

Erlangen, 19. November 2020 – Mitteilung an Medien

Fit bleiben in Zeiten von Corona

## **Sport-Mitmach-Angebote für alle im Internet**

Fit sein, fit bleiben, fit werden! – Unter diesem Motto gibt es auf der neuen Sport-Info-Plattform der Lebenshilfe Bayern einen ganz besonderen Wettbewerb: „GEWO Lockdown Challenge digital“ der Lebenshilfe Nürnberger Land.

### **Live-Mitmach-Angebote**

Der Online-Wettbewerb startet am Samstag, 21. November 2020, und dauert 15 Tage. Jeweils samstags und dienstags gibt es Live-Mitmach-Angebote. Es geht um Bewegung, Ernährung und Entspannung vor allem auch in Corona-Zeiten. Weitere Infos gibt es auf der neuen Sport-Info-Plattform der Lebenshilfe Bayern unter <https://padlet.com/lebenshilfebayern/Sport>

### **Info-Plattform für Sportler\*innen**

Wegen Corona musste die Lebenshilfe Bayern auch für 2021 ihre traditionsreichen und beliebten Sport-Turniere für Fußball und Tischtennis absagen. Um Sport-Begeisterte in dieser Zeit trotzdem zu unterstützen, gibt es eine neue Plattform rund um Bewegung und Sport für Menschen mit Behinderungen – mit Videos, Plänen und Apps zum Selbertrainieren sowie wertvollen Tipps und Schulungs-Videos für Trainer\*innen und vieles mehr.

### **Angebot der Lebenshilfe Bayern**

Die Info-Plattform ist ein Angebot der Lebenshilfe Bayern – tatkräftig unterstützt vom Bayerischen Fußball-Verband und Special Olympics Bayern sowie vom Freizeit-Netzwerk Sport der Lebenshilfe Nürnberg und von der GEWO Gesundheits-Challenge der Lebenshilfe Nürnberger Land. Die Info-Plattform wird betreut von der Mitarbeiterin Astrid Bartholomeyczik. Sie ist Sport-Koordinatorin des Lebenshilfe-Landesverbandes Bayern und unter [sport@lebenshilfe-bayern.de](mailto:sport@lebenshilfe-bayern.de) erreichbar.

Wir danken bereits vorab herzlich für Ihre Berichterstattung.

Mit freundlichen Grüßen

Anita Sajer  
Referentin  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit