



Kofinanziert von der
Europäischen Union

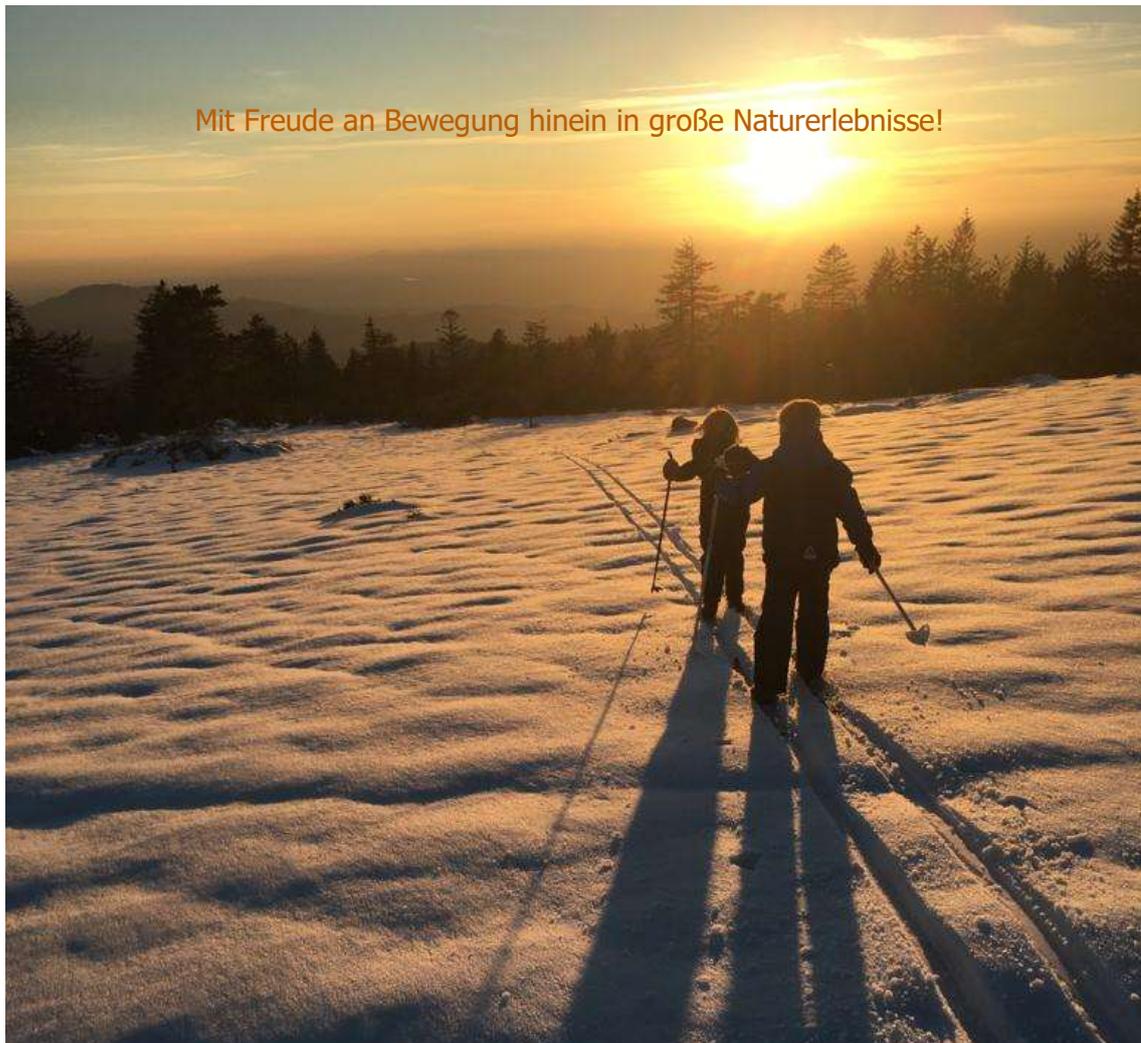


BERICHT

PILOTPROJEKT

FRILUFTSLIV: NORDIC SPORTS & LIFESTYLE

Pilotprojekt im Rahmen des EU geförderten DOSB-Projektes „SPORTOUT: Sportvereine draußen stark machen - Gesunde Sportangebote nachhaltig in der Natur gestalten“



Haftungsausschluss der EU

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.

Sportverein Baiersbronn e.V.

Vorsitzender: Stefan Mirus

Adresse: Wilhelm-Münster-Str.4, 72270 Baiersbronn

Homepage: www.svb-ski.de

Instagramm: svbaisbronn

Projektleitung: Dr. Katrin Adler

Autorin Bericht: Dr. Katrin Adler

Druck:

Baiersbronn, den 26.04.2024

INHALTSVERZEICHNIS

Intention	4
Einleitung	5
Erkenntnisse im Überblick	6
Neu etablierte Angebote im Detail	13
Kinder-Gipfeldosen	13
Kinder-Bücherkisten.....	18
Kinder-Forscherkisten	25
Sportartenkarussell draußen im Freien	26
Outdoor-Familienangebote	30
Workshops, Vorträge und Diskussionsrunden	34
Erwachsenen-/Eltern-Outdoor-Angebote	36
Portabler Parcours für Outdoor-Angebote.....	37
Kooperationen und PartnerInnen	40
Dank	41
Literatur-Empfehlungen	42

INTENTION

„FRILUFTSLIV: Nordic Sports & Lifestyle“ ist ein Pilotprojekt im Rahmen des EU-geförderten DOSB-Projektes „SPORTOUT: Sportvereine draußen stark machen – Gesunde Sportangebote nachhaltig in der Natur gestalten“. SPORTOUT soll durch innovative Maßnahmen und Bewegungsformen Antworten auf die aktuellen Herausforderungen der Mitgliedergewinnung und -bindung in Sportvereinen und -verbänden geben. Darüber hinaus soll es dazu beitragen, Vereine fit für die Herausforderungen der Gegenwart und der Zukunft zu machen. Sie dazu motivieren Innovationen in den Bereichen der Angebots- und Mitgliederentwicklung zu wagen – mit einem besonderen Schwerpunkt für gesundheitsfördernde Angebote „im Freien“ – und damit ihre Attraktivität zu erhöhen¹. Dabei sollen Sportvereine situationsangepasste, gesundheitsorientierte und innovative Sportangebote „im Freien“ entwickeln und erproben. Sie sollen zeigen, dass naturverträgliche Sportausübung einen Beitrag zum Naturbewusstsein der Bevölkerung und gleichzeitig einen Mehrwert für deren Gesundheit leisten kann (ebd.). Das Pilotprojekt „FRILUFTSLIV: Nordic Sports & Lifestyle“ des Sportvereins Baiersbronn greift das norwegische Sport-, Bildungs- und Lebensstilkonzept "Friluftsliv" ('free-air life') auf und schafft insbesondere für die Zielgruppe "Junge Familien", den "leistungssportlichen Nachwuchs" und Dropouts ein Angebot, das körperliche Aktivität in der Natur mit Gesundheits- und Umweltbildung verknüpft. Friluftsliv lässt sich als ein Lebensstil beschreiben, der v.a. von körperlicher Aktivität in der Natur geprägt ist und mit positiven physischen, psychischen und sozialen Effekten einhergeht². Das Pilotprojekt reagiert auf die aktuellen Herausforderungen im Bereich Klima und Energie³ sowie die zukünftigen Rahmenbedingungen der in der Sparte Ski nachwuchsleistungssportlich betriebenen Sportarten Nordische Kombination, Skisprung und Skilanglauf. Es fokussiert zugleich auf den Rückgang der gesundheitswirksamen Bewegungsaktivität von Kindern, der durch die Covid-19-Pandemie noch verstärkt wurde⁴. Das Pilotprojekt sieht vor, insbesondere die Wintersportstätten des Sportvereins Baiersbronn ganzjährig als "Natursportplätze" zu bespielen und mit Sport-/Bewegungs-Angeboten einer breiteren Öffentlichkeit, insbesondere jungen Familien, zugänglich zu machen. Unter dem Konzept Friluftsliv sollen die Zielgruppen für ein natur- und gesundheitsbezogen verantwortungsbewusstes Verhalten sensibilisiert werden. Die entwickelten Maßnahmen werden so implementiert, dass sie auf Dauer bestehen können. Das Pilotprojekt orientiert sich v.a. an der Nachhaltigkeitsstrategie des Deutschen Skiverbandes⁵ und will zur Umsetzung dieser mit innovativen Ideen beitragen. Das Friluftsliv-Projekt verortet sich mit seiner Zielstellung zunächst im Nachhaltigkeitsbereich der *ganzjährigen Nutzung* von Wintersportstätten (ebd.).

¹ DOSB (2022). *SPORTOUT*. Zugriff unter: <https://sportstaetten-umwelt-nachhaltigkeit.dosb.de/index.php?id=5837>

² Hofmann, A. R., Rolland, C. G., Rafoss, K. & Zoglowek, H. (2015). *Friluftsliv - ein norwegisches Phänomen: Eine Lebensphilosophie in Theorie und Praxis* (1. Aufl.). Waxmann Verlag.

³ SIS, LAB (2022). Perspektiven des Schneesports im Zeichen des globalen Klimawandels – 2. Gemeinsames Positionspapier Expertenforum Klima.Schnee.Sport, *Ski & Berge Wissen*, 1–6.

⁴ Wunsch, K., Kienberger, K. & Niessner, C. (2022). Changes in Physical Activity Patterns Due to the Covid-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(4), 2250.

⁵ DSV, SNBGER & SIS (2023). *Nachhaltigkeitsstrategie 2030*. Zugriff unter: <https://www.stiftung.ski/nachhaltigkeit/nachhaltigkeitsstrategie/>

EINLEITUNG

FRILUFTSLIV ist ein in Skandinavien entwickeltes Lebensstil-Konzept, das von einer körperlich-sportlichen Auseinandersetzung in und mit der Natur geprägt ist und sich zugleich als Lebensgefühl beschreiben lässt⁶. Es bedeutet so viel wie „Freiluftleben“ und umfasst den Aufenthalt, das bewusste Erleben und die Ausübung von verschiedensten, zumeist körperlich beanspruchenden Tätigkeiten in der Natur⁷. Das Konzept findet sich im norwegischen Lehrplan Sport verankert und sieht dort, als Sport-, Bildungs- und Lebensstil-Konzept, eine Vermittlung von Können, Wissen, Haltungen, Handlungskompetenzen sowie die Herausbildung einer lebenslangen Begeisterung für das "Draußen-aktiv-Sein" vor. In Norwegen zählt Friluftsliv zu den beliebtesten Freizeitbeschäftigungen. Kinder wachsen schon frühzeitig familial geprägt mit Friluftsliv-Aktivitäten auf und gelangen spätestens im Kindergarten damit in Berührung in denen das freie Spielen in der Natur besonders unterstützt wird⁸.

Wissenschaftliche Befunde verweisen auf eine Vielzahl positiver physischer, psychischer und sozialer Gesundheitseffekte von Friluftsliv-, Natur- oder Outdoor-Aktivitäten bei allen Altersgruppen⁹. Gebhard (2023)¹⁰ liefert für das Kindesalter Erklärungsansätze auf Basis empirischer Befunde: Positive Naturerfahrungen gehen bei Kindern v.a. mit günstigen Ausprägungen von kognitiver Funktion, Gehirnaktivität, Herz-Kreislauf-Gesundheit, Motorik, Körpergewicht, subjektivem Wohlbefinden, pro-sozialem Verhalten, körperlicher Aktivität und umweltsensitiven Einstellungen einher. Positive Effekte entfalten sich vor allem dann, wenn Kinder mit dem Erfahrungsraum das Gefühl von Freiheit und Abenteuer verbinden: So spielen Kinder in Naturräumen komplexer, kreativer, selbstbestimmter, länger und weniger allein, verglichen mit gewöhnlichen Spielplätzen (ebd.).

Es liegt ausreichend Evidenz für einen Rückgang gesundheitswirksamer Bewegungszeiten (v.a. draußen im Freien) von Kindern in Deutschland vor, der durch die Covid-19-Pandemie noch verstärkt wurde¹¹. So dürften sich Friluftsliv-Aktivitäten, in ihren verschiedensten Spielformen, günstig auf die Gesundheit und das Wohlbefinden von Kindern und ihren Familien auswirken. Die Orientierung des Friluftsliv hin zu einem nachhaltigen Aktivsein in der Natur und der Verzicht auf Formen des Sports mit hohem ökologischem Fußabdruck gelten als zentrale Nachhaltigkeitsziele in Deutschland und in der Europäischen Union^{12/13}.

⁶ Hofmann, A. R., Rolland, C. G., Rafoss, K. & Zoglowek, H. (2015). *Friluftsliv - ein norwegisches Phänomen: Eine Lebensphilosophie in Theorie und Praxis* (1. Aufl.). Waxmann Verlag.

⁷ Bittner, S. (2009). *Friluftsliv: Ein pädagogischer Ansatz mit Parallelen zur Erlebnispädagogik?* ZIEL.

