





## BEWEGTES LERNEN – INTERVIEW MIT PROF. DR. ANDRÄ

Prof. Dr. Christian Andrä ist Professor für Bewegungs- und Sportpädagogik an der Fachhochschule für Sport und Management in Potsdam. Seit zwei Jahren betreibt er einen YouTube-Kanal. Dort stellt er wöchentlich in der Praxis erprobte Inhalte zu den Aspekten „Lernen, Bewegung & Spiel“ vor, welche direkt in die Schulen übernommen werden können. Mit ihm sprachen wir über seinen Kanal und seine Beweggründe, sich für „Bewegtes Lernen“ einzusetzen.



### Ein Professor, der wöchentlich Spiele und Übungen auf YouTube einstellt und diese auch noch selbst erklärt und präsentiert – warum?

Es ist mir sehr wichtig, dass wissenschaftliche Erkenntnisse auch in der Praxis ankommen. Zu oft habe ich es selbst erlebt, dass zwischen Theorie und Praxis mitunter große Unterschiede bestehen. Mir bereitet beides sehr viel Spaß und ich habe durch regelmäßige Weiterbildungen, Aktionen und Schul- und Kitabesuche immer wieder einen direkten Eindruck, was im Alltag funktioniert. Darüber hinaus entwickle ich gern neue Spiele und innovative Methoden, die natürlich in der Praxis ausprobiert werden sollen.

### Weshalb haben Sie sich für dieses Medium entschieden?

YouTube ist für diese Zwecke ein ideales Medium, weil man auch längere Beiträge veröffentlichen kann. Der Ursprung kam aber durch das „Home-Schooling“ auch an der Uni und ich suchte eine Plattform, auf der man regelmäßig und viele Videos hochladen und gut mit den Studierenden kommunizieren kann. Mittlerweile ist der Interessentenkreis natürlich viel größer.

### Man hört immer wieder: „Bewegtes Lernen, das ist doch sicherlich eher etwas für die Grundschule?“ – Was sagen Sie dazu?

Diese Bemerkung ist wirklich sinnfrei. Wer spricht denn den Jugendlichen das Bewegungsbedürfnis ab? Im Gegenteil - beim Blick auf die inaktiven Zeiten dieser Altersgruppe - müsste Bewegtes Lernen noch viel häufiger als in der Grundschule stattfinden. Wir sehen auch in vielen Studien, dass gerade im höheren Schulalter (und damit verbundenen komplexeren Themen) das Potenzial Bewegten Lernens sehr groß ist.

Und wie sieht es mit dieser Frage aus: „Bewegtes Lernen und Bewegungspausen, da wird es doch sicherlich sehr laut und unruhig?“ Das ist erstmal verständlich, da es neu und dadurch aufregend ist. Hier geht es darum, den neuen Akzenten Gewöhnungszeit zu geben, dann wird sich das ganz automatisch einpegeln. Ich empfehle hier dringend, mit den Schülerinnen und Schülern gemeinsame Regeln und Absprachen zu treffen, dann werden sie sich umso

mehr und damit auch schneller auf die aktive und abwechslungsreiche Art des Lernens einstellen. Und nach einer gewissen Zeit wird es auch ruhiger und geordneter zugehen. Ich möchte an der Stelle aber hinzufügen, dass dies logischerweise auch von der Art der Vermittlung abhängt.

### Wollen Sie unseren Schulen noch etwas mit auf den Weg geben?

Ja - natürlich. Probieren Sie unterschiedliche Dinge (z. B. regelmäßige Auflockerungen, individuelle Sitzpositionen, selbst organisiertes Lernen) mit den Schülerinnen und Schülern aus und besprechen Sie gemeinsam, was weitergeführt und eventuell sogar (wieder) abgeschafft werden soll. Sie werden überrascht sein, welche Ideen die Lernenden haben und wie sehr sie sich einbringen. Und das Schönste ist: Es gibt keine Studie, die herausgefunden hat, dass Bewegtes Lernen negative Effekte hat. Ganz viele Untersuchungen berichten von positiven Effekten - einige fanden keine Unterschiede. Das ist aber meist nur der kurzfristige Blick auf die schulischen Leistungen. Wir sehen in unseren Untersuchungen vor allem auch langfristige Effekte (z. B. Vokabelkenntnisse nach einem halben Jahr). Und man darf die ganzen positiven wichtigen „Nebenerscheinungen“ nicht vergessen. Bewegung selbst hat ja durchaus wichtige andere Auswirkungen (z. B. mit Blick auf die Gesundheit, Sicherheit und den Bezug zum eigenen Körper). Man kann also durch Bewegtes Lernen nur gewinnen!!!



