



SPORT IST  
DEIN DING?  
PERFEKT!  
MACH DIR DEIN  
DJK-PROGRAMM  
Mein DJK-Kalender  
...bewegt

2023 WIRD GROSSARTIG!

**Trau Dich!**

Übungsleiterassistent \*in // **Ausbildung** // DTB-Basisschein Trampolin // Übungsleiter\*in-C-Basis-modul // Übungsleiter\*in-C-Aufbaumodul

**Los geht's!**

Yoga-Rücken // **Sportlehrgänge** zur Verlängerung der ÜL-Lizenz // Darts // Functional Training // Familien-Sportwochenende // Bogenschießen // Zirkeltraining // Gesundheitssport // Yoga – Yin&Yang // Senior-Fit // Ganzheitliches Rückentraining // Faszientraining zur Dehnung und Entspannung // Entspannung und Achtsamkeit // Klima-Training // Kindgerechter Fußball // Spiele Sport Ferienspaß – Fit für die Praxis // Sturzprophylaxe // Jumping-Fitness

**Lass dich ein!**

Besinnungstage auf Wangerooge // **Spirituelle Bildung** // Mit Sportsgeist zur Firmung // Meditatives Bogenschießen // DJK-Sport-exerzitien // Bewegung und Besinnung

**Chill mal!**

**Freizeiten** // Abenteuer-Erlebnis-Woche im Sport- und Erlebnisdorf Hinsbeck // Handball-Camp Mädchen // Sport- und Spielfest auf Burg Gemen // Handball-Camp Jungen

**Feel good!**

Online-Infotreffen für Vereine // **Sicherer SpORT** // Präventionsschulungen // Wir kommen in deinen Verein und bieten Präventionsschulungen an – Sprecht uns an! // Wir machen euch stark für Prävention von Grenzüberschreitungen und sexualisierter Gewalt im Sport

**Inklusion vor Ort** // Projekt zum Mitmachen // Sport-Spiele-Fest // Sportfest in deiner Nähe // Sport für alle // Alle! können mitmachen

**Ohne Grenzen**

**Gönn dir!**

**Deine Idee kommt an!** // Aquafitness? Boule? Calisthenics? ...? // Was darf es sein im ABC des Sports? // Dein Wunschangebot in deinem Verein // Sprich uns an! // Wir kommen zu euch und bringen den Lehrgang mit!