⁸ Gurholt, K. & Haukeland, P. (2019). *Scandinavian friluftsliv (outdoor life) and the Nordic model: Passion and paradoxes*. The Nordic Model and Physical Culture. Routledge.

⁹ Pomfret, G., Sand, M. & May, C. (2023). Conceptualising the power of outdoor adventure activities for subjective well-being: A systematic literature review. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 42, 100641.

¹⁰ Gebhard, U. (2023). Naturerfahrung und seelische Gesundheit bei Kindern – theoretische Ansätze und ausgewählte empirische Befunde. *Bundesgesundheitsblatt*, 66, 803–810.

¹¹ Wunsch, K./Kienberger, K./Niessner, C. (2022). Changes in Physical Activity Patterns Due to the Covid-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(4), 2250.

¹² WHO (2016). *Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025*. WHO Regional Office for Europe.

¹³ BMUV (2023). 3. Positionspapier. *NACHHALTIGER SPORT 2030 – Verantwortung für Natur, Umwelt und Gesellschaft*.

ERKENNTNISSE IM ÜBERBLICK

Im Rahmen eines Interviews mit den Leiterinnen der Kindersportschule Chemnitz (KiSS, Sportvereinsmodell) sollen Inhalte, Vorgehensweisen, Erkenntnisse, Gelingensfaktoren, Mehrwerte und Zukunftspotentiale des Pilotprojektes besprochen werden. Diesem Überblick folgend werden die neu etablierten Angebote des Projekts und deren Ziele, Herausforderungen, Learnings etc. detaillierter dargestellt.

KiSS Chemnitz: Für uns als Kindersportschule ist vor allem die Zielgruppe, an die sich euer Pilotprojekt FRILUFTSLIV vornehmlich wendet, sehr interessant. Warum habt ihr gerade Familien mit jungen Kindern zu eurer wichtigsten Zielgruppe gemacht?

Katrin Adler: Das resultierte aus unseren Beobachtungen, dass gerade für junge Kinder, im Alter unter sechs Jahren, in Baiersbronn kaum Kindersportangebote ganzjährig draußen im Freien stattfinden. Und aus unseren Recherchen, die zeigten, dass es bis dahin in Baiersbronn nur wenige Naturerfahrungs- und Naturerlebnis-Angebote für die ganz Kleinen und ihre Familien gab. Sowohl für Einheimische als auch Urlaubsgäste. Das motivierte uns diese Zielgruppe in den Fokus unseres Pilotprojektes zu rücken und darüber Kindern vermehrt Chancen einer frühen „Sozialisation“ zu einem gesunden, bewegungsaktiven und natursensiblen Lebensstil zu eröffnen. Das ist ein langfristiges Ziel. Doch besonders wichtig war uns, für alle Familien mit jungen Kindern leicht zugängliche Angebote in den Naturräumen in und um Baiersbronn zu schaffen, explizit auch den Familien, die ihren Urlaub in Baiersbronn verbringen.

KiSS Chemnitz: Das zentrale Ziel eures Pilotprojektes war, die Wintersportstätten des Vereins ganzjährig als "Natursportplätze" zu bespielen und mit verschiedenen Angeboten, die sich aus dem skandinavischen Konzept des FRILUFTSLIV ableiten lassen, einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Welche Räume oder Flächen habt ihr im Projektverlauf neu bzw. intensiver bespielt?

Katrin Adler: Der Schwerpunkt unseres Pilotprojektes lag in einer verstärkten Nutzung der vereinseigenen (Winter-)Sportstätten, insbesondere der Schanzenanlage im Bergergrund (dorfnah) und der Schanzenanlage am Ruhestein. Letztere befindet sich ca. 25 Bus-Minuten von Baiersbronn entfernt, in Höhenlage, inmitten des Nationalparks und in direkter Nähe zum Nationalparkzentrum. Als Flächen zur bewegungsaktiven Nutzung eigneten sich v.a. die Schanzenausläufe und die Wanderwege, Pfade sowie die Loipen um die Schanzen herum. Auf jeder Schanzenanlage steht zudem eine Skihütte. Von der Schanzenanlage im Bergergrund aus lässt sich nach einigen Höhenmetern auf kurzer Strecke der „Baiersbronner Holzpfad“ erreichen. Das ist ein Rundweg, der kindgerecht Wissen zum Rohstoff Holz bereithält und mit Waldspielplätzen, Balancierpfaden, Murrenbahnen sowie Waldwiesen insbesondere zum freien und „wildem“ Spielen einlädt.

Zunächst haben wir versucht v.a. mit dem Outdoor-Kindersportangebot „Sportartenkarussell“ die vereinseigenen Schanzenanlagen verstärkt zu nutzen. Im Winter insbesondere mit den „Sportarten“ Skilanglauf, Iglu- und Schneehöhlenbau. In den anderen Jahreszeiten mit Orientierungslauf, Leichtathletik, Trailrunning, Fußball, Unihockey, Frisbee, Rad-/Lauftradfahren, Stockläufen (Nordic Jogging), Versteckspielen etc. In den Schanzenausläufen haben wir

regelmäßig und zu jeder Jahreszeit den Skitty-Parcours¹⁴ des Deutschen Skiverbands aufgebaut und vielseitig genutzt. Die Waldpfade, Wanderwege und Loipen um die Schanzenanlagen herum eignen sich v.a. fürs Trailrunning, kleine Bergläufe, Wald- und Naturerkundungsspiele. Die beiden Schanzenanlagen waren zudem Ausgangspunkt unserer Naturcamps für Familien; die Skihütten auf den Schanzenanlagen eignen sich perfekt zum Übernachten und Sternegucken inmitten des Schwarzwalds.

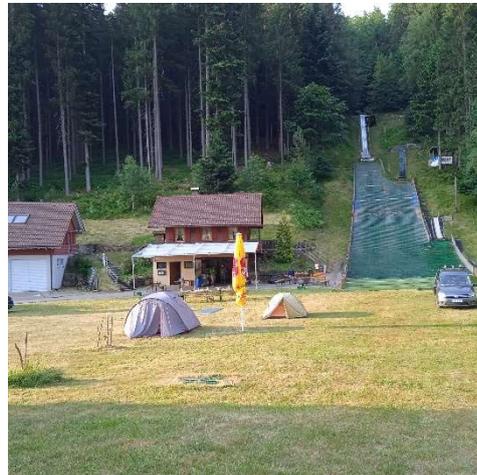


Abbildung 1: Schanzenanlage Ruhestein links, Schanzenanlage Bergergrund rechts

Darüber hinaus führten unsere Outdoor-Familienangebote auf Waldwegen oder Skiwanderwegen zu Seen, Berghütten, Talwiesen, an Bächen entlang oder direkt hindurch (Wasserwanderung). Wöchentliche Erwachsenen-Outdoor-Angebote (Qigong, Nordic Walking) fanden auf der Obstwiese eines Bio-Bauernhofs und umliegenden Wald-/Feldwegen statt. Im Winter auch mal in der Skihütte oder als Nordic Cruising auf Loipen. Eine Vielzahl an Wander-, Wald- und Wiesenwegen konnten über die im Rahmen des Projektes angebrachten Kinder-Gipfeldosen und Kinder-Bücherkisten auf Anhöhen rund um Baiersbronn neu entdeckt werden. Diese haben wir für die breite Öffentlichkeit an schönen Naturerlebnisorten, in Schutzhütten und an (versteckten) Aussichtspunkten aus-/aufgehängt. Sie waren ganzjährig Zielort oder Rastplatz unserer Outdoor-Familienangebote.

Überdies sollte das vereinseigene Leichtathletikstadion durch Angebote im Freien intensiver bespielt werden. Oberhalb der Zuschauertribünen verläuft ein Pfad, der sich für Trailrunning, Radfahren, Orientierungsläufe etc. eignet. Im Leichtathletikstadion selbst lässt sich eine Vielzahl an Sportarten umsetzen, zzgl. Slacklining, Drachensteigen, Spiele auf dem verwilderten Beach-Volleyball-Platz sowie zwischen schattenspendenden Bäumen und Büschen. Oberhalb des Stadions lassen sich zwei Gipfeldosen auf dem Rinken (Anhöhe) suchen und finden. Motiviert vom Pilotprojekt fand 2023 zwischen Stadion und Rinken erstmalig der „Rinken-Trailrun“ statt, der von der Sparte Ski als ein Familien-Event organisiert wurde.

¹⁴ Lienemann, T., Kiefer, R.; Zipfel, G. & Zipfel, P. (2016). Skitty World Nordic. *FdSnow*, 49, 12-21.



Abbildung 2: Vereinseigenes Leichtathletikstadion (in Dorfnähe)

KiSS Chemnitz: Euer Pilotprojekt wurde über ein Jahr hinweg vom Deutschen Olympischen Sportbund finanziert und eng begleitet. Was waren eure ersten Schritte, wie seid ihr an das Pilotprojekt herangegangen?

Katrin Adler: Bereits 2021 hat die Sparte Ski des Vereins beschlossen, dass es eines Zukunftskonzeptes bedarf. Zugrunde lagen die schneeärmeren Winter, die hohen Kosten des Betriebes und der Instandhaltung der Schanzenanlagen, die v.a. nachwuchsleistungssportliche Ausrichtung der Sparte Ski und der Bedarf an einer Breitensportlichen Säule: zur Mitgliederengewinnung, zur Mitgliederbindung und als Chance dem Bewegungsdefizit von Kindern im Alltag zu begegnen. Nahezu zeitgleich mit der Beantragung (2022) des Pilotprojektes im Rahmen des DOSB-SPORTOUT-Projektes fanden Ideenwerkstätten und eine Mitgliederbefragung in der Sparte Ski statt, die dem zu entwickelnden Zukunftskonzept einen Pool an Ideen lieferten. Die Zusage zur Förderung des Pilotprojektes ermöglichte eine schnellere Umsetzung von angedachten Ideen und Strategien. Die ersten Schritte waren die Zusammenstellung eines Projekt-Teams, der Entscheid darüber, welche Ideen umgesetzt werden sollten und in welcher Reihenfolge (basierend auf den entstehenden Arbeitspaketen), sowie die Suche nach Kurs- und ÜbungsleiterInnen für die Breitensportlichen, am Friluftsliv orientierten, Angebote. Von Beginn an haben wir auf eine eher langsame, schrittweise Implementierung gesetzt, die mit Förderungsschluss des Pilotprojektes nicht beendet sein sollte.

KiSS Chemnitz: Was waren eure Meilensteine der Umsetzung des Pilotprojektes in der Förderzeit (2023)?

Katrin Adler: Im Januar 2023 haben wir unser Kindersportangebot für junge Heranwachsende neu ausgerichtet und ab da ausschließlich draußen im Freien durchgeführt. Im Februar gab es erste Kooperationsgespräche mit potenziellen Partnern für die jeweiligen Maßnahmen, die umgesetzt werden sollten. Es gab Gespräche mit der Baiersbronn Touristik, mit dem Verein Schönes Tonbachtal, mit einem Bio-Bauernhof, mit der Buchhandlung Osiander, mit dem Forst BW und Gemeindeforst, mit dem Deutschen Skiverband. Im März fand eine öffentliche Informationsveranstaltung statt bei der das Pilotprojekt vereinsintern vorgestellt wurde. Im April startete das erste Familien-Outdoor-Angebot und es wurden die Kinder-Gipfeldosen auf Baiersbronner Anhöhen ausgebracht. Im Mai begannen die Erwachsenen-Outdoor-Angebote Qigong und Nordic Walking. Die Kinder-Bücherkisten konnten ab Mai in Schutzhütten rund um Baiersbronn wandernd oder radfahrend erreicht werden. Im Juni gab es ein erstes Naturcamp im Rahmen der Familienangebote. Im Juli begann die erste Kooperation KiTa-Verein in Form einer Outdoor-Sportstunde mit dem Skitty-Parcours auf dem

Außengelände der KiTa. Seit Juli 2023 fanden wöchentlich die Outdoor-Kindersport-Angebote, die Outdoor-Eltern-Angebote, die KiTa-Outdoor-Sportstunde und monatlich ein bis zwei Outdoor-Familienangebote statt. Im Oktober startete die Vortragsreihe „Nordic Sports & Lifestyle“ mit einem Dia-Vortrag sowie einer Diskussionsrunde zu Einsichten und Weitsichten einer Skihochtour im Berner Oberland.

KiSS Chemnitz: Was genau hinter diesen vielen Outdoor-Angeboten steckt erfahren wir sicher in der detaillierten Darstellung dieser im nächsten Kapitel des Abschlussberichts. Aber wo findet sich in euren Maßnahmen, neben eurer Vortragsreihe, explizit die Vermittlung von Naturbewusstsein und Umweltbildung an eure Zielgruppen wieder?

