



## „Einfach mit Freude mal austoben lassen“

„Halle für alle“-Aktionstag des TuS Viktoria Rietberg mit großer Resonanz

Rietberg (rdp). „Halle für alle“ – unter diesem Motto stand der Aktionstag für Vielfalt und Toleranz des TuS Viktoria Rietberg am Samstag in allen drei Sporthallen des Schulzentrums in Rietberg. Kinder und Jugendliche aber auch Eltern konnten sich in den vielen Sparten der Viktoria-Sportabteilungen ausprobieren.

„Wir wollen nichts vorgeben, sondern die jungen Sportler und Sportlerinnen mal machen lassen – einfach mit Freude austoben lassen in der sehr bunten Auswahl“, konnte sich Daniela Becker, Vorsitzende des TuS, über die sehr gute Resonanz unter den Augen von Bürgermeister Andreas Sunder freuen. So lockten die verschiedenen Ballsportarten wie Fußball, Handball, Hockey oder Bouncerball. Geschicklichkeit teils gemischt, mit dem Mut etwas auszupro-

bieren, war auf dem Schwebebalken, den Ringen oder beim Sprung vom Kasten auf die Matte gefragt. Beliebt waren bei den Jüngsten auch die Tri-carts, eine Leihgabe des Kreissportbundes, um mit ihnen eine schnelle Runde durch die Halle zu drehen.

Zugleich bot sich die Möglichkeit neue Sportarten kennenzulernen. Kinder ab 10 Jahren sind beim Bogenschießen willkommen und erhalten zu Beginn das passende Equipment ausgeliehen. Die Vielseitigkeit der Leichtathletik präsentierte der TuS gleich in der Nachbarhalle und beantwortete die Fragen in der Praxis: Wie bekomme ich beim Sprint Schwung aus dem Startblock oder wie schaffe ich beim Ballwurf eine gute Weite? Nach der Aufwärmrunde, das zur Verletzungsprävention beim Volleyball ein Muss ist, wurden

die neugierigen und auch die gestandenen Volleyballfreunde mit dem Smovey-Training überrascht. Das Schwingringsystem dient zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur. Die Sportgruppe der kfd-Frauen, die sich vor einem Jahr dem TuS angeschlossen hatte, haben dieses neue Gerät mitgebracht.

Vor drei Jahren wurde der TuS vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) als Stützpunktverein anerkannt. „Auch nach der Förderung des DOSB wollen wir unsere Arbeit für eine gute Integration, Inklusion und Fairplay weiterführen und hoffen dabei auf städtische Unterstützung“, so Daniela Becker, die mit ihrem Team für Oktober schon den nächsten Aktionstag plant. Die Freude an der Bewegung und das Miteinander prägten jedenfalls das kurzweilige Sportfest am Samstag.



Fotos: RSA/Pfaff

## ADFC startet in die neue Saison

Rietberg. Der Allgemeine Deutsche Fahrradclub (ADFC) startet am Dienstag, 2. April, mit einer ca. 40-km-Fahrt in den nördlichen Stadtteil in die neue Saison organisierter Fahrradtouren. Treffpunkt für alle Mitfahrer ist um 17.30 Uhr auf dem Lidl-Parkplatz, Am

Bahnhof 4, in Rietberg. „Wir fahren mit Tempo 18 bis 21 km/h und sind inklusive Verschnaufpause drei Stunden unterwegs“, sagt ADFC’ler Dieter Hansch. Die erste Sonntagstour des Jahres ist auf den 26. Mai terminiert. Weitere Infos unter: [www.touren-terme.adfc.de](http://www.touren-terme.adfc.de).

## Lauftreff beim TuS Westfalia

Neuenkirchen. Auch in diesem Jahr bietet der Lauftreff von Westfalia Neuenkirchen wieder einen Laufanfänger- und Wiedereinsteiger-Kurs für Vereinsmitglieder und Nichtmitglieder an. Der Kurs startet am Montag, 8. April, 19 Uhr und findet dann immer montags

und mittwochsabends um 19 Uhr statt. Dauer 12 Wochen. Treffpunkt ist das Sportheim in Neuenkirchen. Eine Anmeldung erfolgt über die Internetseite ([www.tus-westfalia-neuenkirchen.de/breitensport](http://www.tus-westfalia-neuenkirchen.de/breitensport)) oder per Mail (Lauftreff-Neuenkirchen@web.de)