

Sportkreis-Information 13.08.26

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir heißen Sie herzlich zu unserer heutigen Sportkreis-Info willkommen.

Mit sportlichen Grüßen

Ihr Sportkreis-Team

Rollstuhl-Mobilitätstraining in Darmstadt

romowo

Rollstuhlmobilität Wohnortnah

Mobilitätstraining
12.09. &
24.10.2026
in Darmstadt

Das Projekt

Das romowo-Projekt macht Rollstuhl-Mobilitätstraining bundesweit möglich. Ziel ist, dass Menschen, die im Alltag auf einen Rollstuhl angewiesen sind, an speziellen Trainings teilnehmen können, um sich sicherer und selbstständiger zu bewegen. Die Trainings werden an verschiedenen Standorten angeboten und bestehen aus zwei Ganztagesterminen im Abstand von vier Wochen. Zwischen den Trainingstagen können die Teilnehmenden mithilfe einer App zu Hause weiter üben. Das erfahrene Trainerteam, darunter auch Rollstuhlnutzerinnen und Rollstuhlnutzer, gibt Tipps und steht für Fragen bereit.

Das Projekt ist eine gemeinsame Initiative von FIBS und DRS und wird gefördert durch die Aktion Mensch. Es setzt auf bewährte Inhalte, die nachweislich die Mobilität verbessern:

- Sicher fahren
- Hindernisse meistern
- Alltag leichter bewältigen
- Kraft & Technik stärken

Anmeldung

romowo.app/termine



Kontakt

info@romowo.app

Ansprechpartner*innen

Tanja Bungter / Stefanie Rabert / Peter Richarz

Trainingsort

Sportvereinigung Eberstadt e.V.
Brandenburgerstraße 65
64297 Darmstadt-Eberstadt

Trainingstage

12.09. und 24.10.2026
09.30 – 16.30 Uhr



Ein Projekt von:

In Kooperation mit:



Sanitätshaus Klein
und Bräun



In Darmstadt findet im September und Oktober 2026 das erste **Rollstuhl-Mobilitätstraining (RoMoWo)** in Darmstadt statt.

Was ist RoMoWo?

RoMoWo – RollstuhlMobilitätWohnortnah ist ein bundesweites Projekt, das Rollstuhlnutzer*innen durch gezielte Mobilitätstrainings mehr Sicherheit, Selbstständigkeit und Teilhabe im Alltag ermöglicht. Das nachhaltige

Trainingskonzept umfasst zwei Praxistage im Abstand von vier Wochen. Zwischen den Terminen absolvieren die Teilnehmenden eine onlinegestützte Selbsttrainingsphase – unterstützt durch Videos, Übungsanleitungen und eine persönliche Checkliste über die RoMoWo-Web-App (www.romowo.app).

Für wen ist das Training gedacht?

Das Angebot richtet sich an Menschen, die auf einen manuellen Rollstuhl angewiesen sind – unabhängig von Alter, Vorerfahrung oder Mobilitätsniveau. Sowohl Neueinsteigerinnen als auch erfahrene Rollstuhlfahrerinnen profitieren von dem strukturierten Programm.

Termine:

1. Trainingstag: 12.09.2026, 09:30 – 16:00 Uhr

2. Trainingstag: 24.10.2026, 09:30 – 16:00 Uhr

Ort: Sportvereinigung Eberstadt, Brandenburgerstraße 65, 64297 Darmstadt-Eberstadt.

Weitere Infos und Anmeldung [hier](#).

Fortbildung "Alltags-Fitness-Test Praxis-Programm (AFT-PP)" am 12.09.26

Der LSBH bietet am **Samstag, 12.09.2026, von 10:00 – 16:00 Uhr**, in der Sportschule Frankfurt die Fortbildung „AFT Praxis-Programm (AFT PP)“ an.