Katrin Adler:

Heranwachsende im KiTa- und Grundschulalter wollten wir in unseren Angeboten ausdrücklich nicht mit dem erhobenen Zeigefinger auf Natur- und Umweltschutz hinweisen. Wir sind auf die Idee gekommen Kinder-Bücherkisten an schönen Orten in der Natur aufzustellen und Familien zu motivieren mit ihrem Nachwuchs dorthin zu wandern. Die Standorte der Bücherkisten finden sich aufgelistet auf der Homepage sowie im Kinder-Erlebnispass der Baiersbronn Touristik. Auf diesem Weg haben wir versucht Familien mit ihren Kindern in die Natur hinauszubringen. Die Kinderbücher in den Kisten sollten die jungen Heranwachsenden mit Themen der Tier- und Pflanzenwelt, mit Geschichten von Trollen, Zwergen und Wichten sowie mit kindgerechtem Sachwissen zum Einfluss des Menschen auf die Natur vertraut machen. Sie motivieren, mit noch offeneren Augen Wald, Wiesen, Täler, Gewässer etc. wahrzunehmen. Die Kinderbücherkisten stehen der breiten Öffentlichkeit zur Verfügung und viele, wie auch die Kinder-Gipfeldosen, werden und wurden zuweilen ganz zufällig gefunden. In den dazugelegten Rückmeldungs-Büchlein dürfen die Kinder von ihren Erlebnissen und Erfragungen berichten. Am Ende der Pilotphase des Projektes wurden die Bücherkisten um Forscher-Kisten erweitert, die explizite Anregungen zum Beobachten, Suchen, Experimentieren in der Natur geben.

Des Weiteren wurden bei Familien-Outdoor-Angeboten auf direkterem Weg Informationen zu naturbewussten und umweltsensiblen Verhaltensweisen draußen im Freien gegeben. So z.B. zum Wegegebot im Nationalpark Schwarzwald, zum nicht Betreten von landschaftlich genutzten Flächen, zum Verhalten an Tiergehegen, beim Picknicken in der Natur etc. Gedanken zu Umweltbildung und zum Naturbewusstsein werden v.a. an Erwachsene über unsere Vortragsreihe „Nordic Sports & Lifestyle“ (u.a. Reiseberichte, Naturphänomene) zur Diskussion gestellt. Sie soll Eltern/Erwachsene zu einem natur-, energie- und klimasensiblen Verhalten motivieren.

KiSS Chemnitz: Und wie ist es mit Gesundheitsthemen? Wie habt ihr diese vermittelt?

Katrin Adler: In der Vortragsreihe versuchen wir auch Gesundheitsthemen aufzugreifen, v.a. mit Vorträgen zu bewegungsaktiven Lebensstilen. Zudem fördern wir die körperlich-sportliche Aktivität direkt mit unseren Kindersportangeboten draußen im Freien. Wir geben Kindern gezielt die Chance sich Kompetenzen für ein lebenslanges Aktiv-Sein über das Kennenlernen und Ausprobieren verschiedener (Natur-)Sportarten sowie über Spiel und Spaß auf „Naturspielplätzen“ anzueignen. Zuweilen haben wir Schrittzähler eingesetzt, um die Kinder über die Zahl ihrer Schritte beim Kindersport staunen zu lassen. In den KiTa-Outdoor-Sportstunden schaffen wir kurze, intensive Bewegungsmomente im Außengelände der KiTas. Über potenzielle Gesundheitseffekte wurde zu einem Elternabend aufgeklärt. Die Outdoor-Familienangebote eignen sich, um Möglichkeiten der Aktivität im Freien an Familien v.a. mit jüngeren Kindern zu vermitteln. Diesen nötiges Handlungswissen bereitzustellen oder im

organisierten Rahmen sich dieses selbst anzueignen (z.B. Packlisten, Umgang mit Kindertrage oder Outdoor-Kinderwagen, geeignete Wanderungen/Ausflüge, Übernachtung in Skihütten).

KiSS-Chemnitz: Mit der Finanzierung des Pilotprojektes standen euch gewisse Ressourcen zur Verfügung, über die andere Vereine zur Umsetzung eines solchen Projektes zumeist nicht verfügen. Welche Ressourcen waren für das Gelingen des Pilotprojektes unabdinglich?

Katrin Adler: Die finanziellen Möglichkeiten über die Förderung des Pilotprojektes durch den DOSB haben v.a. zu einer schnelleren Umsetzung der beschriebenen Maßnahmen beigetragen. Ohne diese hätten wir mehr Zeit für die Implementierung der Friluftsliv-Angebote gebraucht. So konnte für einige Monate eine hauptamtliche Stelle zur Projektleitung im Verein eingerichtet werden. Ohne diese hätten wir in ehrenamtlicher Arbeit deutlich mehr zeitliche Ressourcen benötigt, um so viele Maßnahmen umzusetzen. Wir haben die Gelder darüber hinaus für die Aufwandentschädigung der ÜbungsleiterInnen verwendet. Kosten, die uns für Sportgeräte zur Umsetzung des „Sportarten-Karussells“, für das Material des Skitty-Parcours, für die Kinderbücher- und Forscherkisten sowie die Gipfeldosen entstanden sind, hätten wir sonst über Spenden, Patenschaften und Fördermittel generiert. Es sind insbesondere personelle Ressourcen gewesen, die für uns schwierig zu akquirieren waren: v.a. ÜbungsleiterInnen für die verschiedenen Angebote draußen in der Natur, die sich längerfristig binden lassen. Da mussten wir uns eine andere Strategie suchen und haben ÜbungsleiterInnen für nur jeweils eine Sportart/Bewegungsform (für 2-3 Monate) versucht zu finden. ExpertInnen für einzelne naturbezogene Themen und einmalige Vorträge waren leichter zu finden. Ebenso Paten zur Kontrolle der Bücherkisten und zur regelmäßigen Befüllung der Gipfeldosen. Übrigens, die Kinderbücher in den Kisten haben die Witterung in Frühling, Sommer, Herbst und Winter in den Schutzhütten unbeschadet überstanden. Die Gipfeldosen mussten wir hin und wieder trockenlegen.

KiSS Chemnitz: Gab es weitere echte Herausforderungen, die ihr im Projektverlauf bewältigen musstet?

Katrin Adler: Das Finden von ÜbungsleiterInnen war eigentlich die größte Herausforderung, die auch immer noch besteht. Im ersten Schritt war es etwas schwierig aus unserem Ideenpool wirksame und vom anfallenden Arbeitspaket her zeitnah umsetzbare Maßnahmen auszuwählen. Das ist uns aus heutiger Sicht gut gelungen. Nur die Maßnahme Kinder-Outdoor-Workshops haben wir mit der Zeit vernachlässigt, da das Nationalparkzentrum mit seinem Programm „Eine Spur wilder“ sowohl Kindergärten als auch Schulen in Baiersbronn sehr gut und regelmäßig mit Veranstaltungen im Sinne unserer geplanten Workshops versorgt. Zudem waren wir mit der Strategie ein Junior-Team zur Unterstützung unserer Angebote aufzubauen nicht so richtig erfolgreich. Engagierte Jugendliche sind zumeist schon in Projekten oder Vereinen gebunden und verfügen, laut ihrer Rückmeldungen, neben Hausaufgaben und eigenen Freizeitaktivitäten, über nicht mehr viel Zeit. Das Einholen von Nutzungsgenehmigungen von Forst und Privatbesitzern für die Gipfeldosen und Bücherkisten in den Naturräumen funktionierte schnell und unkompliziert. Obgleich wir dieser Voraussetzung im Vorfeld nicht so viel Arbeitsaufwand zugeschrieben hatten. Um die richtigen Ansprechpersonen für die Genehmigungen zu finden, half uns das viele Kommunizieren mit Freunden, Bekannten über unser Pilotprojekt. Ein intensives Abwägen bedurfte im Verlauf des Projektes das Ausmaß an implementierten Friluftsliv-Angeboten im Bereich der Schanzenanlagen und neu erschlossenen Räumen. Ein Mehr an Angeboten, insbesondere für die breite Öffentlichkeit, geht mit einer höheren Frequentierung dieser Orte einher. Hinsichtlich der Schanzenanlagen stand explizit die Sicherheit und der Schutz der Schanzen zur Debatte. Die mit viel Manpower

und Energiekosten präparierten Schanzen sollten im Winter nicht als Schlitten- und Abfahrts- hang infrage kommen, und im Sommer nicht als Bike-Gelände.

KiSS Chemnitz: Was waren explizit die Gelingensfaktoren eures Pilotprojekts?

Katrin Adler: Zuallererst die große Offenheit der Sparte Ski bzw. des Vereins gegenüber den neuen Angeboten unter dem Konzept Friluftsliv. Aufgrund der geringen personellen Ressourcen (ÜbungsleiterInnen) ist die Einrichtung einer hauptamtlichen Stelle im Verein, für die Leitung des Pilotprojekts und die Umsetzung der Friluftsliv-Angebote, als relevanter Gelingensfaktor unter unseren personellen Voraussetzungen zu benennen.

Zum Zweiten ganz klar die KooperationspartnerInnen für die Veröffentlichung unserer Friluftsliv-Angebote (z.B. Baiersbronn Touristik), für die Genehmigung bzw. den Zugang zu verschiedenen Flächen draußen im Freien (z.B. Verein, Forst, Biohof Seidtenhof, Grundschule), für die Beratung bzgl. der Friluftsliv-Angebote (z.B. Deutscher Skiverband, Buchhandlung Osiander, Verein Schönes Tonbachtal), zur Kontrolle der Bücherkisten und Gipfeldosen (Patenschafts-Familien), zum Erreichen vieler Kinder/Familien und Gäste in Baiersbronn (KiTas, Baiersbronn Touristik). Als Gegenleistung haben wir versucht die KooperationspartnerInnen sichtbar zu machen, z.B. über Veröffentlichungen zum Pilotprojekt, über gemeinsame Veranstaltungen oder den Bezug von Naturprodukten, Kinderbüchern etc. über diese.

KiSS Chemnitz: Welche Mehrwerte hat euch das Pilotprojekt für den Verein bzw. die Sparte Ski gebracht?

Zunächst sind wir dem Ziel eine Breitensportliche Säule in der Sparte Ski aufzubauen sehr nahegekommen. Wir haben über die Friluftsliv-Angebote ca. 40-50 MitgliederInnen hinzugewonnen. Die meisten davon sind junge Kinder, die ihre Familien mit in die Sparte gebracht haben. Eine mitgliederstabile Sparte braucht aus unserer Sicht vor allem Familien. Sie bewirken ein gutes Vereinsklima binden sich lange an den Verein. Nach einem Pilotprojekt-Jahr können wir konstatieren, dass die Sparte Ski nun nicht mehr nur als eine „leistungssportorientierte“ Abteilung des Vereins öffentlich wahrgenommen wird.

Im Kontext von zukünftig stärker „umkämpften“ Hallen- sowie Nutzungszeiten von Sportanlagen dürften Friluftsliv-Angebote auf Flächen, die nicht von sportartspezifisch übenden Gruppen gebraucht werden, sehr interessant werden. Darin ist ein Mehrwert unseres implementierten „Sportartenkarussells“ und der Orientierung jede Sportart im Freien in naturnahen oder Natur-Räumen erlernen und ausüben zu können, deutlich zu erkennen. Auch ein spontanes Ausweichen auf Draußen-Orte wird auf solchem Wege möglich. Der Mehrwert eines körperlichen oder sportlichen Aktivseins draußen im Freien für Gesundheit, subjektives Wohlbefinden, soziale Entwicklung etc. von jungen Heranwachsenden ist evident.

Schlussendlich lässt sich sagen: Es ist tatsächlich erfolversprechend sich an eine ganzjährige Nutzung von ressourcen-intensiven Wintersportstätten durch den leistungssportlichen Nachwuchs und neue Breitensportlich orientierte Zielgruppen ohne kommerzielle Nutzung heranzuwagen. Die überdies zu einer natur- und gesundheitsbezogenen Sensibilisierung von Kindern, Familien und öffentlichen NutzerInnen beitragen kann. Diese Einschätzungen lassen sich im Moment auf Basis einer noch immer wenig intensiven Nutzung dieser Flächen vornehmen. Ein gesundes Mehr an Friluftsliv-Angeboten in den nächsten Jahren wird weitere Erkenntnisse diesbezüglich liefern können.

KiSS Chemnitz: Wie geht es weiter mit dem Pilotprojekt in eurer Sparte bzw. eurem Verein? Welche Zukunftspotenziale seht ihr und wie werden sie von euch diskutiert?

Katrin Adler:

Gelingt es die hauptamtliche Stelle zur Weiterführung des Pilotprojektes im Verein aufrechtzuerhalten (momentan auf Basis von Spenden), kann dies zur Akquise von Fördermitteln sowie einem weiteren Ausbau qualitativ hochwertiger Friluftsliv-Angebote in der Sparte Ski beitragen. Wir denken zum Beispiel eine Antragstellung um Fördermittel für die Ausweitung der Friluftsliv-Angebote des Pilotprojekts auf ein ganzes Tal der Gemeinde Baiersbronn an. Aktuell ist die Sparte Ski daran beteiligt ein Wintersportstätten-Konzept für die Region zu erarbeiten. Im Mai 2024 wird ein im Jahr 2023 von der Sparte Ski initiiertes Rinken-Trailrun mit Start im Leichtathletik-Stadion erneut durchgeführt. Hinzu kommt im Herbst erstmalig ein Hill-Run auf der Schanzenanlage Ruhestein, organisiert in Kooperation mit einem weiteren Skiverein. Geplant ist zudem, die Gartenschau 2025 in Baiersbronn mit Friluftsliv-Angeboten öffentlichkeitswirksam zu unterstützen.

