



Hallo liebe if'ler!

Erfahrungsgemäß macht Sport im Sommer noch mehr Spaß und wir von *if* haben in unserer Sommer-Stimmung ein paar Vorschläge, wie Groß und Klein, jung und alt, die Endorphine ankurbeln und in der Sonne aktiv sein können. Wer z.B. den stickigen und muffigen Fitnessstudios oder Büros entkommen möchte, dem bieten unsere Outdoor Bodyfit Kurse in der Natur eine ideale Abwechslung. Mehr Lust auf Ballsport und auf etwas ganz neues und unbekanntes? Kein Problem! Unsere Korfballer freuen sich immer über neue Gesichter und neue Talente in ihrem Team. Beide Angebote können in den ersten vier Wochen der Sommerferien bei der Mitmach-Aktion "Kölle Aktiv" der Stadt Köln ausprobiert werden.

Die Kids können in unseren Kindersport-Kursen ihrer Fantasie freien Lauf lassen und sich als Superhelden austoben. Gemeinsame sportliche und spaßige Erlebnisse können die Allerjüngsten mit Mama und Papa beim Eltern-Kind-Sport sammeln. Denjenigen, die noch keinen Urlaub gebucht haben und noch auf der Suche nach einem recht unbekanntem Urlaubsziel sind, möchten wir wärmstens einige Angebote auf der Azoreninsel Pico empfehlen.

Das sind unsere aktuellen Meldungen:

- [if-Vereinsreise nach Pico](#)
- [Schulung zur Presse- und Öffentlichkeitsarbeit](#)
- [Unsere neue Fußballmannschaft Colonia Outfit](#)
- [Korfball Ligabericht](#)
- [Kölner Kindersportfest: if war dabei](#)
- [Kindersport in Müngersdorf](#)
- [outdoor bodyfit in Raderthal](#)
- [Azoren: Kostenloser Urlaub für Hundeliebhaber](#)

[Nach oben](#)



Vereinsreise nach Pico und Besiegelung der Partnerschaft mit den Veteranos

In den Osterferien reiste eine kleine Gruppe aus Köln, bestehend aus Mitgliedern und Mitarbeitern des if e.V. nach Pico. Eine portugiesische Insel aus der Inselgruppe der Azoren. Nach 4 Jahren wollte if endlich seine Partnerschaft mit der dortigen Fußballmannschaft "Veteranos da Ponta da Ilha" persönlich besiegeln. Sie verbrachten unvergessliche Tage gemeinsam auf Pico.

Der Kontakt zu der Mannschaft entstand 2013 durch persönliche Kontakte einiger Vorstandsmitglieder. Seit dem war der Wunsch groß, die Partnerschaft bei einem persönlichen Besuch zu vertiefen. Nun war es endlich soweit und if reiste die mehr als 3.500 km mitten in den Atlantik, um auf einer kleinen Insel von 250km² auf die neuen Freunde zu treffen. Es gab großartige Erlebnisse. Christina Paradies, die 1. Vorsitzende von if e.V., dazu: „Es zeigt sich mal wieder, wie Sport Menschen verbinden kann. Obwohl es große Sprachbarrieren zwischen uns gibt, hatten wir keine Probleme uns zu verständigen. Die kölsche und die azoreanische Lebensfreude ist nur eine der Verbindungen zwischen unseren beiden Vereinen.“

Die Gruppe aus Köln verbrachte unvergessliche Tage auf der Insel. Die Veteranos mit ihren Familien waren sehr gastfreundlich. Jeden Abend wurde gefeiert. Beim gemeinsamen Abendessen wurden Gastgeschenke und Wimpel

ausgetauscht. Man besuchte sogar das Training dort. Die Gastgeber gestalteten ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm bei dem man neben der großen Gastfreundschaft auch die wilde und unberührte Natur Picos kennenlernte.

