



## BE ACTIVE, BE BTU! BTU-SPORTFEST 2021

29. SEPTEMBER 2021

Zentralcampus Cottbus

## BE ACTIVE, BE BTU!

Wir laden alle Beschäftigten und Studierenden recht herzlich zum diesjährigen **BTU-Sportfest am Mittwoch, den 29. September 2021 von 16 Uhr bis 20 Uhr** auf dem Sportplatz am Zentralcampus ein. Unter dem Motto „**Be active, be BTU!**“ können Sie und Ihre Kinder an verschiedenen Sportangeboten, Aktionsständen und Vorträgen teilnehmen. Für das leibliche Wohl mit frischen Salaten, Bratwurst vom Grill und vegetarischen Alternativen ist ebenfalls gesorgt. Vielen Dank an alle Partner\*innen, die uns an diesem Tag unterstützen.

### Programmhilights

#### *Diversity-Fahrradtour*

Um 15:30 Uhr startet im Rahmen der Cottbuser Wochen für Demokratie und Vielfalt auf dem Forum (ZC) eine 90-minütige Fahrradtour zu ausgewählten Orten in Cottbus, die für Vielfalt stehen. Spaß am gemeinsamen Radeln, der Austausch mit neuen Menschen und das Kennenlernen von anderen Perspektiven, u. a. zu den Themen Internationalität, Religion, Behinderung, Alter und queeres Leben stehen im Vordergrund. Die Tour endet auf dem Sportplatz. Bitte beachten Sie, dass für die Diversity-Fahrradtour ein eigenes, verkehrstaugliches Fahrrad und eine Voranmeldung an [gesundheitsmanagement@b-tu.de](mailto:gesundheitsmanagement@b-tu.de) notwendig sind.

#### *Fußballspiel*

Um 18:15 Uhr wird es ein Mixed Fussballspiel mit einem Frauenteam des FC Energie Cottbus und einer Auswahl der BTU Cottbus-Senftenberg geben.

## VORTRÄGE FÜR KINDER

**16:30-17 Uhr „Warum können wir Fahrrad fahren, Was gehört zu einem sicheren Fahrrad?“**

(Herr Bürger, 5 - 8 Jahre)

**17:30-18 Uhr „Fahrrad selbst reparieren, Wie funktioniert die Fahrradschaltung?“** (Herr Henschler, >8 Jahre)

## AKTIVANGEBOTE ZUM AUSPROBIEREN

#### **Cornhole (AOK Nordost)**

Bei diesem Wurfspiel versuchen mehrere Spieler abwechselnd mit Mais gefüllte kleine Säcke auf eine angehobene Plattform mit einem Loch zu werfen. Bleibt ein Säckchen auf der Plattform liegen, ist ein Punkt erzielt, fällt ein Säckchen in das Loch, sind drei Punkte erzielt.

#### **Fußballschuss-Geschwindigkeitsmesser (Barmer)**

Tor, Tor, Tor! Doch mit wie viel Km/h können Sie einen Fußball überhaupt ins Ziel befördern? Mit dem Geschwindigkeitsmesser finden Sie es heraus!

#### **T-Wall (Techniker Krankenkasse)**

Das interaktive Sportgerät T-Wall® nutzt Lichtimpulse, um gezielt Bewegungsabläufe zu erzeugen. Dabei werden mit Leuchtfeldern, die durch Berührung wieder ausgestellt werden, räumliche Bewegungen vorgegeben.

#### **Zirkus-Künste (Thomas Dieß)**

Mitmach- Zirkus für Jung und Alt: Jonglieren, Balancieren, Schweben und Bewegen. Sich ausprobieren und staunen, was so alles möglich ist!

#### **Boccia**

Bei Boccia geht es darum, seine eigenen Kugeln möglichst nah an eine kleinere Zielkugel (Pallino) zu platzieren bzw. die gegnerischen Kugeln vom Pallino wegzuschießen.

#### **Speedminton**

Schon einmal Speedminton ausprobiert? Der Ball ist windstabil und fliegt deshalb schneller und weiter.

#### **Torwandschießen (ZEH)**

Prüfen Sie Ihr Geschick im Umgang mit dem Fußball beim zielgenauen Schießen auf die Torwand.

#### **Beachvolleyball**

Probieren Sie sich einmal im freien Beachvolleyballspiel mit Freunden, Familie oder Bekannten aus.

## KURSPORGRAMM ZUM MITMACHEN

**16:16:40 Uhr Feierabend- Flow- Yoga (Marina Clarke)**

**16:45-17:25 Uhr Stabilisationstraining (Catharina Buchenau)**

**17:30-18:10 Uhr Get to Workout (Ilja Becker)**

Und für die Kleinsten: Kreide, Riesenbrettspiele, Seifenblasen, Wurfspiele, uwm.

Während des gesamten Sportfestes können Speisen vom Grill und Getränke käuflich erworben werden.

### KONTAKT

#### **ZE Hochschulsport**

Catharina Buchenau  
E [buchenau@b-tu.de](mailto:buchenau@b-tu.de)

#### **Stabsstelle Chancengerechtigkeit und Gesundheitsförderung Referat Diversität und Gesundheit**

Simone Ruhwald  
E [gesundheitsmanagement@b-tu.de](mailto:gesundheitsmanagement@b-tu.de)

#### **StuRa Cottbus, Referat Sport**

Alexander Teller  
E [sport@stura-cottbus.de](mailto:sport@stura-cottbus.de)

### IMPRESSUM

Herausgeberin: BTU Cottbus – Senftenberg  
Satz: Stabsstelle Chancengerechtigkeit und Gesundheitsförderung  
Foto: IKMZ/Multimediazentrum

Stand: September 2021

[www.b-tu.de/gesundheitsmanagement](http://www.b-tu.de/gesundheitsmanagement)