Ein Projekt für die nächsten Jahre wäre eine Kooperation mit dem Nationalparkzentrum (NPZ), das der Schanzenanlage am Ruhestein räumlich vorgelagert ist. Das NPZ trägt unter dem Programm „Eine Spur wilder“ in der Region maßgeblich zur Natursensibilisierung, zu Naturschutz und Wissensvermittlung bei. Die Sparte Ski kann sich sehr gut vorstellen in Zusammenarbeit mit dem Nationalparkzentrum einen Naturspielplatz für junge Heranwachsende im Sinne „Eine Spur wilder – draußen spielen“ zu gestalten und zu betreuen. Damit könnten wir sehr viele Kinder erreichen. Diese Überlegungen nehmen wir insbesondere mit Blick auf den Bewegungs- und Gesundheitsstatus von Kindern vor. Sie basieren auf Studien¹⁵, die zeigen, „dass Naturspielflächen mit Wald und Bäumen sowie Elementen von spielplatztypischen – jedoch aus natürlichen Materialien, wie Holz und Seilen, hergestellten – Geräten, zu mehr Begeisterung, aktiverem und physisch anspruchsvollerem Spiel unter Kindern führen“. Eine norwegische Studie¹⁶ berichtet davon, dass bei Kindergartenkindern, die in natürlichen Umgebungen spielen, grobmotorische Aktivitäten und für die kindliche Entwicklung grundlegende Bewegungsformen, wie Laufen, Springen, Werfen, Klettern, Krabbeln, Rollen, Schaukeln und Rutschen, im Spiel deutlich häufiger und intensiver ausgeübt werden als bei Kindern, die traditionelle Spielplätze nutzen. Die physischen, psychischen und sozialen Herausforderungen auf Naturspielplätzen und naturbelassenen Flächen erweisen sich für junge Heranwachsende im gemeinsamen Spiel als umfassender, komplexer und stimulierender. Welch großer entwicklungsbezogener Wert mittlerweile dem freien Spielen und dem Sammeln von Erfahrungen in der Natur zugeschrieben wird, zeigt sich an der zunehmenden Zahl an Natur-, Outdoor- und Freiluft-Kindergärten.

KiSS Chemnitz: Jetzt habt ihr uns sehr neugierig gemacht! Wir sind gespannt auf die Steckbriefe zu euren Friluftsliv-Angeboten und sind uns sicher, dass wir Vieles nutzen können, um in der Kindersportschule Chemnitz weitere Angebote draußen im Freien und v.a. in der Natur zu schaffen. Vielen Dank und viel Erfolg euch bei der Fortführung des Pilotprojekts!

¹⁵ Lee, S.-H. (1999). The cognition of playground safety and children`s play – a comparison of traditional, contemporary, and naturalized playground types. In: M.L. Christiansen (Hrsg.), Proceedings of the international conference of playground safety. Pennsylvania.

¹⁶ Fjortoft, I. (2000). Landscape and playscape. Learning effects from playing in natural environment on motor development in children. Dissertation. Oslo: Norges Idrettshogskole.

NEU ETABLIERTE ANGEBOTE IM DETAIL

KINDER-GIPFELDOSEN

Wandererlebnis mit Gipfelglück für kleine Gipfelstürmer

„Wanderschuhe schnüren und los! Auf den Baiersbronner Höhenlagen warten versteckte Naturspielplätze, imposante Panoramablicke und viele Kinder-Gipfeldosen auf dich. Die Kinder-Gipfeldose bietet für alle kleinen Gipfelstürmer die passende Wandermotivation und den richtigen Ansporn zum Weiterlaufen. Sind die Höhenmeter bewältigt, der Zauber der Landschaft gefühlt, die Naturwunder entdeckt, der Gipfel erklommen und das Gelände von oben erkundet, so ist sie da – die Kinder-Gipfeldose. Den Deckel aufgeschraubt, wartet auf die Kinder, neben dem Gipfelbuch, eine Überraschung. Eine kleine Belohnung für die Wandermühe. Das ist doch der Gipfel des Glücks!“ (Josephine Greiner, SVB)

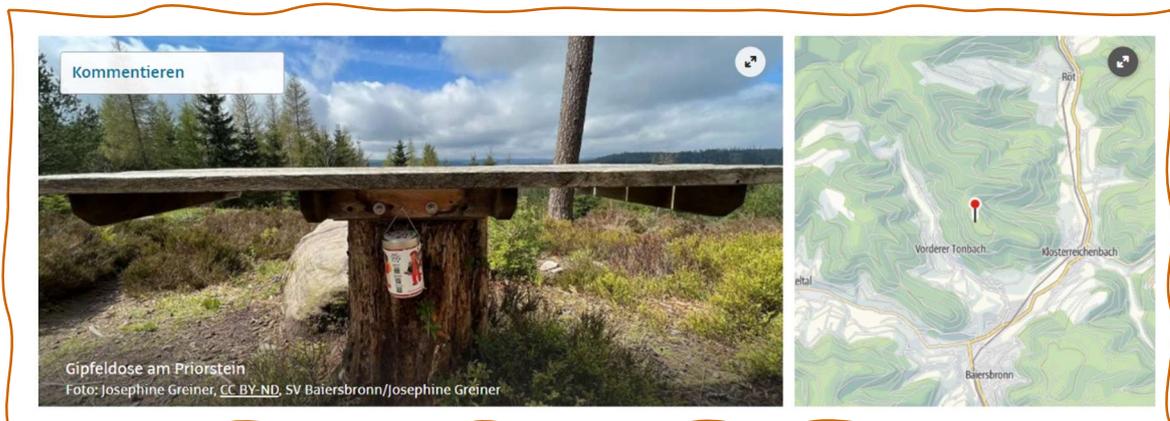


Abbildung 3: Kindergipfeldose am Priorstein (Berggipfel in Baiersbronn)

Idee und Ziele

Mit den Kinder-Gipfeldosen (10) wird das Ziel verfolgt, der breiten Öffentlichkeit ein Angebot draußen im Freien zu schaffen, das vor allem junge Kinder motivieren soll mit der Familie auf die Höhen und Gipfel rund um Baiersbronn zu wandern und/oder zu radeln. Die Gipfeldosen lassen sich auf unterschiedlich langen und schwierigen Wegen und mit verschiedenen Transportmitteln für Kinder erreichen. Mit den Gipfeldosen lassen sich längere Ausflüge am Wochenende planen und durchführen. Sie eignen sich überdies perfekt für spontane, kürzere Mikroabenteuer an Nachmittagen unter der Woche.

Die Standorte der Baiersbronner Gipfeldosen wurden sehr natursensibel ausgewählt (Kopp, Roth & Suchant, o.J.)¹⁷. Sie sind an ausgewiesenen Wanderrouten oder Pfaden stationiert. Sie halten genügend Raum für kindliche Natur-Erkundungen bereit, sie eignen sich für ein Picknick und der Weg dahin ermöglicht es Kindern vielfältige Naturerlebnisse und Bewegungserfahrungen zu sammeln.

¹⁷ Kopp, Roth & Suchant (o.A.). Wildtiere und Freizeitaktivitäten im Wald. u.a. SIS.

Herausforderungen: Genehmigung

Das Aufhängen oder Anbringen einer Gipfeldose bedarf der Genehmigung durch die jeweiligen Wald- oder Grundstücksbesitzer oder den verantwortlichen Forst. Die Bayersbronner Gipfeldosen wurden vom Forst als Geocaches bewertet und genehmigt. Zudem sind einige Regularien zu beachten: Die Gipfeldosen sollten nicht auf Felsen stationiert werden, aufgrund der Absturzgefahr. Nicht an/unter morschen Ästen/Bäumen, u.a. wegen Abbruchgefahr. Nicht in der Nähe von Jagdsitzen und nicht zu nah an Seen oder Wasserfällen. Wanderrouten zu Gipfeldosen führen möglichst nicht über bewirtschaftete Wiesen oder Felder. Mit Blick auf Naturschutz verläuft der Weg zu den Gipfeldosen über ausgewiesene Wander-/Radwege oder gekennzeichnete Pfade.

Informationswege



Auf der Website der Bayersbronn Touristik sind die Koordinaten der Standorte der Gipfeldosen und weitere Informationen zu Routen und Kindertransportmöglichkeiten zu finden.

Abbildung 4: QR-Code der Bayersbronn Touristik und Bild einer Gipfeldose

Vorgehen und Learnings

- Als wetterbeständige Gipfeldose hat sich eine Kaffeedose von Illy bewährt, die zudem für einen Verein kostengünstig genug ist davon ca. 10 Stück anzuschaffen. Illy ist eine der vom *Ethisphere Institute* gelisteten *World's Most Ethical Companies 2023*.
- Beklebt wurden diese Dosen mit einer bedruckten Outdoorfolie, die nach einem $\frac{3}{4}$ Jahr Wind und Wetter im Mittelgebirge noch völlig unbeschädigt ist. Auf die Outdoorfolie haben wir u.a. den QR-Code zur SPORTOUT-Website des DOSB drucken lassen, den der Sportvereins-Homepage zum Projekt FRILUFTSLIV und den zu den gelisteten Gipfeldosen der Bayersbronn Touristik.
- Für die Füllung der Gipfeldosen wählen wir plastik-freie „kleine Überraschungen“ aus Holz, Kork, geschliffenen Steinen etc. Die erste Füllung der Gipfeldosen bestand aus kleinen Tütchen mit Süßigkeiten, auf die wir die Logos unserer Projekt-PartnerInnen geklebt haben. Obgleich keine Plastik-Tütchen an den Gipfeldosen-Standorten und Rückwegen zu finden waren, sind wir von dieser Variante abgekommen. Es wird momentan diskutiert, ob die ProjektpartnerInnen zukünftig als angekündigte Highlights kleine Gutscheine für die Gipfeldosen zur Verfügung stellen, um damit die Wandermotivation junger Familien zu erhöhen und sich als PartnerInnen des Projektes zu präsentieren.
- In der Gipfeldose befindet sich ein Gipfelbuch, in das ein Gruß eingetragen oder ein Glücksmoment auf dem Weg zur Dose beschrieben werden kann. Das Gipfelbuch gibt uns zudem Aufschluss über die „Nutzer“ der Gipfeldose (eher Kinder/Familien oder wandernde Erwachsene, Herkunft der Nutzer).
- Was die Wartung der Gipfeldosen betrifft, macht es Sinn eine Patenschaft für jede Gipfeldose an eine Familie, FreizeitläuferInnen o.a. zu übergeben. So können die Dosen

- regelmäßig neu gefüllt, ggf. gesäubert und auch das Gipfelbuch – wenn es vollgeschrieben ist – ersetzt werden.
- Nach Genehmigung der Gipfeldosen-Standorte haben wir überlegt die Standort-Koordinaten der Gipfeldosen zu veröffentlichen. Wir hatten Bedenken, dass eine höhere Freqüentierung der Dosen deren Verlust wahrscheinlicher macht. (Keiner unserer unveröffentlichten vier Prototypen aus den Vorjahren ging verloren.) Insgesamt gab es in 2023 drei verloren gegangene Gipfeldosen: zweimal war die Gipfeldose am gleichen Standort von einem Ast abgenommen worden. Ein Mal gab es am Ort der Gipfeldose Baumfällarbeiten und die auf einem Baumstumpf neben dem Pfad positionierte Gipfeldose war nicht mehr auffindbar.
 - Bei der Anfrage zur Genehmigung der Gipfeldosen-Standorte haben wir angekündigt die Wege zur Gipfeldose im Rahmen deren Wartung regelmäßig von Müll zu befreien. Dass dies keine unnötige Maßnahme ist, zeigt sich bei jedem Wartungsgang (siehe Bild). Plastik-Müll von Snacks, Bonbons, Kaugummis sowie Taschentücher und Flaschen sind häufigste Funde auf den Wegen und Pfaden zu und von den Gipfeldosen zurück.

