Infobrief 2020-7

15.11.2020

1. Liebe Sportsfreundinnen und Sportsfreunde, liebe Mitglieder des ASV Atlas Bielefeld, wir hoffen Ihr seid gesund und Euch geht es den Umständen entsprechend gut! Bereits zum zweiten Mal in diesem Jahr haben wir **Corona-bedingt** den **Sportbetrieb** und alle Vereinsaktivitäten **komplett eingestellt**. Wir wissen leider nicht wann wir endlich wieder in die Sporthallen dürfen, aktuelles Verbot gilt bis zum 30.11. Wir werden Euch informieren sobald Training wieder erlaubt ist. Bis dahin wünschen wir Euch gesund zu bleiben und nicht zu verzweifeln! Geht einzeln oder zu zweit raus in die Natur, ernährt Euch gesund, ruft Eure Freunde und Verwandte an, lest ein schönes Buch!

2. Unsere neue Rubrik: „**Rezepte von Agasef“**

Frühstück mit Voll Energie! (ca. 750 kcal)

- Haferflocken 50g
- Haferdrink 200ml
- Beerenmix 200g
- Erdnüsse + Nüsse 20g
- Chiasamen 5g
- Leinsamen 5g
- Datteln 20g
- Kiwi 70g
- Banane 100g

Haferflocken mit Haferdrink ca. 5 Minuten unter Rühren kochen. Den Rest alles zusammen mischen und Guten Appetit!
Viele Proteine, Kohlenhydrate und gesunde Fette.

Agasef Mammadov ist unser Übungsleiter beim "Sport im Park" und "Open Sunday" sowie 75kg-Ringer.
Er ist in Aserbaidschan studierter Sportlehrer, in BRD ausgebildeter Sport- und Fitnesskaufmann, zertifizierter Übungsleiter B-Lizenz, Personaltrainer und Ernährungsberater.
Wer ihn kontaktieren möchte, kann das gerne telefonisch unter **0173-8923849** tun.

3. Den 30. Jubiläum des "Tag der Deutschen Einheit" hatten wir nach 2018 und 2019 nun bereits zum dritten Mal nacheinander auf dem Stadion Rußheide mit dem Ablegen des "**Deutschen Sport-abzeichens**" verbracht. Mit 8 Erwachsenen und 10 Kindern und Jugendlichen waren wir wieder eine der größten Truppen bei der Veranstaltung, alle haben gut mitgemacht und auch die Leistungen waren etwas besser als im letzten Jahr. In den 4 Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination mussten von den Teilnehmern die normativen Mindestanforderungen erfüllt werden. Dabei ging es sich in diesen Disziplinen zu messen: Kugelstoßen, Ballwerfen, Weitsprung, Standweitsprung, Hochsprung, Seilspringen, Sprint (altersabhängig 30, 50 und 100 m) und Dauerlauf (800 m Kinder bzw. 3000 m Erwachsene). Alle Teilnehmenden hatten viel Spaß und mehrere Teilnehmer hatten **in allen Disziplinen Gold erreicht**: **Agasef Mammadov**, **Alex Zilke**, der 15-jährige **Kaspar Pieczka**, **Zdenek Havlik und Carolina Dörr**. Am Ende der Veranstaltung hatten alle großen Hunger gekriegt, sodass wir diesen beim gemeinsamen Pizza-essen gestillt hatten. **In 2021 sind wir sicher wieder dabei.**

4. Mit insgesamt 21 Kindern und Jugendlichen sowie 6 Erwachsenen sind wir am Sonntag, den 18.10.2020 im **Safariland in Stukenbrock** gewesen. Da die Planung von Aktivitäten aktuell Corona-bedingt sehr kompliziert ist und wir bereits mehrere Vorhaben in diesem Jahr absagen mussten, hatten wir kurzfristig entschieden unseren im Rahmen des KiJu-Programms der Bielefelder Sportjugend geförderten Ausflug nicht weiter aufzuschieben. Wir hatten Glück mit dem Wetter, da es etwas kühl, aber trocken war. So konnten die Kinder aus verschiedenen Abteilungen unseres Vereins sich besser kennenlernen und austauschen. Alle Teilnehmer hatten großen Spaß.

5. Bei der diesjährigen Gewinner-Bekanntmachung des Vereinswettbewerbs "**Sterne des Sports**" am 10.11.2020 wurde auch unser Verein ausgezeichnet. Unter den 15 eingereichten Bewerbungen war zum ersten Mal auch eine von uns dabei. Unsere Bewerbung **"Erfolg durch gelungene Integration und Bildungsförderung"** hatte die Jury beeindruckt und so ehrte diese unseren Verein mit dem mit 400€ dotierten Förderpreis der Volksbank Bielefeld-Gütersloh.

   Der Wettbewerb "Sterne des Sports" ist eine Initiative des DOSB und der Volksbanken Raiffeisenbanken. Mit dem Wettbewerb wird das gesellschaftspolitisch wirksame Leistungsspektrum von Sportvereinen und deren besonderes ehrenamtliches Engagement gewürdigt. **Wir bedanken uns bei allen unseren Ehrenamtlichen, die es ermöglicht haben!**

6. Die **Jahreshauptversammlung 2020** wurde vom Vorstand endgültig **abgesagt**. Der Termin für Jahreshauptversammlung 2021 wird rechtzeitig bekannt gegeben.

7. Wir möchten daran erinnern, dass eine **Kündigung der Mitgliedschaft** zum Jahresende satzungsgemäß **bis zum 30.11.** möglich ist. Danach verlängert sich die Mitgliedschaft automatisch um ein Jahr. Wenn jemand kündigen möchte, dann bitte einen Brief an

   ASV Atlas Bielefeld e.V. 1895
   Zebraweg 21
   33659 Bielefeld

   abschicken und später kurz telefonisch unter 0178-1081108 nachfragen, ob dieser angekommen ist. Wir hoffen, dass die Anzahl der Abmeldungen gering bleibt und freuen uns in dieser für alle Sportler schwierigen Zeit über jede Neuanmeldung!

Mit sportlichen Grüßen

Euer ASV Atlas Vorstand