angeboten werden. Dabei handelt es sich meist um übergreifende Kursinhalte (hauptsächlich gesundheitsorientiert), beispielsweise Wirbelsäulengymnastik, die von einem speziell ausgebildeten Kursleiter vermittelt werden. So können aktive und auch bisher passive Mitglieder angesprochen werden. Die Kursgebühr für Vereinsmitglieder sollte grundsätzlich niedriger ausfallen als für Nichtmitglieder.

Weiterführende Informationen hält das Bildungswerk des LSB Rheinland-Pfalz gerne bereit.





### ORGANISATIONSFORMEN IM VEREIN

#### *Schnupperangebote für Nichtmitglieder*

Jeder Verein sollte Schnupperangebote machen. Sie bieten Möglichkeiten, die entsprechenden Sportarten kennenzulernen, auszuprobieren und zu erleben. So kann zum Beispiel in einer bestehenden Gymnastikgruppe „probeweise“ ein- oder zweimal mitgemacht werden.

Schnupperangebote sind zudem feste Bestandteile eines Sportfestes oder eines Familiensporttages. Mitmach-Aktionen für jedermann gehören unbedingt zum Angebot. Die Besucher werden mit den notwendigen Informationen versorgt, um den Weg in den Verein zu finden, beispielsweise in einen Kurs oder eine feste Vereinsgruppe. Als Informationsmaterial bieten sich Handzettel mit allen Angeboten des Vereins und den betreffenden Ansprechpartnern an.

Bei Schnupperangeboten können auch Nichtmitglieder entsprechend versichert werden. Hierzu sollte die Rücksprache mit Generali, dem Versicherungspartner des SWFV, gesucht werden: <https://www.swfv.de/Service/Versicherungen>.

Die Vereinsmitarbeiter haben bei Schnupperangeboten in einem persönlichen Gespräch beste Voraussetzungen, neue Sportinteressierte zu gewinnen.

### KOOPERATIONEN UND PARTNER

Breiten- und Freizeitsport bietet sich für Kooperationen mit Partnern an, da sich Vereine und potentielle Partner um die gleichen Zielgruppen bemühen. Denkbar ist etwa die Zusammenarbeit mit Kommunen, Schulen/Kindergärten, Altenheimen oder auch Krankenkassen. Eine gut vorbereitete und umsichtig gepflegte Kooperation bietet für Vereine eine Reihe von nicht zu unterschätzenden Vorteilen: sie kann helfen, die finanziellen und materiellen Bedingungen für ein Sportangebot zu schaffen, externe Referenten und deren Know-how oder auch Teilnehmer zu gewinnen. Die Beispiele machen deutlich, dass Kooperationen helfen können, Angebote zu entwickeln und attraktiver zu gestalten.

Bei einer Kooperation sind immer die Interessen beider Partner in Einklang zu bringen – sie kann nicht als Einbahnstraße gesehen werden!

Deshalb sind folgende Fragen vorab zu beachten:

Welches Angebot soll für welche Zielgruppe neu installiert/attraktiver gestaltet werden? Welche Firma/Institution besitzt ein Interesse an der Zielgruppe? Was erwartet der Verein von einer Kooperation, was der Partner? Welche Kompetenz bringt der Verein, welche der Partner ein? Was kann der Verein für den Partner leisten? Welche Kosten sind mit der neuen Initiative verbunden? Wie kann der Partner in die Finanzierung eingebunden werden?

Zur Fixierung werden zwischen Verein und Partner konkrete Absprachen getroffen und abschließend vertraglich bestätigt.



### WALKING FOOTBALL

Fußball im Gehen bietet eine Alternative zum üblichen Treiben auf dem Fußballplatz und etabliert sich in den letzten Jahren mehr und mehr als neue und besondere Möglichkeit des Fußballspielens. Die Ursprünge liegen in England – mittlerweile wird Walking Football jedoch europaweit gespielt. Walking Football ist eine gesundheitsfördernde Variante des Fußballs!

*So wird gespielt:*

- Kein Rennen: Spieler dürfen nicht rennen, es ist nur Gehen erlaubt
- Tacklings (Grätschen, Rempeln etc.) sind verboten
- Es wird flach gespielt: Zuspiele dürfen Hüfthöhe nicht überschreiten
- Kein Torwart
- Spielfeld: 42 x 21 m
- Spieldauer: 2 x 20 min



Beauftragter für Walking Football ist Matthias Belzer ([matthias.belzer@swfv.net](mailto:matthias.belzer@swfv.net))



### BEACHSOCCER

Beachsoccer ist eine Abwandlung des üblichen Fußballspiels. Diese Variante wird, wie Beachvolleyball, auf Sand ausgetragen.

