



Ü50: WERDET KOSTENLOS MITGLIED IM SPORTVEREIN

Der Bayerische Landes-Sportverband e.V. (BLSV) und das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege fördern den Vereinseintritt von Menschen ab dem 50. Lebensjahr mit dem Gutscheinprogramm „Mach mit – bleib fit“.

Sport schützt und verbessert nachweislich die Gesundheit. Denn: Bewegung wirkt sich nicht nur auf den gesamten Organismus aus, sondern auch auf die Psyche. Bereits kurzfristig kann Sport das Wohlbefinden steigern - etwa, indem er Stress abbaut, Verspannungen löst und zu besserem Schlaf verhilft. Menschen ab 50 Jahren können und sollen deshalb mittels der 40 Euro-Unterstützung kostenlos Mitglied im Sportverein werden.

Sport kennt kein Alter

„Leider bewegen wir uns im Alltag viel zu wenig. Laut der Studie ‚Gesundheit in Deutschland aktuell‘ des Robert Koch-Instituts (RKI) von 2019/2020 erreichen weniger als 50 Prozent aller Erwachsenen über 45 Jahren die Nationalen Bewegungsempfehlungen von mindestens 150 Minuten pro Woche ausdauerorientierter Betätigung und zwei Mal pro Woche muskelkräftigender Bewegung. Und: mit steigendem Alter sinkt dieser Anteil noch weiter. Das müssen wir gemeinsam dringend ändern“, verdeutlicht der Bayerische Bewegungs- und Gesundheitsminister Klaus Holetschek.

Gutscheinprogramm „Mach mit – bleib fit“ läuft bis zum 31. Dezember 2023

Die Ende Juni auf dem 24. Ordentlichen Verbandstag frisch gewählte BLSV-Vizepräsidentin für Breitensport, Gudrun Brendel-Fischer, ist von dieser präventiven

Investition in die Generation der Best Ager begeistert: „Der Alltag der meisten Menschen spielt sich heutzutage ohne größere körperliche Betätigung ab, denn bequeme Mobilität, Homeoffice und Digitalisierung verlangen uns immer weniger Anstrengung ab. Gleichzeitig hat sich unser Ernährungsverhalten dem neuen Lebensstil nicht angepasst.

Durch regelmäßige sportliche Aktivität kann auf ideale Weise gegengesteuert werden. Als größte bayerische Sportvereinigung wollen wir insbesondere Bürgerinnen und Bürger ab 50 Jahren ermuntern, Mitglied in einem Sportverein zu werden. Denn: unter Gleichgesinnten ist Sport ein besonderes Gemeinschaftserlebnis. Das tut Seele und Körper gut.“



Unkomplizierte Abwicklung über verein360

Über die BLSV-eigene Onlinevereinssoftware verein360, die allen bayerischen Sportvereinen kostenlos zur Verfügung steht, können die BLSV-Mitgliedsvereine ihre individualisierten Gutscheine erstellen, ausdrucken und vor Ort zur Verfügung stellen. Auch die weitere Abwicklung mit dem BLSV läuft über die Vereinssoftware verein360. Bei Vereinseintritt werden dem Verein unbürokratisch 40 Euro aus dem Gutscheinprogramm gutgeschrieben, so dass diese direkt an die neu eingetretenen Ü50-Sportlerinnen und Sportler weitergereicht werden können.