Emanuel Pimentel, Präsident der Veteranos, freut sich besonders auf den menschlichen Aspekt der Partnerschaft: „Wir sind sehr stolz mit if e.V. eine Partnerschaft in der Stadt Köln zu haben. Andere Mannschaften der Azoren verbinden mit Deutschland immer nur "das Oktoberfest" und Biertrinken. Uns aber ist es wichtig, mit Köln das Herz von Deutschland kennenzulernen - aber natürlich auch das kölsche Bier. (Als Gastgeschenk brachten die Kölner ein Fässchen Kölsch mit nach Pico).“

Der Gegenbesuch der Veteranos in Köln ist für 2020 geplant. Dann wird es auch zu einem Partnerschaftsspiel mit "Colonia Outfit" von if e.V. kommen. Hierzu sucht der Verein noch Unterstützer und Mannschaften für ein eventuelles Turnier. Bei Interesse bitte melden unter orga@if-ev.de.

Mehr Informationen zur Partnerschaft



"#KölnAktiv-Köln bewegt sich"

Die Stadt Köln und der Stadtsportbund Köln e.V. haben ein Bündnis zur Stärkung des Kölner Sports geschlossen. Oberbürgermeisterin Henriette Reker, Stadtdirektor Dr. Stephan Keller und Peter Pfeifer als Vorstandsvorsitzender des Stadtsportbundes Köln e.V. haben am 24. Juni 2019, einen Kooperationsvertrag im Historischen Rathaus unterzeichnet. Ziel ist es, den Sport in den Bereichen Bildung, der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, der Generationenarbeit, der Integration und Inklusion zu stärken und innovative Konzepte für mehr Bewegung umzusetzen. Ein Beispiel dafür ist der Aufbau eines neuen Sport- und Bewegungsangebots in ausgewählten Kölner Parks mit dem Titel "#KölleAktiv - Kölle bewegt sich", das kostenfrei von Kölner Sportvereinen für Bürgerinnen und Bürger veranstaltet wird.



Diese Projekt findet vom 15.07.2019 bis zum 09.08.2019 statt und auch wir als if e.V. sind Teil dieser Aktion. Das Sportprogramm findet im Grüngürtel an der Vogelsangerstr. (neben den Basketballkörben) statt. Wir freuen uns auf euren Besuch:

Montag 15.07. & 22.07.18:00 - 20:00 Uhr Korbball

Dienstag 16.07. & 23.07./ 17:00 - 18:00 Uhr Fitness Parcour

Donnerstag 18.07. & 25.07. & 01.08. & 08.08.17:00 - 18:00 Uhr Fitness Parcour

Infos und Termine #KölleAktiv

Zur kompletten Pressemitteilung



Colonia Outfitters - neue Fußballmannschaft bei if e.V.

Wir freuen uns sehr, eine neue Mannschaft bei if e.V. begrüßen zu können. Bisher hat "Colonia Outfit" nur als Hobbymannschaft Kleinfeldfußball gespielt. Nun wollen die Jungs auch die Bunte Liga Köln rocken. Seit März 2019 sind sie bei uns im Verein und freuen sich auf den nächsten Saisonstart, bei dem sie hoffentlich dabei sein werden.

Der Name "Colonia Outfit" soll zeigen, dass die Jungs zwar aus vielen verschiedenen Ländern kommen und ihre spezifischen Outfits haben, aber trotzdem alle durch ihr "kölsches Herz" Colonia verbunden sind. Sie selbst bezeichnen sich auch als die bunte Grill-Chill-Mannschaft.

Bis September haben wir Trainingszeiten auf den Poller Wiesen in Köln-Porz am Rhein. Für die Zeit danach sind wir noch auf der Suche und für jedes Angebot dankbar. Das Training und die Vorbereitung des Saisonstartes in der Bunten Liga Köln ist aber schon voll am Laufen: Also melde dich gleich an und komm zum Training: freitags, 19:00 - 20:30 Uhr Poller Wiesen.