*So wird gespielt:*

- 5 gegen 5 (4 Feldspieler + Torwart)
- Gespielt wird barfuß (elastische Fußbandagen sind erlaubt)
- Effektive Spielzeit (bei Unterbrechungen wird die Uhr gestoppt)
- 4-Sekunden-Regel zur Spielfortsetzung bei Standards

Der TuS Niederkirchen ist Vorreiter was Beachsoccer angeht und fungiert nun seit mehreren Jahren auch als SWFV-Stützpunkt! Der Verein verfügt über einen FIFA-konformen Beachsoccer-Court.



In Zusammenarbeit zwischen Verein und Verband hat sich der alljährliche Beachsoccer-Cup als feste Größe etabliert. Hierbei sind nicht nur Vereinsmannschaften am Start, sondern jedes Jahr auch bunt zusammengewürfelte Freizeitteams.

## ANGEBOTE RUND UM DEN FUSSBALL IM VEREIN

### EFOOTBALL

*Was ist eFootball?*

**eSport** ist der Überbegriff von vielen einzelnen Genres, wie etwa Ego-Shootern, Strategiespielen oder Sportsimulationen.

**eFOOTBALL** ist ein Bereich im sogenannten eSports (elektronischer Sport) und bezeichnet den sportlichen Wettkampf zwischen Spieler\*innen in Fußballsimulationsspielen am PC oder an der Konsole.



Der DOSB nimmt eine Differenzierung zwischen eGaming und virtueller Sportartensimulation vor. In der virtuellen Sportartensimulation, zu der eFOOTBALL gehört, sieht der DOSB mehr Potential als in anderen Genres, dies als Sportart anzuerkennen. Durch virtuelle Sportarten entstehen neue Möglichkeiten für die Entwicklung der jeweiligen Sportart in der Praxis.

Bildquelle:  
Kurz\_erklaert\_DOSB\_und\_eSport%20(3).pdf



### EFOOTBALL

#### *Potenzial*

- ✓ Mitgliedergewinnung/-bindung
- ✓ Gewinnung/Bindung junger ehrenamtlicher Mitarbeiter\*innen
- ✓ Attraktivität für die jüngere Generation
- ✓ Attraktivität für Sponsoren
- ✓ Geselligkeit im Vereinsheim bspw. durch Turniere

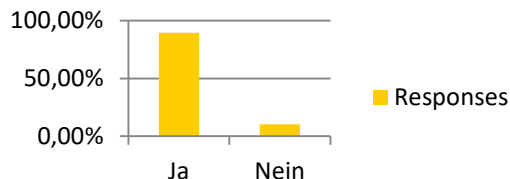
#### **Angebote beim SWFV:**

eLigen (2x jährlich)  
Pro Club Turnier (1x jährlich)  
2vs2-Turnier (1x jährlich)  
u.v.m.

#### **Mehr Informationen:**

<https://www.swfv.de/Spielbetrieb/eFOOTBALL>

Hast du Interesse an weiteren  
eFOOTBALL-Events des SWFV  
in Zukunft teilzunehmen?



**Großes Interesse an  
eFOOTBALL-  
Angeboten!**



Interesse nutzen und Potential ausschöpfen!

# ANGEBOTE RUND UM DEN FUSSBALL IM VEREIN

## EFOOTBALL



**Noah Donner**  
Workshops



**Niklas Kohlmaier**  
Video-Content,  
Discord



**Bernd Roth**  
Grafik und  
Design, Video-  
Content



**Hendrik Heß**  
Video-Content,  
Discord



**Patrick Losch**  
Video-Content,  
Streams



**Timm Ritterböck**  
Hauptamtlicher  
Referent

Unser AK eFOOTBALL besteht zurzeit aus fünf jungen ehrenamtlichen Mitarbeitern. Diese werden in ihrer Arbeit insbesondere durch einen hauptamtlichen Mitarbeiter unterstützt. Bei Fragen rund um das Thema eFOOTBALL steht Ihnen der AK eFOOTBALL über [efootball@swfv.de](mailto:efootball@swfv.de) gerne zur Verfügung.