Sie wollen mehr von Christian Andrä erfahren?

Hier geht es direkt zum Channel:

<https://www.youtube.com/@Bewegte-Schule>

Wissenschaftliche Hintergründe und weitere Praxisideen finden Sie hier:

Andrä, C./Macedonia, M. (Hrsg.): „Bewegtes Lernen: Handbuch für Forschung und Praxis“, Lehmanns Media 2020.

## BEWEGTE ADVENTSKALENDER



Es ist wieder soweit. Die bewegten Adventskalender stehen zum [Download](#) bereit. Dieses Mal gibt es dazu Vorlagen zum Ausdrucken, Aushängen und Anmalen für das Klassenzimmer.

In den Grundschulen setzt wieder Rudi Ren(n)tier die Kinder in Bewegung und hält sie auf Trab. Dieses Jahr erhält er Besuch von seiner kleinen, musikalischen Freundin Romy Rasselmaus. Im Zentrum des Kalenders für die Kindertagesstätten stehen jeweils besondere Wochenaufgaben mit Rudi. In den weiterführenden Schulen dreht sich alles um Fitnessübungen mit dem Stuhl.



<http://lis-in-bw.de/,Lde/Startseite/Schulsport/Bewegte++Adventskalender+2022>



## INFOPOOL SCHULE BEWEGT

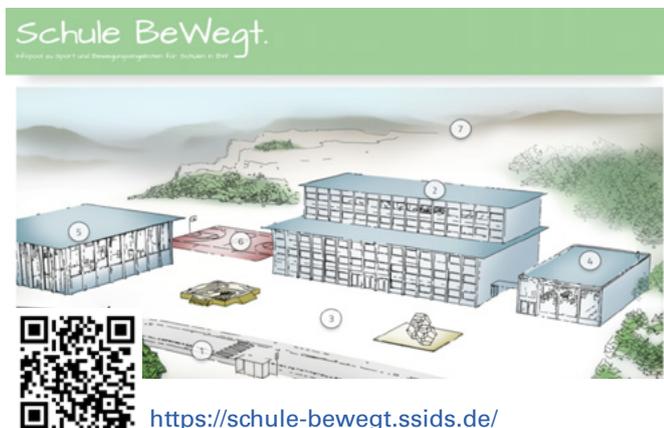


Eine hohe körperliche Aktivität hat nachweislich positive Auswirkungen auf die Entwicklung und das Lernen von Kindern und Jugendlichen. Im Auftrag des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport ist deshalb in Zusammenarbeit mit verschiedenen Expertenaus der Praxis „Schule BeWegt“ entstanden; nicht zuletzt auch um den Weg zurück in den „normalen“ Schulalltag zu unterstützen.

Die neue Onlineversion von „Schule BeWegt“ bietet Schulleitungen, Lehrkräften aller Fächer, Eltern und allen am Schulleben beteiligten Personen eine Übersicht der in Baden-Württemberg angebotenen Initiativen, Programme und Publikationen.

Anfangen vom Schulweg über den Fach- und Sportunterricht, Aktivierungsangebote in den Pausen bis hin zu außerunterrichtlichen Aktivitäten und sportliche Wettbewerbe führt sie zu Informationsquellen, die das Ziel haben, Bewegung und Sport sinnvoll in den gesamten Schulalltag zu integrieren, um Anreize für mehr Aktivität zu setzen und so nachhaltig die Entwicklung einer körperlich wie geistig gesundheitsbewussten Haltung zu fördern und diese zu einem festen Bestandteil des Schullebens zu machen.

Die aktuelle Sammlung verweist auf bestehende Angebote unterschiedlicher Institutionen und Initiativen, ist jedoch nicht als abgeschlossene Linkliste zu betrachten. Viel mehr ist sie „dynamisch“ angelegt und wird ständig – auch nach Bewertung der jeweiligen Links durch die Nutzer – umsortiert, verändert und bei Bedarf erweitert. Ziel ist unter anderem, das Angebot so anzupassen und zu erweitern, dass möglichst viele Schulen und damit letztendlich Kinder und Jugendliche davon profitieren.



## SCHWIMMEN



Schwimmen ist und bleibt ein verbindlicher Teil des Sportunterrichts. Damit Sie von der Unterstützung aus Vereinen profitieren können, sollten Sie bis 15. Mai 2023 eine Kooperation vereinbaren/anmelden.