Alles über "Colonia Outfit"



Korfball Ligabericht

Die Saison 18/19 ist beendet und wir schauen auf erfolgreiche und weniger erfolgreiche Momente zurück. Die erste Mannschaft hat leider den Klassenerhalt in der Oberliga nicht geschafft, doch konnten sie mit einigen Siegen in der Liga mehr erreichen, als vor ein paar Jahren, als wir das letzte Mal auf diesem Niveau gespielt haben.

Die zweite Mannschaft schließt die Saison mit einem guten vorletzten Platz ab. Es ist gelungen die neueren Spielerinnen und Spieler gut in das Team zu integrieren und es wurde sich geholfen, wo man kann. Das Highlight zum Abschluss der Saison war das Feldturnier in Alphen. Viele Kölner Spieler und Spielerinnen sind zusammen mit dem TuS Wesseling und der Uni Mannschaft in Bielefeld nach Holland über Pfingsten zum Zelten gefahren. Das Wochenende wurde dann mit einem Turnier beim KV Tempo abgeschlossen. Spielerisch gehen wir damit in die Sommerpause, aber trainiert wird weiterhin.

Wir freuen uns über jeden der das Team verstärken möchte, gerade auf der Damenseite brauchen wir noch etwas Unterstützung. Durch die zwei Teams ist es für jeden, egal ob sportlich oder noch nicht so sportlich, jederzeit möglich einzusteigen. Schau einfach mal unverbindlich beim Training vorbei. Wir trainieren montags und donnerstags von 20:00-21:30 in der Sporthalle des Erich-Kästner-Gymnasium (Castroper Str. 7, 50735 Köln).

Eventuell geänderte Trainingszeiten in den Sommerferien werden auf unserer Facebookseite veröffentlicht. www.facebook.com/KorfKoeln/

Mehr Informationen und Anmeldung



Korfball Kindersportfest

Am 15. Juni 2019 folgten wieder über 4.000 Kölner Kinder im Alter zwischen vier und elf Jahren der Einladung des Turnverbandes Köln und der Agentur HEIMSPIELE, um im Rahmen der 10. Auflage des Kölner KinderSportFestes über 40 kostenlose Schnupperangebote verschiedener Turn- und Sportvereine sowie Verbände zu testen und beim Sportlichen Wettkampf Kölner Kinder mitzumachen.

Glücklicherweise konnten sich die Veranstalter über einen sonnigen Tag freuen und das zeigte sich auch direkt im Zuspruch der Familien. Die Kinder freuten sich über altbekannte und neue Mitmachangebote auf dem Gelände der Deutschen Sporthochschule Köln. Ein Rennen mit Laufrädern, organisiert von der Hockey-Olympiasiegerin Marion Rodewald, war wieder eines von vielen Highlights. Die Cologne Falcons mit American Football und der Move Artistic Dome waren zum ersten Mal dabei und total begeistert, die Gold-Kraemer-Stiftung sorgte mit ihrem Angebot für Kinder mit und ohne Behinderung dafür, dass das KinderSportFest von Jahr zu Jahr an Attraktivität gewinnt und immer vielfältiger wird.

Ohne Anmeldung und ohne Kosten konnten den ganzen Tag über 40 Sportangebote getestet und ausprobiert werden. Einfach entspannt „reinschnuppern“ und mögliche Kontakte zu Vereinen herstellen – beim Kölner KinderSportFest kein Problem.

Ein perfekter Tag für Familien, Sportanbieter, Helfer und in erster Linie für die Kinder – wir sind stolz auf diese Veranstaltung und freuen uns schon jetzt auf das nächste Jahr!“ so Lars Bischoff von der Agentur HEIMSPIELE, und Dr. Jürgen Lahrs, Botschafter des Turnverbandes Köln für das Kölner KinderSportFest.

Auch wir waren mit der Korfballabteilung vor Ort und konnten vielen Kindern den Spaß an dieser doch recht unbekanntem Ballsportart näher bringen.