### FUSSBALLTREFF

Unter Fußballtreff können unterschiedliche Angebote eines Fußballvereins verstanden werden:

- regelmäßiges Kickangebot für alle Interessenten, ohne weitere Verpflichtungen
- zeitlich befristetes Angebot in den Ferien für Kinder und Jugendliche
- einmalige Veranstaltung, bspw. als „Fußballturnier für alle“
- Veranstaltung mit lustigen Mannschaftsspielen rund um den Fußball

#### *Die Vorteile sind:*

Alle können mitmachen, auch ohne Vereinsmitgliedschaft. Vereinsmitglieder, die nicht (mehr) in einer festen Mannschaft spielen wollen, können hier zum gelegentlichen Kicken kommen. Durch die zwanglose Teilnahme können Nichtvereinsmitglieder zum einen für die Sportart Fußball begeistert und zum anderen langfristig auch als Vereinsmitglieder gewonnen werden.



Nur Vereinsmitglieder auf Dauer versichert. Für Nichtmitglieder ist der Abschluss einer zusätzlichen Sportversicherung zu empfehlen.

### FERIEN-ANGEBOTE

Auch kleinere Vereine können Kindern und Jugendlichen ein Ferien-Camp anbieten. Das Angebot sollte hierbei vielseitig und abwechslungsreich sein, bestehend aus Trainingseinheiten, Teambuilding, Spielen mit und ohne Ball, Fußball-Abzeichen etc.

Der Rahmen hierzu kann wie folgt aussehen:

- Tagesveranstaltung
- Mehrtagesveranstaltung ohne Übernachtung
- Mehrtagesveranstaltung mit Übernachtung (Zelten auf dem Sportgelände)

Meist ist es sinnvoll, mit der Kommune in Kontakt zu treten und das Angebot in das entsprechende Ferienprogramm einzubinden und hierüber mit zu bewerben. Auch die Einbeziehung mehrerer Vereine kann sich auf lokaler Ebene anbieten.



Feriencamps sollten von erfahrenen Trainern geleitet werden.

Der SWFV bietet auch eigene Feriencamps an!

→ [www.anmeldung.swfv.de](http://www.anmeldung.swfv.de)

### STREETSOCCER

Streetsoccer ist die moderne Form von Straßenfußball. Kicken auf der Straße ist heute kaum noch möglich - Bebauung sowie das hohe Verkehrsaufkommen bieten dafür keinen Platz mehr. Streetsoccer gibt die Möglichkeit, den alten Straßenfußball ein Stück weit wiederzubeleben.

*So wird gespielt:*

- Spielfeld: Street-Soccer-Court – Größe: 15 x 10 m, mit Banden + eingelassenen Toren
- 4 gegen 4 (auch 3 gegen 3 möglich) plus Wechselspieler
- Kein Schiedsrichter, Spieler regeln alles auf dem Platz!

Was natürlich auch nicht fehlen darf, ist die richtige Musik. Streetsoccer richtet sich vorzugsweise an Kinder/Jugendliche und junge Erwachsene. Aber natürlich kann jeder mitmachen!



Street-Soccer-Courts können beim SWFV ausgeliehen werden (siehe S. 41)



### FUSSBALLTENNIS

Fußballtennis wird bereits in vielen Mannschaften immer mal wieder gespielt, sei es in Jugendcamps oder sogar im Trainingslager der Nationalmannschaft.

Diese Fußballvariante eignet sich aber auch besonders gut als Alternativangebot zum normalen Fußball. Hier können technische Fertigkeiten und Ballgefühl gut angewendet und weiter verbessert werden.

*So kann gespielt werden:*

- Spielfeldgröße frei wählbar (idealerweise 18 x 9 m)
- In der Hälfte ein Netz bzw. andere Erhöhung zur Unterteilung in gleichgroße Felder

### FUSSBALLGOLF

Fußballgolf kombiniert die Elemente von Fußball und Golf. In den letzten Jahren haben sich eine Vielzahl kommerzieller Anbieter gegründet. Fußballgolf lässt sich aber auch auf dem eigenen Sportgelände einrichten und entwickeln.

Gespielt wird mit einem Fußball, der mit so wenigen Schüssen wie möglich in ein Ziel gebracht werden muss. Bei den Zielen kann es sich um ausgegossene Löcher im Boden, spezielle Netze oder höher gelegene Töpfe handeln. Auch sportnahe Gegenstände wie Minitore, aber etwa auch Mülltonnen, Grünsäcke etc., können als Ziele verwendet werden.