Den Ruhestand genießen, sich Träume erfüllen und das Alter aktiv zu genießen, davon träumt fast jeder. Doch nur knapp 30 % der Bevölkerung bewegen sich im Alltag genug, um ihre Gesundheit zu erhalten. Mit dem Alltags-Fitness-Test können Sie ermitteln, wie fit Sie im Vergleich zu anderen Ihres Alters sind und erfahren, ob Sie auch mit 90 Jahren noch fit genug sind, um Ihren Alltag zu bewältigen.

Um die Alltagsfitness gezielt trainieren zu können, wurde das Alltags-Fitness-Test Praxis-Programm entwickelt. In 14 Kursstunden werden Kraft, Ausdauer, Geschicklichkeit, Beweglichkeit und die kognitive Fitness trainiert. Das Trainingsprogramm ist auf der Grundlage des Alltags-Fitness-Tests (AFT) konzipiert.

Die Ausschreibung mit weiteren Infos finden Sie [hier](#).

Ihre Anmeldung senden Sie bitte zusammen mit Ihrer DOSB-Lizenz bis spätestens **24.08.2026** an gesundheitssport@lsbh.de.

Bei Fragen wenden Sie sich an Gaby Bied, 069-6789423 oder gbied@lsbh.de.

Fördermittel für #deinehrenamt

Das **Land Hessen** fördert und unterstützt ehrenamtliches Engagement auf vielfältige Weise, schafft die notwendigen Strukturen und gibt auch finanzielle Rückendeckung bei neuen Aufgaben.

Ob Sport, Jugend, Kultur, Umwelt oder viele weitere Bereiche: Es lohnt sich, die **Förderprogramme** zu kennen und zu nutzen. Es wird aber auch über die Grenzen Hessens hinaus geschaut, denn auf Bundes- und Europaebene gibt es ebenfalls Fördertöpfe für das bürgerschaftliche Engagement.

Alle Informationen zu den Förderbedingungen sowie den Online-Antrag finden sich [hier](#).



Ausbildungsangebote und Lizenzerwerb



Mit einer Vielzahl an Ausbildungen möchte der **Landessportbund Hessen** sportinteressierte Menschen optimal für die Arbeit im Sportverein, Sportkreis oder Verband – ob als Übungsleitende oder Funktionär*innen – qualifizieren.

Eine Übersicht der Ausbildungen und deren Inhalte sowie das Bildungsportal findet Ihr [hier](#).

"Ich mag meine Füße"-Tag

Unsere Füße tragen uns jeden Tag durchs Leben – und trotzdem schenken wir ihnen oft viel zu wenig Aufmerksamkeit. Dabei sind sie weit mehr als nur das „Fundament“ unseres Körpers.

Der **Landessportbund Hessen** startet jetzt mit seinen Digitalen Gesundheitsangeboten in die zweite Jahreshälfte. Am **17.08.26, 19:00 Uhr**, bietet der LSBH einen interessanten, kostenfreien Online-Vortrag mit anschließender Praxiseinheit, anlässlich des **"Ich mag meine Füße"-Tags**. In der Praxiseinheit kann jeder ganz einfach von zu Hause aus mitmachen.

Zur Anmeldung geht es [hier](#).

Schutz vor Online-Betrug

Eine neue Betrugswelle trifft Sportvereine. Immer öfter müssen sich Versicherer mit **Online-Betrug** beschäftigen und den finanziellen Schäden, die Sportvereinen dadurch entstehen.

Online-Betrug kann Vereine schnell und unerwartet treffen. Die **ARAG-Sportversicherung** zeigt Ihnen, wie die Maschen funktionieren und was Sie tun können, um Ihren Verein davor zu schützen.

Präventionstipps und konkrete Beispielfälle finden Sie [hier](#).

SPORTKREIS DARMSTADT-DIEBURG e.V.
im Landessportbund Hessen
Geschäftsleitung
Schuchardstr. 7
64283 Darmstadt

Telefon: [+49 6151 7804467](tel:+4961517804467)
Fax: +49 6151 7804468
E-Mail: geschaeftsstelle@sportkreis-darmstadt-dieburg.de