Webseite zum Kölner KinderSportFest





Kindersportkurs Müngersdorf

Das Bedürfnis nach Bewegung steckt in jedem Kind. Kinder brauchen Bewegung. Dein Kind ist zwischen 3,5 und 6 Jahren? Dann haben wir jetzt den perfekten Kurs dafür. Der Sportkurs bietet neben der Bewegung auch die Möglichkeit, Freundschaften zu knüpfen und erste Schritte ohne die Hand der Eltern zu machen.

Wann: Freitags von 17:30-18:30 Uhr

Wo: Turnhalle Ernst-Simon-Realschule (Alter Militärring 96)

Wie: Buchbar als Kurs, Einstieg jederzeit möglich

[Zu unseren weiteren Kindersport-Angeboten](#)



Neuer Outdoor Bodyfit Sportkurs in Raderthal

Neuer Outdoor Bodyfit Sportkurs in Raderthal im Fritz Encke Park immer donnerstags von 9-10 Uhr. Im Schatten, mit genug zu trinken und einem angepassten Training halten wir auch diesen Sommer wieder der Hitze stand.



Wenn du noch einsteigen möchtest, melde dich gerne unter [info\(at\)outdoor-bodyfit.de](mailto:info@outdoor-bodyfit.de) oder mache eine unverbindliche Probestunde aus und teste den Kurs deiner Wahl.

Grade in den Kursen im Beethovenpark und im Inneren Grüngürtel ist es noch super möglich den Sommer über spontan in unsere Kurse einzusteigen.

Die Outdoor Bodyfit Kurse ermöglichen dir draußen in der Gruppe nah an deinem Wohnort Sport zu machen. Beim Outdoor Bodyfit handelt es sich um einen Kurs, bei dem du mit allem Sport machst, was man so in einem Park oder in der Natur findet. Ebenfalls werden kleine Handgeräte, wie Terabänder oder kleine Gewichte benutzt.

[Weitere Informationen zu unserem Outdoor Bodyfit-Angebot](#)



Kostenloser Urlaub für HundeliebhaberInnen auf den Azoren

Ein neues Angebot von unserem Kooperationspartner "Villa Vilekulla":



Seit fast schon 7 Jahren wohnen wir auf der wunderschönen Azoreninsel Pico. In dieser Zeit haben wir schon einiges an Urlaubsprojekten im Rahmen von "Urlaub gegen Hand/Arbeit" angeboten. Heute ist etwas für HundeliebhaberInnen dabei:

Von Mitte April bis Anfang Mai 2020 suchen wir mindestens zwei Personen, die unsere beiden Hunde betreuen, während wir verreisen.

Wir bieten freies Wohnen in unserem Gästehaus Vilekulla und freie Kost, in der Zeit, wo wir anwesend sind. Außerdem steht unser Pkw während unserer Abwesenheit zur freien Verfügung.

Wir suchen zwei bis vier Personen mit Hundeerfahrung und mindestens vier Wochen Zeit. Das Angebot geht leider nicht mit Kindern, da die Hunde keine Kinder gewöhnt sind und sie sie nicht respektieren würden.

Interessenten können sich direkt bei Christina melden: [chrisparadies\(at\)web.de](mailto:chrisparadies@web.de) 0049-177-88 93 873

Weitere Infos gibt es auf unserer Webseite unter dem Special "[Rico allein zu Haus](#)".

Wir wünschen Dir, dass du fit in den Sommer kommst und freuen uns, dich bald in unseren Kursen zu sehen!

Mit sportliche Grüßen,
die Redaktion von *if* e.V.

Du bekommst diese Info-Mail als Mitglied/Kursteilnehmer oder Newsletter-Besteller von *if* e.V.

Newsletter: Abonnement kündigen oder Empfangsadresse ändern.

Impressum

if – Initiative zur Förderung des Freizeit- und Breitensports e.V
Mielenforster Straße 40
51069 Köln
Tel.: 0221-29 76 25 83
Fax: 0221-68 00 555