Üblicherweise werden, wie beim Golf, nacheinander 18 Bahnen gespielt. Natürlich ist auch eine geringere Anzahl an Bahnen möglich. Für jede Bahn gibt es eine angegebene Par-Zahl, die als Richtlinie für die Anzahl der Schüsse dient. Die maximale Anzahl der Schüsse für jede Bahn beträgt das Dreifache der Par-Angabe. Jede Berührung des Balls zählt als Schuss. Der Spieler mit den wenigsten benötigten Schüssen gewinnt!

Sicherlich eine sehr attraktive und spaßige Spielform, insbesondere für Kinder und Jugendliche, allerdings auch für ältere Fußballer\*innen!



### HEADIS

Die Funsportart Headis ist eine Mischung aus Tischtennis und der Technik des Kopfballspiels aus dem Fußball. Gespielt wird an einer herkömmlichen Tischtennisplatte, der Ball darf nur mit dem Kopf berührt werden. Gespielt wird mit einem speziellen Headis-Ball, aber auch die Verwendung leichter Bälle (bspw. Volleybälle) ist möglich.

Erfunden wurde Headis in Kaiserslautern, wo sich auch eine absolute Hochburg des Funsports befindet.

Seit mittlerweile 15 Jahren finden verschiedenste Turniere, Cups und auch Weltmeisterschaften statt. Gerade in der universitären Szene erfreut sich die Sportart großer Beliebtheit.



### FOOTVOLLEY

Footvolley ist eine Trendsportart aus Brasilien, die Beachvolleyball und Fußball verbindet. Sie erfordert eine ausgeprägte Technik, Koordination und Körperbeherrschung im Sand. Die Ballwechsel gelten als spektakulär für den Zuschauer.

Die Regeln des Footvolley basieren auf denen des Beachvolleyballs. Zwei Mannschaften mit je zwei Spielern stehen sich auf einem Beachvolleyball-Feld (16 m × 8 m) gegenüber, das durch ein 2,20 m hohes Netz (Damen: 2,10 m) geteilt ist.

Ziel des Spiels ist es, den Ball über das Netz auf den Boden der gegnerischen Spielfeldhälfte zu bringen, ohne dass er in der eigenen Spielfeldhälfte zu Boden fällt. Gelingt dies nicht, erhält der Gegner einen Punkt. Wie beim Fußball darf der Ball nicht mit Armen oder Händen berührt werden. Spätestens mit dem dritten Kontakt muss der Ball über das Netz gespielt werden, ohne dieses zu berühren. Gespielt werden zwei Gewinnsätze. Für einen Satzgewinn sind 18 Punkte mit mindestens zwei Punkten Vorsprung nötig.



Der SWFV-Verein CSV Frankenthal ist sehr aktiv im Footvolley.



### FRAUEN UND GEMISCHTE GRUPPEN

Die wichtigste Zielgruppe bei der Öffnung eines Vereins für den Breiten – und Freizeitsport sind sicher die Ehefrauen, Mütter und Freundinnen.

Oft ist es so, dass diese zwar mit dem Fußballspielen ihrer Männer oder Kinder in Berührung kommen, selbst aber nicht im Verein aktiv sind. Dies muss jedoch nicht so sein!

Auch ein Fußballverein kann spezielle Angebote für Frauen schaffen. Besonders gut angenommen werden dabei fitness- bzw. körpertrainingsorientierte Angebote:

- Zumba
- Bodytoning
- unterschiedlichste Aerobic-Formen (High impact, HiLo,...)
- Bauch-Beine-Po

Solche Angebote müssen jedoch nicht nur Frauen vorbehalten bleiben. Denn Fitnessangebote sind auch bei Männern angesagt.

Bei Frauen und Männern gleichermaßen gut nachgefragt sind gesundheitsorientierte Angebote wie Wirbelsäulengymnastik, autogenes Training oder Rückenschule.

### GESUNDHEITSSPORT

Gesundheit ist ein wichtiges Motiv für das Sporttreiben von Breitensportler\*innen. Hierbei ist vor allem an vorbeugende Aspekte zu denken: (Richtige) Bewegung ist gut für den Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit, zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, zur Kräftigung der Muskulatur und für den Erhalt der Beweglichkeit. Gesundheitsaspekte sollten in allen Sportstunden berücksichtigt werden. Selbst wenn die Gesundheitsvorsorge nicht ausdrücklich im Mittelpunkt steht, so müssen doch zumindest Gesundheitsgefährdungen, beispielsweise durch die falsche Ausführung von Übungen, vermieden werden.