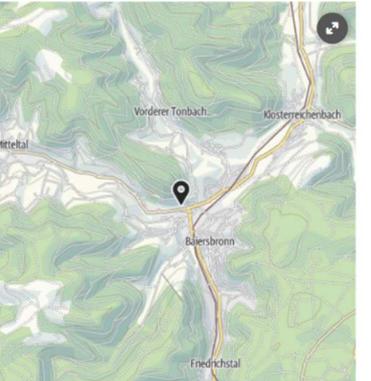
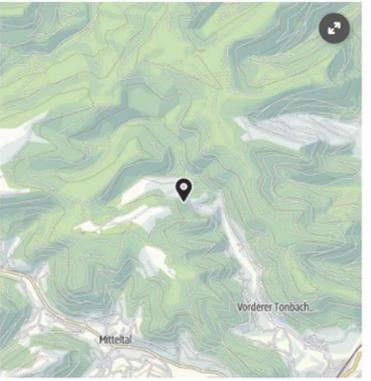
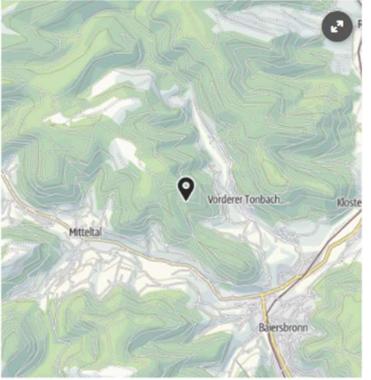
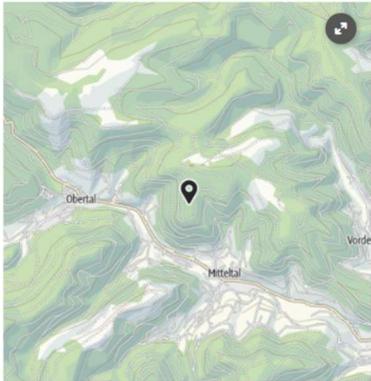


Abbildung 5: Müll vom Hin- und Rückweg zu/von einer Gipfeldose



Abbildung 6: Gipfelbücher und Eintragungen aus den Gipfelbüchern

Neu bespielte Räume und Flächen: Standorte der Kinder-Gipfeldosen



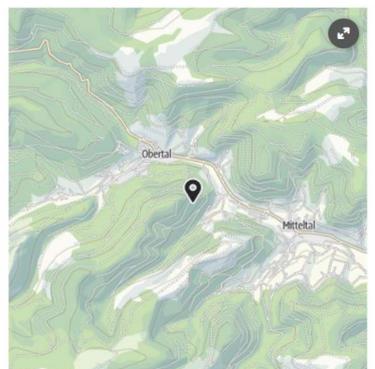
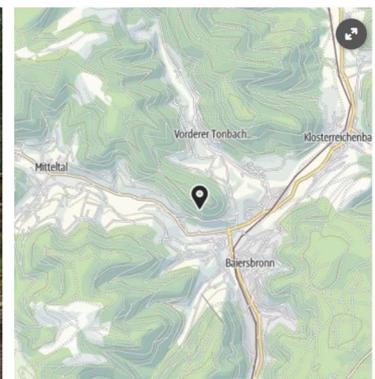
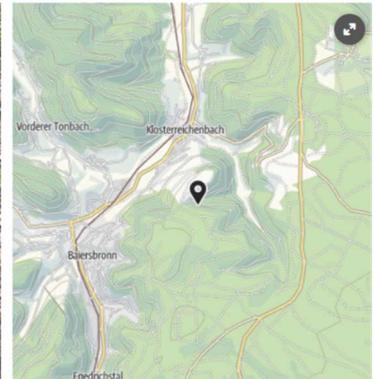


Abbildung 7: Neu bespielte Räume und Flächen des Angebots „Kinder-Gipfeldosen“

KINDER-BÜCHERKISTEN

Kinder-Bücherkisten für kleine Naturliebhaber

«Du liebst die Natur, den Wald, die Berge, Tiere und Wiesen? Du liebst Bücher? Die wetterfesten Kinder-Bücherkisten an ausgewählten Standorten inmitten der Baiersbronner Natur vereinen beides. Nach einer Wanderung ins Grüne legst du dich ins Gras, rastest unter wolkenlosem Himmel und liest ein spannendes Kinderbuch rund um die Natur. Die Naturbücher aus der Kinder-Bücherkiste sind ein Tor zur Region, ihren Wäldern, Wiesen, Waldtieren und wunderbaren Geschichten. Sie informieren, inspirieren und wecken Lust auf das Natur-Erleben. Gehe mit dem Naturbuch auf Spurensuche, lass dir deinen Forscherdrang wachkitzeln, staune über die Tier- und Pflanzenwelt, träume und lese von Abenteuern in Wäldern und Feldern. Draußen im Freien an der frischen Luft gibt es immer viel zu entdecken und zu lernen. Also ab in die Baiersbronner Natur und lass dich mit dem Lesestoff aus der Kinder-Bücherkiste für unsere wundervolle Umwelt begeistern!» (Josephine Greiner, SVB)

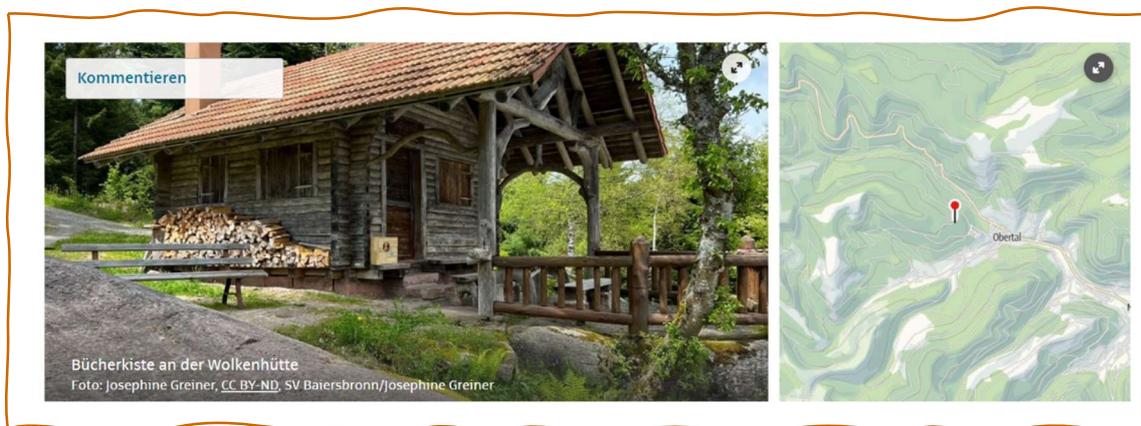


Abbildung 8: Aufzählung der Kinder-Bücherkisten-Standorte auf der Website der Baiersbronn Touristik

Ideen und Ziele

Die Idee der Kinder-Bücherkisten (8) verfolgt ein ähnliches Ziel wie die der Gipfeldosen. Es wird für die breite Öffentlichkeit ein Angebot draußen im Freien geschaffen, das Kinder und ihre Familien motivieren soll in der Natur rund um Baiersbronn bewegungsaktiv unterwegs zu sein. Die Kinder-Bücherkisten stellen ein attraktives Ziel für längere Ausflüge oder kürzere Aktivitäten in der Natur bereit. Die Entfernung der Bücherkisten, die Wege dahin und die Kindertransportmöglichkeiten variieren und bieten für Kinder unterschiedlichen Alters ausreichend Chancen für bewegte und bewegende Natur-Erlebnisse. Da die Kinder-Bücherkisten trockener Standorte bedürfen, wurden sie in Schutzhütten in und um Baiersbronn an ausgewiesenen Wanderrouten oder Pfaden stationiert. Sie bieten, geschützt vor dem Wetter, eine Picknickmöglichkeit und v.a. Familienzeit die mit Vorlesen und Lesen aus den naturbezogenen Büchern verbracht wird. Sie ermuntern dazu die Vielfalt und den Detailreichtum der Natur zu entdecken und kleine Naturwunder zu erleben. In jeder Bücherkiste befinden sich ca. 10 deutschsprachige sowie 2-3 mehrsprachige Bücher.

Herausforderungen: Genehmigung

Das Aufstellen oder Anbringen einer Bücherkiste in einer offenen Schutzhütte bedarf der Genehmigung durch die Verantwortlichen der Schutzhütten und den jeweiligen Forst. Jagdhütten sind zumeist mit einer Tür verschlossen. Soll die Kinder-Bücherkiste an einer Jagdhütte untergebracht werden, ist der Eigentümer dieser zu fragen. Wir haben aus dieser Erfahrung gelernt. Folgende Regularien sind zu beachten: Bücherkisten nicht in der Nähe von Jagdsitzen stationieren. Wege zu den Kinder-Bücherkisten führen im besten Fall nicht über bewirtschaftete Wiesen oder Felder. Mit Blick auf Naturschutz verläuft der Weg zu den Kinder-Bücherkisten über ausgewiesene Wander-/Radwege oder gekennzeichnete Pfade.

Informationswege

Auf der Website der Bayersbronn Touristik sind die Koordinaten der Standorte der Kinder-Bücher-Kisten und weitere Informationen zu Routen und Kindertransportmöglichkeiten zu finden.



Abbildung 9: Kinderbücherkiste und QR-Code der Website der Bayersbronn Touristik mit der Liste der Kinder-Bücherkisten in Bayersbronn und Umgebung (Bilder: Katrin Adler)

Material

- Holzkiste (lackiert)
- Logo und Image-Träger außen, Hinweisfolien innen (bedruckte Outdoor-Folie, mit kleinen Nägeln befestigt)
- Teaser und QR-Codes zur Website des DOSB-Projekts SPORTOUT, zur Homepage des Pilotprojekts FRILUFTSLIV und zur Liste aller Kinder-Bücherkisten auf der Seite der Bayersbronn Touristik
- Info-Zettel aus Outdoor-Folie mit Bitte um das Belassen der Bücher in der Bücherkiste und Hinweis, dass alle Bücher in der Buchhandlung Osiander in kürzester Zeit bestell- und kaufbar sind. Zzgl. der Info an wen man sich wenden kann, wenn Bücher oder Kiste beschädigt sind.
- Kinder- und Jugendbücher zur Wissensvermittlung und Sensibilisierung bzgl. Natur, Klima, Sport und Bewegung, Gesundheit (siehe Literaturtipps).
- Bücherkisten-Büchlein zur NutzerInnen-Rückmeldung



Abbildung 10: Bücherkisten-Büchlein und Bitte um Nutzer-Rückmeldungen (Postkarte: Daniela Drescher)



Abbildung 11: Eintragungen aus den Bücherkisten-Büchlein

Vorgehen und Learnings

- Kinder-Bücherkisten außerhalb von Hütten ganzjährig zu stationieren, davon raten wir aufgrund der Feuchtigkeit ab.
- Die Bücherkisten, mit Blick auf Naturschutz, in Schutzhütten direkt an Wanderwegen und Pfaden anbringen, nicht im Abseits!¹⁸
- Da wir in den Gipfelbüchern unserer Gipfeldosen viele Eintragungen von wandernden Familien aus anderen Ländern gefunden haben, kauften wir für die Bücherkisten auch mehrsprachige Kinderbücher die Naturthemen aufgreifen.

¹⁸ Kopp, Roth & Suchant (o.A.). Wildtiere und Freizeitaktivitäten im Wald. u.a. SIS.

- Bei der Anfrage zur Genehmigung der Bücherkisten-Standorte haben wir angekündigt die Wege zu den Kinderbücher-Kisten im Rahmen deren Wartung regelmäßig von Müll zu befreien.



Abbildung 12: Müll vom Hin- und Rückweg zu/von einer Kinder-Bücherkiste

Buch-Empfehlungen für Kinder-Bücherkisten

mehrsprachige Bücher

Völlinger, A. & Kalch, F. (2023). Yeti Jo. (Kinderbuch mit deutschem und ukrainischem Text sowie MP3 Hörbuchcode BVK822 für 13 Sprachen)

Demmer, A. & Tepper, D. (2022). Liese niest. (Kinderbuch mit deutschem, englischem und ukrainischem Text sowie QR-Code zum Hörbuch)

Van Genechten, G. (2023). Otto die kleine Spinne. (Kinderbuch mit Text in 13 Sprachen)

Fischer, U. & Specht, M. (2022). Im Wald. (Kinderbuch mit deutschem und ukrainischem Text)

Maier, M., Ebner, M. & Bontsevysh, D. (2022). Rudi, der Regenwurm. Das Becherlupen-Abenteuer. (Kinderbuch mit deutschem und ukrainischem Text)

Blum, I. (2017). Flieg, kleiner Vogel. (Kinderbuch mit deutschem und ukrainischem Text)

Hesse, L. (2023). Bunt! (Kinderbuch mit deutschem und ukrainischem Text sowie MP3 Hörbuchcode BHX218 für 13 Sprachen).

