

Pressemitteilung

Nicole Gergen
stv. Pressesprecherin
Telefon: 0821 3255 5180
Telefax: 0821 3255 5810

vom 20.05.2020
Seite 1 von 2

Pressestelle
Halderstr. 1-5
86150 Augsburg
presse@sska.de

KNAXIADE daheim - Bewegung mal anders

Bereits zum 27. Mal findet sie jährlich statt: die KNAXIADE, eine vom Turnbezirk Schwaben des Bayerischen Turnverbandes initiierte „Olympiade“ für Kinder, bei der es nicht um Wettbewerb geht, sondern ausschließlich um „Spaß an der Bewegung“. Über 1,3 Millionen Kinder haben an der KNAXIADE in der Vergangenheit teilgenommen.

Aufgrund der derzeitigen Situation und der Unsicherheit für die nächsten Wochen kann die KNAXIADE nicht in der gewohnten Art und Weise in den Kindergärten umgesetzt werden. Aus diesem Grund hat der Projektleiter Reinhard Gansert eine „KNAXIADE daheim“ entwickelt. Mit einfachen Übungen und leicht organisierbarem Material kann ein Bewegungsspaß für die ganze Familie entstehen.

Groß und Klein können gemeinsam die verschiedenen Übungen Zuhause im Wohnzimmer, Garten oder auch als Freizeitbeschäftigung auf einer Wiese oder im Wald durchführen. Dabei gibt es Anregungen, die vor allem die koordinativen Fähigkeiten, wie z. B. das Balancegefühl oder die Reaktionsfähigkeit verbessern. Elemente zur Kräftigung der verschiedenen Körperpartien dürfen natürlich auch nicht fehlen. Das Programm enthält 30 verschiedene Übungsanregungen, die über einen längeren Zeitraum durchgeführt werden können.

Dazu Vorstandsmitglied Cornelia Kollmer: "Die Familien entscheiden selbst, wie sie die „KNAXIADE daheim“ umsetzen. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Der Spaß kommt auf jeden Fall nicht zu kurz, das kann ich versichern."

Informationen mit den Ideen gibt es zum Download unter www.knaxiade.de. Hier gibt es auch die Möglichkeit eine kleine Urkunde herunterzuladen.

Weitere Auskünfte erteilt auch Reinhard Gansert, Projektleiter der KNAXIADE,
Auf der Ludwigshöhe 16, 87437 Kempten, Tel.: 0831/51210-752, Fax:
0831/51210-750, e-Mail: reinhard.gansert@knaxiade.de

Mehr zur KNAXIADE:

<http://knaxiade.de/>