

Das FitLight-System für DJK-Vereine

Langenfeld (31.01.2018). Mit einem neuen Angebot möchte der DJK-Sportverband den inklusiven Sport in den DJK-Vereinen weiter fördern und ausbauen. Inklusion steht für das Recht auf gleichberechtigte und selbstbestimmte Teilhabe an der Gesellschaft als zentrales Menschenrecht.

Als Anregung und zusätzliche Motivation können sich interessierte DJK-Vereine ein so genanntes FitLight-System für einen Zeitraum von drei Monaten kostenlos beim DJK-Bundesverband ausleihen und zum Training nutzen. Der Verein erhält vor Ort eine Einführung in das FitLight-System. Voraussetzung ist, dass zum Lehrgang Sportlerinnen und Sportler aus dem Bereich des Behindertensports eingeladen werden.

Bei den FitLights handelt es sich um scheibenförmige LED Lampen. Die FitLights werden per WLAN mit einem zugehörigen Tablet verbunden, über welches sie sich steuern und programmieren lassen. Es ist beispielsweise manuell steuerbar, wann welches Licht erscheint. Leuchtet ein Licht auf, so muss es berührt werden. Dann erlischt es wieder und das nächste Licht leuchtet. Ebenfalls ist es möglich, die FitLights so zu programmieren, dass sie als Bewegungsschranke fungieren und erlöschen, sobald diese durchlaufen wird. Durch die Steuerbarkeit über das Tablet kann die Geschwindigkeit und die Spielzeit an die Fähigkeiten der Teilnehmer und Teilnehmerinnen angepasst werden. Es ist sowohl möglich alleine, als auch mit mehreren Spielern oder mit Assistenz zu trainieren. Da die FitLights sehr leicht sind und beispielsweise per Klickverschluss an zugehörigen Stangen befestigt werden können, ist auch die Höhe an die individuellen Bedürfnisse anpassbar. Die Einsatzmöglichkeiten sind sehr vielfältig.

Die Sport-Inklusionsmanagerin des DJK-Sportverbandes, Vera Thamm, hat das FitLight-System auf der ersten Schulung in Langenfeld bereits getestet: „Mein Eindruck ist, dass man das FitLight-System sehr individuell einsetzen kann, auch sehr individuell an die jeweilige Sportart anpassen. Es ist für den inklusiven Bereich bestimmt auch gut einsetzbar, weil man hier ebenfalls Reaktionsfähigkeit und Hand-Augen-Koordinationsfähigkeit benötigt.“

Die FitLights eignen sich besonders gut für inklusive Angebote im Leistungssportbereich, da durch das wiederholte Konzentrieren auf das neue aufleuchtende FitLight unter anderem die Reaktionsfähigkeit, die Hand-Auge-Koordination, die Wahrnehmung und die Aufmerksamkeit trainiert und geschult werden.

Weiterführende Informationen über die FitLight-System sind auf: www.fitlight.de zu finden und unter folgendem Link: <https://www.djk.de/news/832-fitlights-schulung-in-langenfeld>

DJK-Vereine, die das FitLight-System ausleihen möchten, können sich ab dem **15.02.2018** per Mail an: Veranstaltungen@DJK.de wenden. Es ist eine Kautionszahlung zu entrichten.

Bildquelle: DJK-Sportverband

Verantwortlich für den Inhalt:

Alexandra Schüttler
Pressesprecherin u. Referentin für Öffentlichkeitsarbeit
DJK-Sportverband

Zum Stadtbad 31
40764 Langenfeld
Tel. 02173-33 668 14
presse@djk.de

Herausgeber:

DJK-Sportverband, Bundesgeschäftsstelle
Langenfeld, Zum Stadtbad 31, 40764 Langenfeld
Fon 02173/33668-0, Fax 02173/33668-68
info@djk.de
www.djk.de

www.djk.de

„Sport um der Menschen willen“ ist das Leitbild des katholischen DJK-Sportverbandes, in dem rund 500.000 Mitglieder in mehr als 1.100 DJK-Vereinen sportlich aktiv sind. Im Jahre 1920 in Würzburg gegründet, unterstützt die DJK qualifizierte Sportangebote, fördert Gemeinschaft und orientiert sich an der christlichen Botschaft. In der DJK treffen Menschen von unterschiedlicher Herkunft und Kultur zusammen und erleben gemeinsam Werte im Sport.