PONS (2022). Bildwörterbuch für Kinder. Ukrainisch-Deutsch. (Kinderbuch mit Wimmelbildern)

Top 10 unserer deutschsprachigen Bücher in den Kinder-Bücherkisten

0-3 Jahre:

- Drescher, D. (2019). Pippa und Pelle im Schnee. Urachhaus. (weitere Bände)
- Grimm, S. & Senner, K. (2023). Lotta entdeckt die Welt im Herbst. Ravensburger. (weitere Bände)
- Harvey, F. (2019). Die kleine Traumfee. Ravensburger.
- Kaden, O. (2021). Frühling im Wichtelwald. arsedition.
- Kalcher, A. (2023). Kleine Meise. Eulenspiegel Kinderbuchverlag.
- Krumbach, W. & Friebel, I. (2011). Unser Kullerball. Beltz.
- Mennen, P. & Kreimeyer-Visse, M. (2022). Wie helfe ich der Umwelt? Wieso, Weshalb, Warum? Ravensburger. (weitere Bände)

- Morgenstern, C. (2023). Die drei Spatzen. Eulenspiegel Kinderbuchverlag.
- Schumann, S. (2022). Mein erstes Natur-Wimmelbuch: Tiere im Wald. Esslinger. (weitere Bände)
- Wohlleben, P. & Wohlleben, C. (2020). Kühle Pfötchen für Piet. Oetinger. (weitere Bände)

4-6 Jahre:

- Drescher, D. (2021). Giesbert hört das Gras wachsen. Urachhaus. (weitere Bände)
- Gravet, E. (2017). Aufgeräumt! FISCHER Sauerländer.
- Hemming, A. & Slater, N. (2020). Der Blätterdieb. Baumhaus.
- Höfler, S. & Weikert, C. (2020). Waldtage. Julius Beltz.
- NABU (2022). Clara auf den Spuren der Wölfe. Bonitas print.
- Neureuther, F. (2022). Ixi und die Gipfelstürmer. Kizz in Herder. (weitere Bände)
- Pauli, L. (2012). Nur wir alle. Atlantis Kinderbuch.
- Ruge, K. (2017). Fritz, der Star. Eine spannende Geschichte zum Vogel des Jahres. Verlag Natur und Tier. (weitere Bände)
- Weninger, B. (2017). Der kleine rote Pullover. Annette Betz im Ueberreuter Verlag.
- Wilson, H. (2019). Fünf Nüsse für Eichhörnchen. Gerstenberg.

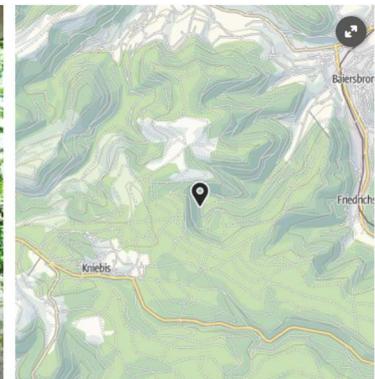
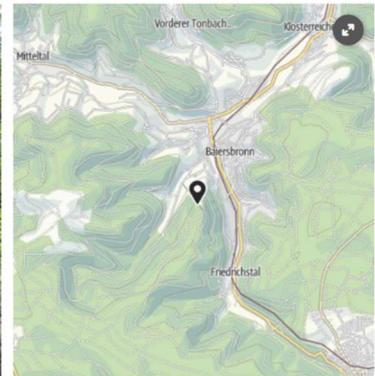
ab 6 Jahren

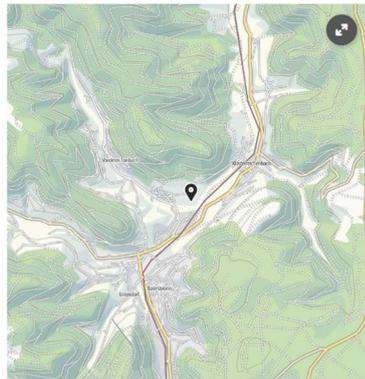
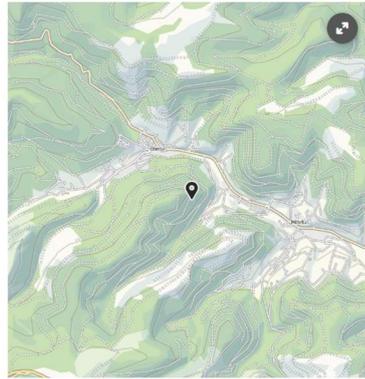
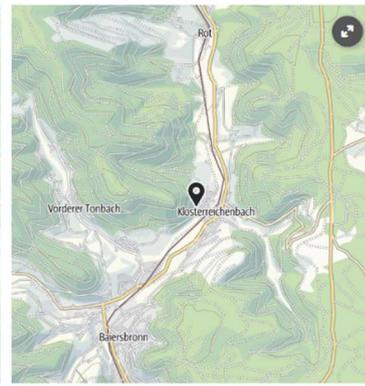
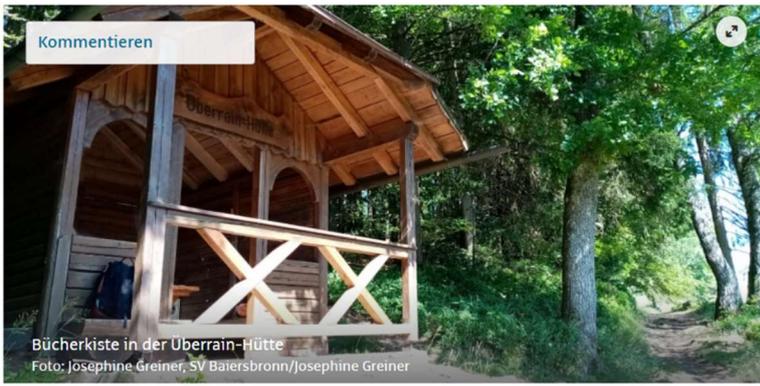
- Balzeau, K. (2020). Nix für die Tonne. arsedition.
- Daynes, K. (2020). Ich weiß mehr! Unsere Erde und das Klima. Usborne.
- Denys Watkins-Pitchford (2021). Die Wichtelreise. Urachhaus.
- Kessel, C. (2018). Wir schützen unsere Umwelt. Wieso, Weshalb, Warum? Ravensburger.
- Matthiesen, S. (2021). So ein Wetter! DK Verlag.
- Muller, G. (2018). Was wächst denn da? Beltz & Gelberg.
- Raidt, G. (2021). Das ist auch meine Welt! Wie können wir sie besser machen? Beltz & Gelberg. (und weitere Bände)
- Richter, T. (2023). Benny Blu – Naturgewalten. Lama. (und weitere Bände)
- Steinlein, C. (2020). Ohne Wasser geht nichts. Alles über den wichtigsten Stoff der Welt. Beltz & Gelberg. (und weitere Bände)
- Vorbach, D. (2020). Waldwichte des Schwarzwalds. BoD.

Neu bespielte Räume und Flächen: Standorte



Abbildung 13: Kinder-Bücherkiste an der Skihütte im Bergergrund (Bayersbronn)





KINDER-FORSCHERKISTEN

Kinder-Forscherkisten für Naturdetektive

Drei Kinder-Bücherkisten werden im Januar 2024 zu Kinder-Forscherkisten: «Du bist auch im Winter gern draussen unterwegs? Du bist neugierig und willst wissen wie Wald, Wiesen, Felder, Bäume, Bäche, Seen im Winter aussehen und wie die Tiere mit Schnee und Kälte zurechtkommen? Du hast Lust auf Entdecken, auf Beobachten, auf Erforschen und auch im Winter den kleinsten Dingen in der lebendigen Natur auf den Grund zu gehen? Dann sind die Kinder-Forscherkisten genau das Richtige für dich! Denn in diesen liegen Mikroskop und Lupe, Fernrohr und Kompass, Säge, Zange, Metermass und vieles mehr für verschiedene Kinder-Forschungsaufgaben und Experimente bereit. Deine Familie o.a. werden dich bestimmt gern begleiten und die sich wandelnde Natur mit dir durch Kinder-Augen erfahren.» (Katrin Adler, SVB)



Abbildung 14: Forscherkiste mit Materialien und Büchern (z.B. eine Becherlupen-Geschichte)
(Bild: Katrin Adler)

Idee & Ziele

Forscherkisten bzw. «Kleine Forscherstationen» waren bereits im Bewerbungsantrag um ein vom DOSB gefördertes Pilotprojekt als Massnahme vorgesehen. Nun wurden die Kinder-Forscherkisten über Eigenmittel im letzten offiziellen Projektmonat noch als Winteralternative für einige Kinder-Bücherkisten angeschafft und in diesen untergebracht. Sie verfolgen zwei Schwerpunkte: Forschendes Lernen über Naturbeobachtungen (2 Kisten) sowie Forschendes Lernen über die Bearbeitung von bereitliegenden Naturmaterialien (1 Kiste). Material und 2-3 thematisch zu den Kinder-Forscherkisten passende Bücher zogen in die ehemaligen Bücherkisten ein. Ziel ist, junge Kinder und ihre Familien im Winter hinaus ins Freie zu bringen. Sie zu motivieren zu den Kinder-Forscherkisten zu wandern und ihre Naturforschungs- und Naturgestaltungslust dort auszuleben. Die Forscherkisten sind im Winter auch bei Schnee mit Ski, Schneeschuhen oder Schlitten zu erreichen.

Neu bespielte Räume und Flächen: Standorte

Forscherkiste am Ziegenhof Peterle

Forscherkiste an der Stöckerkopfhütte

Forscherkiste in der Überrainghütte

Literatur-Empfehlungen für Kinder-Forscherkisten

- Hansen, J. (2021). Komm, wir gehen in den Wald. frechverlag.
- Oftring, B. (2019). Das große Outdoor-Abenteuerbuch. Moses.
- Heinecke, L.L. (2020). Die spannendsten Outdoor-Experimente für Kinder. Moses.
- Wittmann, U. (2022). Das Outdoor-Bastelbuch. Bruckmann.
- Kastenhuber, B. (2018). Mein Sach- und Mach-Winter-Buch. Klein & Groß.

SPORTARTENKARUSSELL DRAUßEN IM FREIEN

Das Sportartenkarussell ist ein regelmäßiges Kindersportangebot draußen im Freien (Altersgruppe 2-10 Jahre; 2-3 Sportstunden à 60 Minuten pro Woche). Ziel ist die Vermittlung verschiedenster Sportarten und Bewegungsformen, die sich im Freien ausüben lassen. Das Sportartenkarussell soll Kindergarten- und Grundschul Kinder befähigen auf vielfältige Art und Weise in der Natur bewegungsaktiv zu sein. Zudem ermöglicht das Sportartenkarussell den teilnehmenden Kindern sich entsprechende Kompetenzen für ein natursensibles Verhalten anzueignen.

01-03/2023: Skilanglauf



Abbildung 15: Skilanglauf im Schanzenareal am Ruhestein (u.a. Vermittlung natursensiblen Verhaltens auf den Loipen im Nationalpark)

04/2023: Trailrunning „Wurzelläufe“



Abbildung 16: Trailrunning auf dem Holzweg in Baiersbronn (u.a. Vermittlung gesundheitsbezogenen Wissens durch die Nutzung von Schrittzählern: 12.000 Schritte am Tag für Kinder)

05-06/2023: Inline-Skating, Leichtathletik



Abbildung 17: Inline-Skating auf dem GS-Schulhof und Leichtathletik im LA-Stadion

07/2023: Inline-Skating Touren, Unihockey



Abbildung 18: Inline-Touren auf dem Murgtal-Radweg (Befähigung zur Nutzung von Inlineskates zum Erreichen von Naturspielplätzen etc. als Alternative zum Auto), Hockey im Schanzenareal Bergergrund/in Naturräumen

09-10/2023: Orientierungslauf, Slackline, Rad/Laufrad/Roller



Abbildung 19: Orientierungslauf im Leichtathletikstadion/Schanzenareal Bergergrund (Vermittlung von Kompetenzen zur Orientierung und zum sensiblen Laufverhalten in der Natur)



Abbildung 20: Slackline im Leichtathletik-Stadion (u.a. Vermittlung von baumschützendem Anbringen von Slacklines), Rad/Laufrad im Kurpark Klosterreichenbach (u.a. Fahrttechnikvermittlung und natursensibles Fahrverhalten auf unterschiedlichen Untergründen)

11/2023: Skilanglauf und Stockläufe (Nordic Jogging)



Abbildung 21: Skilanglauf und Stockläufe (bei fehlendem Schnee) im Schanzenareal Bergergrund

12/2023: Eislaufen und Turnen



Abbildung 22: Eislaufen in der Eislaufhalle Baiersbronn; Turnen in der GS-Sporthalle (u.a. für Wagniserleben und Risikoeinschätzung)

Aufgrund des vielen Regens und Sturms im Dezember 2023 sind wir in die Eislaufhalle in Baiersbronn sowie in die Sporthalle der Grundschule zum Turnen ausgewichen. Im Januar und Februar 2024 haben wir, wegen der schlechten Schneelage, einmal wöchentlich die Sporthalle für Bewegungsparcours genutzt.

