

Hiermit weise ich auf das Portal "Bewegung, Spiel und Sport in Zeiten von Corona" hin: <https://padlet.com/dirkoertker/h7cb387ajg0b>

Es handelt sich um ein sehr vielseitig ausgerichtetes Portal, das von vielen Sportverbänden in Deutschland mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten ("Digitale Sportstunde" [Fußball, Handball, Basketball], "Fitness & Workout", "Tanz", Entspannung & Yoga" u.v.m.) vorgehalten und täglich erweitert wird.

Das heißt, es ist für jede und jeden etwas dabei. Es kann nicht deutlich genug betont werden, wie wichtig jetzt Bewegung für Personen jeden Alters ist, natürlich - wie auch sonst - besonders für Kinder und Jugendliche. Besonders wichtig erscheint mir der Hinweis, dass Eltern hier die Möglichkeit haben, sich gemeinsam mit ihren Kindern zuhause zu bewegen und die meisten Bewegungsideen keiner besonderen Voraussetzungen bedürfen. Und: Fangen Sie heute noch damit an! Feste Zeiten am Tag helfen dabei.

Daneben verweise ich auch noch einmal auf das Portal der Landesstelle für den Schulsport NRW: <https://www.schulsport-nrw.de/fuer-schuelerinnen-und-schueler/sport-machen/fit-in-der-krise.html>

Kommen Sie Alle gesund durch diese Zeiten und halten Sie sich fit!

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag

Achim Eckstein
Ltd. Regierungsschuldirektor
Bezirksregierung Köln