Fußballvereine können gezielte gesundheitsorientierte Sportangebote machen: Wirbelsäulengymnastik oder Rückenschule sind ebenso wie die verschiedensten Entspannungstechniken oder ein Bewegungsangebot speziell für Übergewichtige sinnvolle Ergänzungen des Vereinsangebotes.

Nur wenige Fußballvereine werden sich mit speziellen Angeboten aus dem Bereich der Rehabilitation beschäftigen können – Sport bei Diabetes, in der Krebsnachsorge oder nach einem Herzinfarkt gehören hierzu. Aber natürlich: Besteht eine entsprechende Nachfrage und sind sowohl ein\*e ausgebildete\*r Übungsleiter\*in und eine Sportstätte vorhanden, können auch Fußballvereine solche Angebote machen!

### AUSSERSPORTLICHE ANGEBOTE

#### *Gewinnung*

Die Gewinnung von Älteren, insbesondere derjenigen, die dem Sport bisher eher skeptisch gegenüberstanden, erfordert viel Engagement. Werbung in der Zeitung oder über Handzettel bringen häufig nicht sehr viel. Erfolgversprechender ist die persönliche Ansprache der Senioren!

Ein geselliger Nachmittag mit Informationen, Mitmachangeboten für alle, Kaffeetrinken und natürlich die Begrüßung durch den Vereinsvorsitzenden haben sich zum Einstieg bestens bewährt. Starten Sie Ihre neue Gruppe ruhig auch mit wenigen Interessenten – Mund-zu-Mund-Propaganda ist die beste Werbung und wird Ihre Gruppe schnell wachsen lassen! Natürlich können in diesen Gruppen auch soziale Medien eine wichtige Rolle spielen.

Gerade für ältere Menschen sollte das eigentliche Sportangebot durch Aktivitäten außerhalb des Sportgeländes ergänzt werden. Wanderungen, Radtouren, Tanzabende, Singen, vielleicht sogar Basteln oder Ausflüge mit einer Kombination aus Besichtigungs- und Bewegungsangebot sind gerne angenommene Ergänzungen zum regelmäßigen Sportangebot.





### DER UMGANG MIT TRENDS

"Müssen wir denn jeden Quatsch mitmachen?", werden sicher einige Vereinsmitarbeiter beim Lesen dieser Zeilen fragen. Unsere Antwort ist: "Ja!" – wenn auch in Maßen und unter Berücksichtigung der Möglichkeiten des Vereins.

Man muss sich bewusst machen, dass nicht alle Sportinteressierten Fußball in einer Leistungsmannschaft spielen wollen. Außer dem Wunsch nach Leistungsvergleich sind heute Motive wie Gesundheit, Geselligkeit, Spaß, Abwechslung und Erlebnis ausschlaggebend für das Sporttreiben. Dies sollte beim Gesamtangebot eines Vereins berücksichtigt werden. Kurse, Workshops, Aktionstage oder das zeitflexible Sporttreiben, wie es in Sportstudios möglich ist, sind gefragte und sinnvolle Organisationsformen, die auch in Fußballvereinen berücksichtigt werden sollten.

Also: Sagen Sie und Ihr Verein „Ja“ zur Öffnung für neue Zielgruppen, Inhalte und Organisationsformen! Ob jedoch tatsächlich jeder neue Trend aus den USA mitgemacht werden sollte, kann sicher sehr differenziert gesehen werden und hängt natürlich auch von den räumlichen, finanziellen und vor allem personellen Möglichkeiten des Vereins ab. Zu bedenken ist aber, dass durch neue, moderne Angebote auch neue Bevölkerungsgruppen für den Verein interessiert werden können. Wenn also "Streetdance", "Inline-Skating", "Rope-Skipping" oder „Tai Chi" und "Qi Gong" nachgefragt werden - warum sollten diese neuen Sportformen eigentlich nicht auch im Fußballverein angeboten werden?

### FUNPARK

#### *Street-Soccer-Court*

Der Street-Soccer-Court orientiert sich an Bolzplätzen und Straßenkicks. Da ohne Torwart gespielt wird, garantieren viele Treffer jede Menge Spaß und Action. Größe: 15 x 10 Meter.

