INKLUSION IM SPORT

Sport, Spiel und Bewegung wirken entwicklungsfördernd und machen vor allem eines: Spaß! Dabei spielen die individuellen Voraussetzungen keine Rolle. Auch Menschen mit Behinderungen wollen sportliche Inhalte kennenlernen und erproben.

Inklusion ist Menschenrecht. Gemeinsam Sport zu treiben ist eine Bereicherung für alle. Alle Sportbegeisterten können voneinander lernen. In der **„Inklusiven und fairen Sportwoche“** können insbesondere Menschen mit Handicap in verschiedene Sportangebote reinschnuppern und den sportlichen Austausch mit anderen im Verein erleben. Jede und jeder ist willkommen, der Freude an Bewegung hat und andere Sportbegeisterte kennenlernen möchte.

FAIRER HANDEL UND NACHHALTIGKEIT IM SPORT

Jülich setzt sich für eine global nachhaltige Entwicklung und die 17 Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen ein. Auch Akteure im Sport können hier einen wichtigen Beitrag leisten, z.B. durch ihren Einsatz für ein faires Miteinander und für Toleranz, durch die faire und nachhaltige Beschaffung von Sportartikeln oder durch die inklusive Gestaltung ihrer Angebote.
Ziel der Sportwoche ist es, aktuelle Impulse im Bereich Nachhaltigkeit aufzuzeigen und gemeinsam Wege zur Umsetzung im Sport zu finden.

HOST TOWN JÜLICH 2023

190 Nationen – 216 Host Towns
Wir stehen für eine inklusive und nachhaltige Gesellschaft. Deshalb war Jülich ausgewählte „Host Town"
für die Special Olympics World Games 2023 in Berlin
und empfing in 2023 eine Delegation mit Athletinnen und Athleten aus dem Libanon.

SPECIAL OLYMPICS WORLD GAMES BERLIN 2023
HOST TOWN #JÜLICH PROGRAM 2023

VERANSTALTER

Stadt Jülich
Fachbereich für Sozialplanung, Demografie, Inklusion und Integration

Beatrix Lenzen
Große Rurstraße 17
52428 Jülich
Tel.: 02461 - 63 239
E-Mail: BLenzen@juelich.de

Weitere Informationen im Überblick findest du auch auf unserer Website:

www.juelich.de/inklusivesportwoche

STADT JÜLICH
Historische Festungsstadt - Moderne Forschungsstadt

MENSCHEN MIT HANDICAP HERZLICH WILLKOMMEN

Kooperationspartner

JÜLICH 1948 e.V.
SV JÜLICH 1912
DS HANDPOWER EFFECTS
Betriebssportgemeinschaft Forschungszentrum Jülich 1965 e.V. BSG
Deutsches WasserSportZentrum JWSU
all inclusive FITNESS ERLEBE DEN UNTERSCHIED
Tanzschule BAULIG

INKLUSIVE UND FAIRE SPORTWOCHE

21. – 28. JUNI 2025 IN JÜLICH

ZIELE FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG
HOST TOWN
STADT JÜLICH

LEICHTE SPRACHE FÜR MENSCHEN MIT FREUDE AM SPORT

Sport macht Spaß.
Sport ist gesund.
Inklusion ist ein lateinisches Wort.
Man meint damit:
Alle Menschen sind mit dabei.
Wir wollen mit allen zusammen Sport machen.
In der Sport-Woche können verschiedene Sport-Angebote ausprobiert werden.
Zum Beispiel: Tischtennis, Schwimmen, Kraft-Training, Fußball, Dartspiel und Tanzen.

JEDE UND JEDER IST WILLKOMMEN.

SCHNUPPER-KURSE

BREAKDANCE, HIP HOP UND VIDEOCLIP DANCING

Wann?

Di, 24.06.25	„Hip Hop-Kids“ ab 8 Jahre	17:00 – 18:00 Uhr	Saal 1
Di, 24.06.25	„Hip Hop Integrativ und VCD“	18:15 – 19:15 Uhr	Saal 1
Mi, 25.06.25	„Hip Hop" und "Videoclip Dancing“ für Anfänger	16:15 – 17:45 Uhr	Saal 2
Sa, 28.06.25	„Breakdance“ für Anfänger	12:30 – 14:00 Uhr	Saal 1

Wo? ADTV Tanzschule Baulig, Kurfürstenstr. 8 in Jülich

Tanzen wie die Stars! Musik und Tanz das macht uns allen Spaß. Lerne unsere inklusive Breakdance- und Hip Hop-Tanzgruppen kennen und übe erste coole Moves – Bewegungsschritte.
Bitte unbedingt saubere Schuhe für die Tanzfläche mitbringen!