01-02/2024: Skilanglauf und Trailrunning



Abbildung 23: Skilanglauf auf dem Schanzenareal Bergergrund (2 Tage auf Naturschnee)

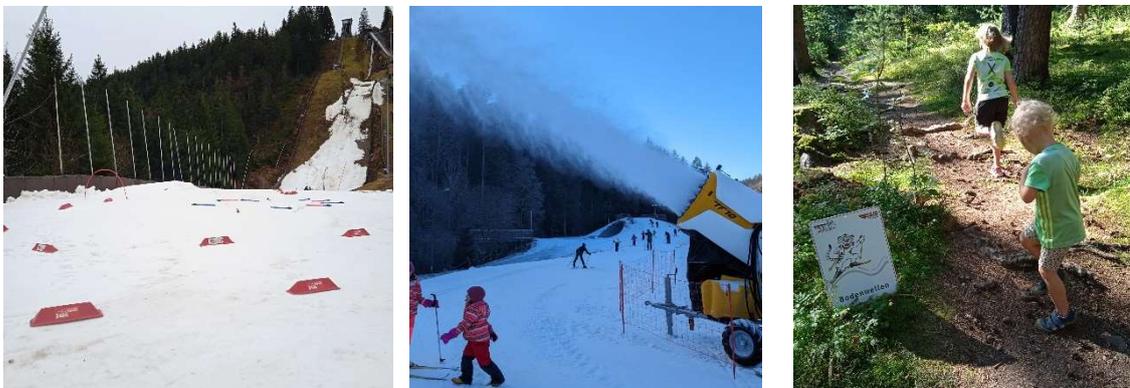


Abbildung 24: Skilanglauf auf dem Schanzenareal Ruhestein und im Langlaufstadion Buhlbach (u.a. Kennenlernen von Kunstschneeherstellung); Trailrunning an der Wiedenberghütte (Bild vom Sommer 2023)

OUTDOOR-FAMILIENANGEBOTE

Die 1x monatlich durchgeführten Outdoor-Familienangebote fanden an den Wintersportstätten, auf Wanderwegen, Trails, Loipen usw. statt. Die Angebote waren so angelegt, dass Kinder aller Altersgruppen und deren Eltern/Großeltern daran teilnehmen konnten. Die Familienangebote sollen Eltern motivieren und befähigen mit ihren Kindern in der Natur aktiv unterwegs zu sein. Im gemeinschaftlichen Unterwegs-Sein werden Erfahrungen, z.B. in der Nutzung von Babytragen, Kraxen, Outdoor-Kinderwagen, weitergegeben. Es werden vorab Packlisten und Kleidungsempfehlungen für Wanderungen, Radtouren, Skitouren etc. bereitgestellt. Und es gibt Vorschläge zur An-/Abreise per öffentlichen Verkehrsmitteln und vieles mehr.

02/2023: Winterspielplatz Schanzenanlage Ruhenstein



Abbildung 25: Winterspielplatz für die ganze Familie (oberes Schanzenareal Ruhenstein)

03/2023: Familien-Skiwanderung mit Picknick auf der Zollstock-Loipe



Abbildung 26: Familien-Skiwanderung u.a. mit Kleinkindern im Tragesystem

04/2023: Ostereiersuche rund um die Schanzenanlage Bergergrund



Abbildung 27: Ostereiersuche gemeinsam mit Kindern der Sparte Fußball des SVB (u.a. Schulung des Blicks für Details in der Natur; Erfahrungen zu Waldspaziergängen im Regen)

04/2023: Plalking & Pliking – Schwarzwald Clean Up Days



Abbildung 28: Walking und Hiking werden verbunden mit „Müll sammeln“ zu Plalking und Pliking; unterwegs auf verschiedenen Routen im Rahmen der Schwarzwald Clean up Days

05/2023: Familientag „Rinken-Trailrun“



Abbildung 29: Erster Trailrun rund um den Rinken für die ganze Familie (Bild: SVB)

06/2023: Eröffnung der 1. Bücherkiste am Biohof „Seidtenhof“



(↑ Bilder: Conny Zimmermann)

Abbildung 30: Kinderbuch-Lesung und Hof-Führung hin zum mobilen Hühnerstall (gemeinsames Event mit den Kooperationspartnern Buchhandlung Osiander und Biohof „Seidtenhof“)

06/2023: Sommerfest und Zelten im Schanzenareal Bergergrund



Abbildung 31: Zelten auf dem Schanzenareal Bergergrund (u.a. Umgang mit Feuer im Freien; Kontroverse: Nachtwanderung und Nachtruhe der Tiere im Wald)

07/2023: Familienangebot Sommer-Reiseapotheke



Abbildung 32: Beratung Sommer-Reiseapotheke für die Familie (Zecken, Sonnenbrand & Co) auf dem Bio-Hof „Seidtenhof“

09/2023: Familien-Rad-/Laufrad-Tag



Abbildung 33: Technikparcours und Tour mit Rad-/Laufrad im Kurpark Klosterreichenbach im Vorfeld des Cyclocross (Cross im Park)

11/2023: Schlittenwanderung zur Kinder-Bücherkiste

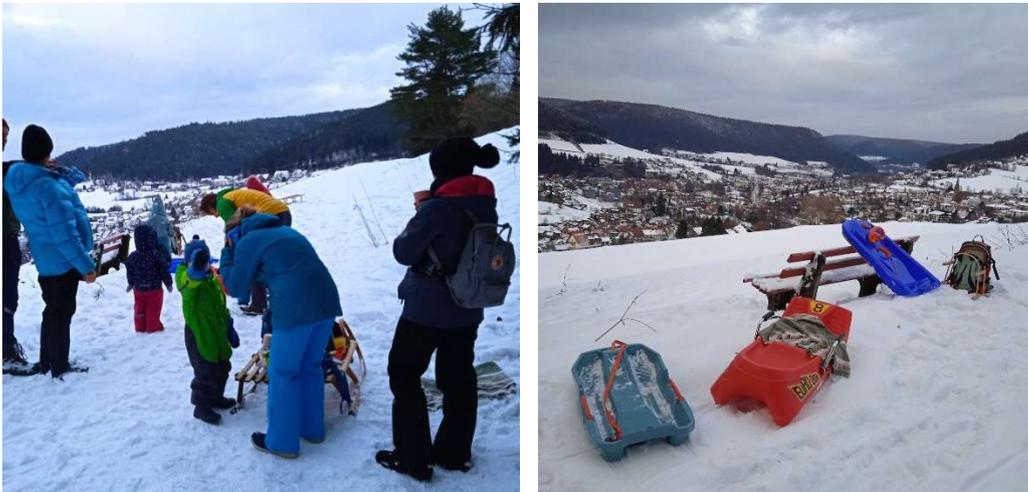


Abbildung 34: Mit dem Schlitten zur Kinder-Bücherkiste an der Stöckerkopfhütte

11/2023: Abendwanderung zur Grinde-Hütte

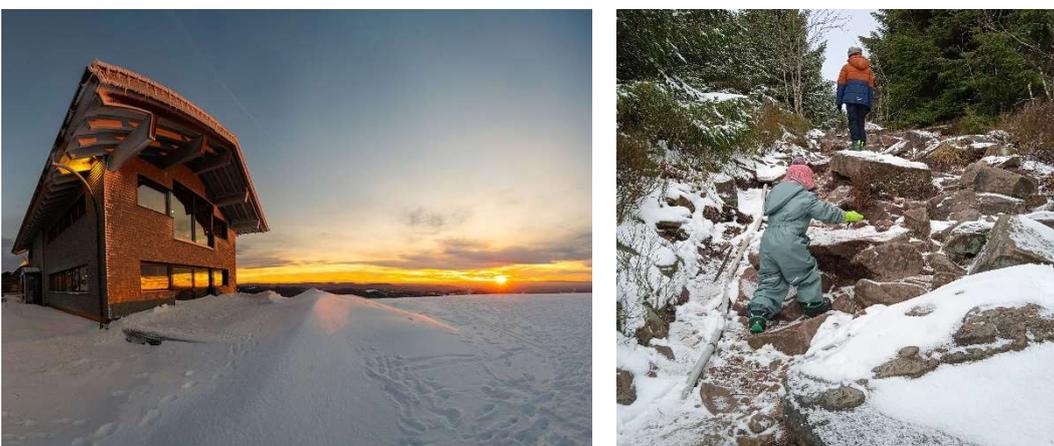


Abbildung 35: Schneewanderung zur Grinde-Hütte auf der Hornisgrinde (Bild Hütte: www.grindehuette.de)

12/2023: Wichtelsuche & Weihnachtsbuch-Lesung am Seidtenhof



Abbildung 36: Kinderbuchlesung und Wichtelsuche während des Weihnachtsmarktes auf dem Seidtenhof

Naturcamps auf dem Schanzenareal Ruhestein

Die als Outdoor-Familienangebote geplanten zweitägigen Naturcamps im Sommer, Herbst und Winter erreichten aufgrund von Termin-Kollisionen, Krankheitswellen sowie ungünstiger Wetterverhältnisse jeweils nur wenige Familien. Bewegungs- und natursensibilisierende Aktivitäten sowie das Übernachten in der Skihütte auf dem Schanzenareal Ruhestein konnten gut umgesetzt werden.



Abbildung 37: Zu drei Jahreszeiten auf dem gleichen Pfad rund um den Vogelkopf

WORKSHOPS, VORTRÄGE UND DISKUSSIONSRUNDEN

Die zu Projektbeginn angedachten Vorträge und Diskussionsrunden sollten sich quartalsweise an Jugendliche und Erwachsene richten. Es sollten dabei v.a. Themen eines gesunden, natur- und umweltsensiblen Lebensstils (im Kontext von Sport) von ReferentInnen vorgetragen und diskutiert werden. Ebenso waren Workshops für Kinder geplant, die vornehmlich zur altersgerechten Gesundheits-, Natur- und Umweltbildung beitragen, v.a. draußen im Freien stattfinden und zuweilen von "Experten" begleitet werden. Explizit für Kinder wurde nur ein Workshop zu *Skiwachsen und Materialpflege* durchgeführt. Da an für Kinder geplanten Workshops zumeist die Familien teilnahmen, finden sich einige im Bereich Familien-Outdoor-Angebote wieder. Zudem bietet das Nationalparkzentrum am Ruhestein den Kindern in Baiersbronn über Kindergarten und Schule mehrfach im Jahr thematische Besuche im Rahmen des Nationalpark-Programms an (z.B. „Eine Spur wilder“). Geplant ist daher, die Kinder-Workshops weiterhin in Form von Familien-Angeboten zu realisieren.

Vortragsreihe Nordic Sports & Lifestyle

Die Vortragsreihe startete im Oktober 2023 und hält Bildervorträge mit anschließender Diskussionsrunde bereit. Die Ankündigung der Vortragsreihe erfolgte zunächst über die WhatsApp-Gruppen der Sparte Ski sowie persönlich an potenziell Interessierte.

10/2023: Gedankengänge zu einer Skihochtour im Berner Oberland (F. Frey)



Ort: Skihütte Bergergrund

Teilnehmer: 10

11/2023: Friluftsliv: Fünf Jahre mit Familie in Finnland (Rolf & Elle Schmieder)



Ort: Skihütte Bergergrund

Teilnehmer: 10

Aufgrund der geringen Teilnehmerzahlen, obgleich der sehr interessanten und medial sehr ansprechend aufbereiteten (Bilder-)Vorträge, wurde die Fortsetzung der Vortragsreihe auf Frühling 2024 verschoben. Die Publikation der Vortragsreihe bzw. einzelner Bildervorträge soll längerfristig über das Tourismusbüro Baiersbrunn und seine Medien erfolgen. Es besteht eine Kooperation mit dem Tourismusbüro im Rahmen des Projektes. Angefragt wurden für das Frühjahr 2024 nachfolgende Bildervorträge.

03/2024: Den Polarlichtern Norwegens auf der Spur (S. Uhlig)



Ort: Skihütte Bergergrund

Teilnehmer: 22

ff. 05/2024: Mikroabenteuer für Kinder im Frühling (K. Adler)

ERWACHSENEN/ELTERN-OUTDOOR-ANGEBOTE

Da es in der Sparte Ski keine Breitensportlichen/ Gesundheitssportlichen Angebote explizit für Erwachsene gibt, wurden verschiedene Sport- und Spielarten des "Friluftsliv" in natur(-nahen) Räumen angeboten und der natur-, gesundheits- und bildungsbezogene Wert dieser thematisiert. An diesen Outdoor-Angeboten nahmen sowohl MitgliederInnen der Sparte Ski teil, aber auch NeumitgliederInnen (Eltern, Großeltern, Interessierte u.a.) teil. Die NeumitgliederInnen nutzen v.a. die DOSB-Sportvereinschecks für die Teilnahme an den Outdoor-Angeboten bzw. für den Einstieg in den Sportverein.

QiGong auf der Streuobstwiese



Abbildung 38: QiGong für Erwachsene auf der Wiese des Seidenthofs

Nordic Walking (Walk & Talk)



Abbildung 39: Nordic Walking „Walk & Talk“ mit Start und Ziel am Seidenthof

Skilanglauf im Skistadion Buhlbach



Abbildung 40: Skilanglauf im Skistadion Buhlbach (Winter-Alternative zum Nordic Walking)

Die Teilnehmerzahlen an diesen Outdoor-Angeboten für Erwachsene waren im Winter deutlich geringer als im Frühling, Sommer und Herbst. Auch der Wechsel des QiGong-Angebots in eine Sporthalle über den Winter brachte eine Verminderung der TeilnehmerInnen mit sich.

