

## AzubiFIT-Sporttag 14.07.2022

Geplant und durchgeführt durch Studierende des Seminars Projekt-/Eventmanagement SoSe 2022

In Kooperation mit und Unterstützung von: Bettina Auer & Andreas Deck, PEBA; AOK Mittlerer Oberrhein

### Projektziel

Der AzubiFIT-Sporttag soll den Azubis des KIT die Möglichkeit bieten, sich sportlich weiterzuentwickeln und ein Bewusstsein für die Relevanz körperlicher Aktivität im Themenfeld Gesundheit zu schaffen. Um dieses Ziel zu erreichen, werden im Rahmen des Events verschiedene Sportarten angeboten, um das Interesse und den Spaß an Sport zu wecken.

### Vorgehensweise und Phasen

In der Planungsphase des Projektes wurden zunächst Ziele und Inhalte des AzubiFIT-Sporttages definiert und folgende Arbeitspakete zusammengestellt:

- Projektleitung
- Tagesmoderation
- Werbeteam
- Planung der Aktivitäten/Sportangebote
- Externe Programmanbieter (Krankenkasse)
- Zwischenprogramm Quiz
- Evaluation

Da die verschiedenen Arbeitspakete zum Teil voneinander abhängig waren, wurden Meilensteine festgelegt, welche einen reibungslosen Ablauf gewährleisten sollten:

1. Konzeptentwurf mit Zeitplan/Inhalten/Helfer/Fragen
2. Programmverabschiedung
3. Übungsleiterakquise
4. Veröffentlichung der Werbung mit Anmeldelink und Angebotsauswahl
5. Durchführung des AzubiFIT-Sporttages
6. Abschluss

Die Konzepte der verschiedenen Gruppen sollten in einem gemeinsamen Google Doc zusammengefasst werden, um jeder Gruppe die Möglichkeit zu geben auf die Planung der anderen Gruppen einzugehen und Fragen zu stellen.

### Durchführung des AzubiFIT-Sporttages

Eine Woche vor dem Event waren 26 Azubis angemeldet.



Die Azubis hatten die Möglichkeit, aus insgesamt sechs verschiedenen Sportarten zwei auszuprobieren (zwei Blöcke, je ca. 60min.). Die Sportarten wurden, trotz sehr hoher Temperaturen, gut von den Azubis angenommen. Sowohl bei den Ballsportarten, als auch bei Yoga, Frisbee und Tanz wurde Einsatz gezeigt.



Außerdem hatten die Azubis die Möglichkeit, an einem Stand der AOK eine Körperfett- und Griffkraftmessung durchzuführen und darüber hinaus mit dem bereitgestellten Fachpersonal ins Gespräch zu kommen.

In einer wohl verdienten Pause konnten sich die Azubis erholen und mit kleinen Snacks und Getränken für den zweiten Block stärken. Zudem wurde diese Pause genutzt um ein kleines Quiz über Gesundheit und Sport durchzuführen, natürlich mit Siegerehrung und kleinen Preisen, die von PEBA, der Aktivpause und dem Netzwerk Gesundheit gespendet wurden.

Am Ende der Veranstaltung wurde noch eine kleine Evaluation durchgeführt, um folgende Events zu verbessern.

### Fazit und Erfahrungen

Der am 14.07.2022 durchgeführte AzubiFIT-Sporttag wurde sowohl von den Azubis, als auch von deren Betreuung gut angenommen. Sowohl sportlich Versiertere als auch weniger sportliche Azubis hatten die Gelegenheit neue Sportarten kennen zu lernen und mehr über das Thema Gesundheit zu erfahren. Die Kooperation mit der AOK gab den Azubis die Möglichkeit mehr über das Thema Gesundheit und den eigenen Körper zu erfahren.

Zusammenfassend war der AzubiFIT-Sporttag jedoch ein Erfolg und eine erneute Durchführung wird empfohlen.

Autor Projektabschlussbericht: Felix Naumann