#### *Riesenkicker (Human Table Soccer)*

Der "Riesenkicker" ist ein lebensgroßes Tischfußballspiel mit aufblasbarer Plastikumrandung. Je 5 Personen spielen pro Team (1 Torwart, 2 Verteidiger, 2 Angreifer). Größe: 11 x 7 Meter.

**Ausleihgebühren** (bei Abholung bar zu entrichten):

- 50,- € pro Tag für Vereine (Abhol- und Rückgabetag zählen als 1Tag)
- 75,- € pro Tag für Schulen (Abhol- und Rückgabetag zählen als 1Tag)
- 100,- € pro Tag für Externe Institutionen (Abholung- und Rückgabetag zählen als 1Tag)

Zudem wird eine Kautionshöhe von 100,- € erhoben, welche Sie bei ordnungsmäßiger Rückgabe zurückbekommen. **Die Anlagen sind in Hängern verstaut. Selbstabholung.**

### FUNPARK

#### *Schussgeschwindigkeits-Messanlage*

Die Schussgeschwindigkeits-Messanlage ist das "jüngste Kind" im SWFV-Funpark. Durch einen Sensor wird die Schussgeschwindigkeit gemessen und auf einer LED-Tafel angezeigt.

#### **Ausleihgebühr** (bei Abholung bar zu entrichten):

- 100,- € für Vereine und Schulen

Zudem wird eine Kautionshöhe von 100,- € erhoben, welche Sie bei ordnungsmäßiger Rückgabe zurückbekommen. Die Anlage kann mit einem PKW abgeholt werden.



### FERIENCAMPS IN DER SPORTSCHULE EDENKOBEN

Zu Gast sein, wo Dominique Heintz, Jonathan Burkardt oder Kevin Trapp schon trainiert haben?

Der Südwestdeutsche Fußballverband bietet in seiner Sportschule in Edenkoben Fußball-Feriencamps und Torhüter-Camps für D- und C-Junior\*innen unter Leitung von lizenzierten Trainern des SWFV an. Eine Woche lang steht der Fußball im Mittelpunkt.

Die idyllisch gelegene Sportschule bietet dabei viele Vorteile: Rasen- und moderner Kunstrasenplatz stehen ebenso zur Verfügung wie die große Sporthalle, das hauseigene Schwimmbad, Tischtennisplatten und viele weitere Sportmöglichkeiten.



Kosten: 250,- € (5 Tage) bzw. 220,- € (4 Tage)

Weitere Informationen und Anmeldung: [www.anmeldung.swfv.de](http://www.anmeldung.swfv.de)



### ANSPRECHPARTNER SWFV



### Ausschuss für Breiten- und Freizeitsport



**Rainald Kauer**  
Vorsitzender  
rainald.kauer@swfv.net



**Ingo Marburger**  
Stv. Vorsitzender,  
Kaiserslautern-  
Donnersberg  
ingo.marburger@swfv.net



**Petra Hutera**  
Rhein-Pfalz  
petra.hutera@swfv.net



**Volker Fritz**  
Bad Kreuznach  
volker.fritz@swfv.net



**Helmut Lange**  
Birkenfeld  
helmut.lange@swfv.net



**Matthias Belzer**  
Pirmasens-Zweibrücken  
matthias.belzer@swfv.net



## Ausschuss für Breiten- und Freizeitsport



**Klaus Karl**  
Rhein-Mittelhaardt  
klaus.karl@swfv.net



**Dieter Bäcker**  
Südpfalz  
dieter.baecker@swfv.net



**Andreas Zmazek**  
Alzey-Worms  
andreas.zmazek@swfv.net



**Jürgen Domann**  
Mainz-Bingen  
juergen.domann@swfv.net



**Marcel Messerig**  
Hauptamtlicher Referent  
06323-94936 70  
marcel.messerig@swfv.de



## IMPRESSUM

### **Herausgeber:**

Südwestdeutscher Fußballverband e.V.

Villastr. 63a

67480 Edenkoben

Telefon: 06323 / 94936 - 0

Telefax: 06323 / 94936 - 99

### **Redaktion:**

Ausschuss Breiten- und Freizeitsport im SWFV, Edenkoben  
im April 2022

### **Verantwortlich:**

Rainald Kauer, Marcel Messerig