PORTABLER PARCOURS FÜR OUTDOOR-ANGEBOTE

Zur Umsetzung von regelmäßigen Outdoor-Kinder-/Familien-Angeboten an unterschiedlichen Orten bedurfte es eines portablen Parcours für unterschiedliche Sportarten und Bewegungsformen. Zunächst war angedacht einen solchen zu konzipieren und zusammenzustellen. Mit dem Parcours der «DSV Skitty World Nordic» existiert bereits ein Parcours für die Sportarten Ski Alpin und Skilanglauf sowie für die Sommervariante Inline-Skating. Dieser Parcours wurde im Rahmen der Kinder-Outdoor-Angebote (Sportartenkarussell), für einige Familien-Outdoor-Angebote sowie in jeder KiTa-Outdoor-Sportstunde in den Kindergärten genutzt. Der Einsatz des portablen Parcours lässt sich auf den Bildern zum Sportartenkarussell und denen zu den Winterspielplätzen gut erkennen. Die Verwendung in den KiTa-Outdoor-Sportstunden, die wöchentlich 1-mal in zwei Kindergärten mit allen Kindern durchgeführt wurden, wird folgend genauer beschrieben.

KiTa-Outdoor-Sportstunde (1 pro Woche)

Die „DSV Skitty World Nordic“ wurde als Skilanglauf-Techniktraining vom Deutschen Skiverband entwickelt. Der Parcours lässt sich an verschiedenen Orten aufbauen und kann auf unterschiedlichem Gelände eingesetzt werden. Es stellte sich als unkompliziert dar, die einzelnen Parcours-Aufgaben in den Außenräumen der Kindergärten zu positionieren. In den Outdoor-Sportstunden wurden jeweils 2-4 Parcours-Aufgaben aufgebaut und mit verschiedenen Bewegungsformen variantenreich und spielerisch von den Kindern bewältigt. Um die Outdoor-Sportstunden mit dem Parcours immer wieder herausfordernd zu gestalten, wurde dieser mit unterschiedlichen Materialien, z.B. Hockeyschlägern und -bällen, Frisbee, Orientierungslauf-Posten etc., von den Kindern durchlaufen. Kleine Spiele im Parcours sowie beweglichkeitsfördernde Übungen rhythmisierten das physisch sehr beanspruchende Bewältigen des Parcours. Skitty führte die Kinder – als Maskottchen (Kuscheltier) – in immer wieder neuen Varianten mit Freude und Begeisterung durch den Bewegungsparcours, im Frühling, Sommer, Herbst und Winter.



Abbildung 41: Slalom (Bild Skitty: Lienemann et al. (2016)¹⁹)

¹⁹ Lienemann, T., Kiefer, R.; Zipfel, G. & Zipfel, P. (2016). Skitty World Nordic. *FdSnow*, 49, 12-21.



Abbildung 42: Schlupfloze (Bild Skitty: Lienemann et al. (2016))



Abbildung 43: Zielwerfen (Bild Skitty: Lienemann et al. (2016))



Abbildung 44: Slalom (Bild Skitty: Lienemann et al. (2016))



Abbildung 45: Schneeschanze (Bild Skitty: Lienemann et al. (2016))



Abbildung 46: Skitty-Parcours im Außengelände einer KiTa (Bild: KiTa St. Marien)

Material

Das über den DSV beziehbare Skitty World Nordic Grundmodul beinhaltet u.a. 11 Alu-Parcourschilder mit jeweils mindestens einer Skitty-Darstellung der einzelnen Übung sowie zahlreiche Materialien (Kippstangen, Torstangen, Pilze, Schlupftore, ein Startzelt, Zielflaggen, V-Boards, Startnummern). Um den Skitty-Parcours nicht nur auf Schnee nutzen zu können, haben wir alternatives Material verwendet:

- Slalomstangen mit Spitze für Wiese/Rasen und Standfüßen für Wege oder Asphalt (kaufbar als Fußballzubehör)
- Schwimnudeln für Schlupftore (aufgesteckt auf die Slalomstangen)
- Hütchen und Seile (alternativ für V-Bords etc.)
- Kinder-Tritthocker (alternativ zu kleinen Sprungschanzen)

Vorgehen und Learnings

Zahlreiche Studien weisen darauf hin, dass körperlich-sportliche Aktivität von Kindern in hohen Intensitätsbereichen zu günstigeren Gesundheitseffekten beiträgt als niedrige oder moderate Aktivitäten²⁰. In den Kindergärten wurde der Skitty-Parcours so aufgebaut, dass das Durchlaufen zu einer hohen physischen, aber auch kognitiven und motivationalen Beanspruchung der Kinder führte. Aufgrund dieser genügte eine Gesamtaktivitätszeit von ca. 15 Minuten. Die Kinder bewältigten den Parcours in ihrer altersgemischten Kindergarten-Gruppe und wurden von mindestens einer Erzieherin/ einem Erzieher dabei begleitet. Die kurze Zeitdauer der «Sportstunde» ermöglichte, dass diese nur wenig Zeit im Kindergarten-Alltag erforderte. Einer der teilnehmenden Kindergärten nutzte den Skitty-Parcours als «Frühspport». Das Fachpersonal meldete zurück, dass das Angebot «immer wieder als ein besonderes Bewegungserlebnis» von den Kindern wahrgenommen wird. Ein weiterer positiver Effekt dieser kurzzeitigen intensiven «Skitty-Sportstunde» liegt darin, dass alle Kinder der Kindergärten den Skitty-Parcours innerhalb kurzer Zeit bewältigen konnten. Das Angebot richtete sich nicht

²⁰ Bürgi, F., Meyer, U., Granacher, U., et al. (2011). Relationship of physical activity with motor skills, aerobic fitness and body fat in preschool children: a cross-sectional and longitudinal study (Ballabeina). *International Journal of Obesity*, 35, 937–944.

wie viele «Bewegungsprogramme» nur an bewegungsaffine Kinder oder Kinder einer Gruppe (oder Altersgruppe) des Kindergartens, es konnten alle Kinder teilnehmen. Diese Zeiteffektivität macht es Sportvereinen und auch den Kindergärten leichter, das Angebot ganzjährig anzubieten. Überdies benötigt es keine speziellen Räumlichkeiten, es kann im Außengelände von Kindergärten stattfinden.

KOOPERATIONEN UND PARTNERINNEN

Das Pilotprojekt sollte dazu beitragen Kooperationen v.a. mit regionalen PartnerInnen zur langfristigen Zusammenarbeit und Vernetzung aufzubauen. Folgende Kooperationen konnten im Jahr 2023 mit entsprechenden Unterstützungsmassnahmen geschlossen werden:

Baiersbronn Touristik: Veröffentlichung der Gipfeldosen und Bücherkisten, der Eltern-Outdoor-Angebote, der Familien-Outdoor-Angebote sowie der Vortragsreihe in ihren online-Veranstaltungsprogrammen. Bücherkisten und Gipfeldosen fanden zudem Eingang in den Baiersbronner Erlebnispass für Kinder. Zudem erfolgte eine Bereitstellung von Aufklebern mit dem Baiersbronner Maskottchen Murgl für die Gipfeldosen.

Bio-Hof Seidtenhof: Dieser Bauernhof stellte uns die Streuobstwiese als Raum für Outdoor-Aktivitäten zur Verfügung: Für die Eltern-Angebote QiGong und Nordic Walking, für die Familien-Outdoor-Angebote Wichtelsuche, Mobiler Hühnerstall, Reiseapotheke und Kinderbuch-Lesung. Der Seidtenhof ist überdies Standort einer Kinder-Bücherkiste. Bei der Eröffnung dieser konnten wir zwei unserer KooperationspartnerInnen Seidtenhof und Buchhandlung Osiander gewinnen (Kinderbuch-Lesung und Mobiler Hühnerstall).

Ziegenhof Peterle: Dieser Ziegenhof ermöglichte uns das Aufstellen einer Kinder-Bücherkiste mit Forschermaterialien auf dem Gelände des Hofes.

Verein Schönes Tonbachtal: Empfehlung von bzw. Beratung zu guten Standorten für Gipfeldosen und Bücherkisten im Tonbachtal. Unterstützung bei der Genehmigung dieser durch Gemeindeforst/ Forst BW.

Buchhandlung Osiander: Zur Befüllung der Kinder-Bücherkisten benötigten wir Kinderbücher im Kontext Pflanzen- und Tierwelt, Bauernhof-Geschichten, Waldentdeckungs-Geschichten, Naturführer/-experimente für Kinder etc. sowie mehrsprachige Kinderbücher zu diesen Themen. Dazu erhielten wir von der Buchhandlung Osiander eine sehr gute Beratung, überdies auch zu kleinen Instrumenten und Materialien für die Forscherkisten.

Deutscher Skiverband: Vom Deutschen Skiverband wurde das Pilotprojekt in Form von Beratung zum DSV-Skitty-Parcours sowie zur Nachhaltigkeit im Wintersport unterstützt.

Forst Baden-Württemberg und Gemeindeforst Baiersbronn: Von diesen erhielten wir eine Beratung sowie die Genehmigung zur Platzierung von Kinder-Gipfeldosen und Kinder-Bücherkisten in Baiersbronn und Umgebung.

Kindertagesstätte St. Marien und Kindergarten St. Martin: Mit diesen Einrichtungen entstand eine Kooperation Kindergarten-Verein zur Förderung der kindlichen Bewegung und Motorik draußen im Freien mit dem Skitty-Parcours.

DANK

Der Sportverein Baiersbronn e.V. bedankt sich vielmals beim Deutschen Olympischen Sportbund für die Förderung des Pilotprojektes und die intensive Beratung im Verlauf der Umsetzung des Pilotprojektes. Ein besonderer Dank geht dabei an Maxi Kullmann und Miriam van Geenen!

Ein Dankeschön geht an den Vereinsvorstand des SV Baiersbronn e.V. und den Ausschuss der Sparte Ski für das große Interesse am Pilotprojekt!

Herzlichen Dank an Stefan Mirus und Paul Kaufmann für die Klärung und Bearbeitung der vertraglichen, personellen und finanziellen Aufgaben im Pilotprojekt!

Lieben Dank Friedrich Braun, für die viele Zeit und den Aufwand, der mit der Bearbeitung der Re-Start-Gutscheine des DOSB und damit auch der Mitgliederverwaltung durch das Pilotprojekt entstanden ist, sowie für die social-media Unterstützung!

Ein besonders großer Dank geht an das ganze Team des Pilotprojekts FRILUFTSLIV! Insbesondere an Josephine Greiner für die konzeptionellen und grafischen Arbeiten sowie die Entwicklung und Betreuung der Gipfeldosen und Bücherkisten; an Christoph Greiner und Ferdinand Frey für die Anbringung der Gipfeldosen & Bücherkisten sowie die vielen durchgeführten Friluftsliv-Kindersportstunden, -Naturcamps und -Familienausflüge; Danke an Monika Eppelt für die wunderbaren QiGong-Stunden draußen auf der Seidtenhof-Wiese und an Julia Schmidt für die vielen Walk & Talk-Stunden (Nordic Walking) mit Sonnenuntergangsstimmung auf Feld- und Waldwegen (und auch mal im Schneesturm)!

Tausend Dank Allen, die eine Patenschaft zum regelmäßigen Befüllen der Kinder-Gipfeldosen und zur Kontrolle der Kinder-Bücherkisten übernommen haben! Ganz besonders dafür, dass ihr jedes Mal auf dem Hin- und Rückweg Müll im Wald gesammelt und mitgenommen habt!!!

Herzlichen Dank an Conny Zimmermann für die Möglichkeit, dass wir das schöne Außengelände des Seidtenhofs für so viele Friluftsliv-Aktionen kostenfrei nutzen durften und für die zahlreichen Ideen, die uns gemeinsam noch immer für junge Familien einfallen!

Vielen Dank an alle KooperationspartnerInnen, die wir im Verlauf des Pilotprojekts FRILUFTSLIV gewinnen konnten! Wir freuen uns sehr auf eine so angenehme weitere Zusammenarbeit!

LITERATUR-EMPFEHLUNGEN

Links zu Natur- und Umweltbildung (für Kinder-Workshops etc.)

<https://naturpark-detektive.de/>

<https://www.kleine-naturfreunde.de/>

<https://naturdetektive.bfn.de/index.html>

<https://junior-ranger.de/>

<https://www.wildtierfreund.de/forschen.html>

<https://www.zauberwaldernen.ch/de>

Bücher zu Mikroabenteuern mit Kindern (Sehr, sehr zu empfehlen!)

<https://ausgebuext.info/mikroabenteuer-mit-kindern/>

<https://www.thalia.de/shop/home/artikeldetails/A1062364871>

<https://www.weltwunderer.de/65-mikroabenteuer-mit-kindern-teenagern/>