KID’S DANCE, BALLETT UND KINDERTANZ

Wann?

Mo, 23.06.25	„Kinderballett“ ab 6 Jahre	16:00 – 17:00 Uhr	Saal 2
Mo, 23.06.25	„Kid’s Dance“ ab 6 Jahre	16:45 – 17:45 Uhr	Saal 1
Di, 24.06.25	„Kindertanzen“ ab 4 Jahre	16:00 – 16:45 Uhr	Saal 2
Mi, 25.06.25	„Kindertanzen“ ab 2 Jahre	15:45 – 16:30 Uhr	Saal 2
Mi, 25.06.25	„Kid’s Dance“ ab 6 Jahre	16:45 – 17:45 Uhr	Saal 1
Do, 26.06.25	„Kindertanzen“ ab 4 Jahre	17:00 – 17:45 Uhr	Saal 2
Fr, 27.06.25	„Kindertanzen“ ab 2 Jahre	17:00 – 17:45 Uhr	Saal 2
Fr, 27.06.25	„Kinderballett“ ab 6 Jahre	16:00 – 17:00 Uhr	Saal 2

Wo? ADTV Tanzschule Baulig, Kurfürstenstr. 8 in Jülich

Im „Kid’s Dance“ übt ihr moderne Bewegungen und einfache Choreographien. Die Kids lernen in angenehmer Atmosphäre die Welt der Solotänze kennen. Das Kinderballett für Schulkinder schult die Motorik, stärkt die Haltung und fördert das Konzentrationsvermögen und das Körpergefühl der Kinder.
Bitte unbedingt saubere Schuhe für die Tanzfläche mitbringen!

„LET’S DANCE“ FÜR JUNGE UND ÄLTERE ERWACHSENE

Wann?

So, 22.06.25	„Paartanz für Anfänger“	16:00 – 17:30 Uhr	Saal 2
Mo, 23.06.25	„Paartanz für Anfänger“	18:00 – 19:30 Uhr	Saal 1
Do, 26.06.25	„Discofox Club für Anfänger“	18:00 – 19:30 Uhr	Saal 1

Wo? ADTV Tanzschule Baulig, Kurfürstenstr. 8 in Jülich

Hier lernt ihr erste Paartanzschritte und alles, was ihr für richtig gutes Tanzen braucht. Barrierefreier Zugang für Rollifahrer ist vorhanden. Alle tanzen mit. Ihr könnt mit und ohne eure Tanzpartner:innen teilnehmen.
Bitte unbedingt saubere Schuhe für die Tanzfläche mitbringen!

ZUMBA FITNESS

Wann?

Mo, 23.06.25	18:15 – 19:15 Uhr	Saal 2	
Mi, 25.06.25	18:15 – 19:15 Uhr	Saal 2	

Wo? ADTV Tanzschule Baulig, Kurfürstenstr. 8 in Jülich

ZUMBA begeistert viele Menschen aus jeder Altersgruppe. Ihr bewegt euch zu flotter lateinamerikanischer Musik und baut eure körperliche Fitness auf. Die Tanzschritte sind leicht nachzutanzen und jeder kann sofort mitmachen.
Bitte unbedingt saubere Schuhe für die Tanzfläche mitbringen!

KRAFTTRAINING FÜR FITNESS

Wann? Sa, 21.06.25, 11:00 – 14:00 Uhr
inkl. Pause mit Snack und Getränken

Wo? AI Fitness Jülich
Poststr. 1 in der Galeria Juliacum (mit dem Aufzug in die 2. Etage)

Erfahrene Reha-Trainer zeigen euch individuelle Übungen an Geräten und mit dem eigenen Körpergewicht. Der Spaß am Training steht im Vordergrund. Das Fitness-Studio ist barrierefrei und jeder ab 16 Jahren darf hier trainieren.

KINDERLEICHTATHLETIK

Wann? Do, 26.06.25, 16:00 – 17:00 Uhr
Für Kinder im Grundschulalter der 1. – 4. Klasse

Wo? BSG FZ-Jülich, Katholische Grundschule,
in der Turnhalle, Linnicher Str. 67 in Jülich

Kleine und große Spiele mit Elementen der Leichtathletik werden hier verknüpft und bilden neben den zahlreichen spielerischen Möglichkeiten der Bereiche Springen, Werfen und Laufen einen großen Anteil unserer Stunde.

DART SPORT

Wann? Sa, 28.06.25, 13:00 – 16:00 Uhr

Wo? DC Handpower-Effects, im Bistro TOP TEN, Bongardstr. 4 in Jülich

Der DC Handpower-Effects ist eine Dart Mannschaft des Stammhauses. Dartsport ist ein Spiel für alle mit Pfeilen, mit denen auf einen Dartautomaten geworfen wird. Hier spielen Menschen mit und ohne Handicap zusammen. Im Vordergrund stehen Spiel und Spaß. Christoph Beckers und Jenny Weber leiten den Schnupperkurs.

RÜCKEN-YOGA FÜR ERWACHSENE

Wann? Mo, 23.06.25, 20:15 – 21:00 Uhr

Wo? BSG FZ-Jülich, Mädchengymnasium Jülich, große Sporthalle, Zugang über Toreinfahrt Römerstraße in Jülich

Rücken-Yoga hilft dir mit Übungen, deinen Rücken wieder beweglicher werden zu lassen. Yoga hilft dir, deinen Körper und Geist zu entspannen.

FUSSBALL

Wann? So, 22.06.25, 10:30 – 13:00 Uhr

Wo? SV Jülich 1912 e.V., auf dem Fußballplatz im Karl-Knipprath-Stadion, Rurauenstraße in Jülich

Wir lernen spielerisch den Umgang mit dem Fußball. Spaß und Spiel stehen im Vordergrund. Das Schnuppertraining wird geleitet von Mo Khomassi und Wolfgang Beck.

SCHWIMMEN

Das Schnuppertraining kann in 2025 leider nicht angeboten werden, da die Schwimmstätte Hallenbad dem Jülicher Wassersportverein 1923 e.V. nicht mehr zur Verfügung steht.

NUR MIT VORHERIGER ANMELDUNG

Stadt Jülich, Tel.: 02461 - 63239, E-Mail: HostTown@juelich.de
Falls erforderlich bitten wir die Teilnehmenden mit ihrer persönlichen Assistenz teilzunehmen.

DIE TEILNAHME AN DEN SCHNUPPERTRAININGS IST KOSTENLOS.

WALKING FOOTBALL

Wann? Do, 26.06.25, 16:30 – 18:00 Uhr
Für Erwachsene

Wo? BSG FZ-Jülich, BAW-Halle, Leo-Brandt-Str., Jülich
(Wegbeschreibung bei Anmeldung)

Beim „Gehfußball“ laufen wir nicht. Das Spiel unterstützt euch bei eurem aktiven Lebensstil und gibt euch die Möglichkeit Fußball zu spielen – unabhängig von Alter und eigener Mobilität.

TISCHTENNIS

Wann?
Di, 24.06.25, 17:00 – 19:00 Uhr, „Jugendtraining“
Für Kinder & Jugendliche

Do, 26.06.25, 17:00 – 18:30 Uhr, „Breitensportgruppe“
Für Erwachsene

Wo? TTC indeland Jülich e.V.
Sporthalle an der Berlinerstr. im Nordviertel in Jülich

Tischtennis ist eine Ballsportart, die alle spielen können unabhängig von Alter und individuellen Voraussetzungen. An verschiedenen Stationen üben wir mit dem Ball und Schläger. Danach versuchen wir uns im ersten Spielen. Mike Küven und sein Trainerteam leiten das Training.

BADMINTON

Wann? Fr, 27.06.25, 18:00 – 22:00 Uhr
Für Jugendliche und Erwachsene

Wo? BSG FZ-Jülich, in der Sporthalle Kreis Berufsschule, Theodor-Körner-Str. in Jülich, **Eingang zur Halle über Bauhofstr. 7**

Bei uns steht das Zusammenspielen im Vordergrund. Dies reicht vom „Federball-Spiel“ bis hin zum Badminton für Fortgeschrittene, vom Jugendlichen bis zum Pensionär.
Bitte bringe deinen Federball- oder Badmintonschläger mit.