### Kooperation Schule – Verein im Bereich Schwimmunterricht

Die im Schuljahr 2018/2019 an baden-württembergischen Grundschulen durchgeführte Umfrage zum Schwimmun-

terricht hat gezeigt, dass es sich positiv auf die Schwimmfähigkeit von Schülerinnen und Schülern auswirkt, wenn eine zusätzliche qualifizierte Person den Schwimmunterricht einer qualifizierten Lehrkraft begleitet. Daher gibt es seit diesem Schuljahr die Möglichkeit im Programm „Kooperation Schule – Verein“ neben der Förderung im außerunterrichtlichen Bereich auch eine Förderung im regulären Schwimmunterricht über die kooperierenden Schwimmvereine bei den Sportbünden zu beantragen. Nähere Informationen hierzu finden Sie auf der Seite



[https://km-bw.de/Len/startseite/jugend\\_sport/Kooperation+Schule++Sportverein](https://km-bw.de/Len/startseite/jugend_sport/Kooperation+Schule++Sportverein)

## „WIE FIT SIND DIE KINDER IN BADEN-WÜRTTEMBERG?“



Die Ergebnisse des Fitnessbarometers 2022 sind veröffentlicht. Werden Sie auch Teil der Turnbeutelbande und erhalten Aussagen über den Fitnessstand Ihrer Grundschulkinder.



### Fitnessbarometer 2022: Fitness-Gesamtwert der Kinder in Baden-Württemberg sinkt

Wie hat sich die Fitness der Kinder im Land in den vergangenen zehn Jahren verändert und welche Trends lassen sich nach zwei Jahren Pandemie erkennen? Das hat die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Klaus Bös und dem Forscherteam um Dr. Claudia Niessner vom Karlsruher Institut für Technologie (KIT) im Fitnessbarometers 2022 herausgefunden: Über 10 Jahre hinweg sind die Kinder in BW rund 7 Prozentpunkte besser als der bundesweite Durchschnitt – allerdings bei niedrigem Gesamtniveau. Im Vergleich „vor Corona“ und „während Corona“ ist der Fitness-Gesamtwert eingebrochen: Die Kinder in Baden-Württemberg sind weiterhin tendenziell langsamer und weniger ausdauernd, auch ein Negativtrend bei der Koordination ist erkennbar, während im Fähigkeitsbereich Kraft eine leicht positive Tendenz auftritt. Die große Frage lautet: Handelt es sich „nur“ um eine Corona-Delle oder zeichnet sich ein Corona-Knick ab?

Mit dem Fitnessbarometer möchte die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg die Öffentlichkeit informieren und dafür motivieren, mehr für die Fitness der Kinder und damit langfristig für die Gesundheit der Bevölkerung in Baden-Württemberg zu tun.



Weitere Informationen finden Sie hier:

<https://www.kinderturnstiftung-bw.de/aktuelles/fitnessbarometer-2022/>

## Jetzt Teil der Turnbeutelbande werden!

Wie fit sind die Kinder nach den Ferien und nach Corona? Die Antwort kann mit der Initiative „Turnbeutelbande – Motorik-Test für Kinder“ der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg herausgefunden werden!

Mit der Turnbeutelbande hat die Stiftung eine Welt geschaffen, die es Lehrkräften ermöglicht, den aktuellen Leistungsstand der Kinder kindgerecht zu erheben und ganz einfach online zu dokumentieren. Auch **Mehrfachtestungen** sind möglich, sodass jetzt und im Sommer 2023 zum Ende des Schuljahres hin Vergleichswerte generiert werden können. Der Motorik-Test kann im Rahmen einer Aktionswoche oder auch verteilt auf einen Monat im regulären Sportunterricht durchgeführt werden. Er ist schnell umgesetzt, macht Spaß und gibt weitreichende Infos zum Fitnessstand der Kinder. Vielfältige Tipps zur weiteren Bewegungsförderung hat die Kinderturnstiftung Baden-Württemberg ebenfalls auf der Projekthomepage aufbereitet. Also werden Sie Teil der



Turnbeutelbande und finden Sie heraus, wie fit unsere Kinder sind und wie sie am besten weiter motorisch gefördert werden können! [www.turnbeutelbande.de](http://www.turnbeutelbande.de)

## AKTIONEN UND WETTKÄMPFE

In diesem Newsletter stellen wir Ihnen unter anderem einige Aktionstage vor, welche jährlich in Kooperation mit den Verbänden und der AOK Baden-Württemberg stattfinden.

### Volleyball BeWegt – Spiel & Spaß für die 3. bis 6. Klasse



Für Schulen besteht die Möglichkeit, einen AOK Schulaktionstag mit kompetenten Volleyballtrainerinnen und -trainern eines örtlichen Vereins durchzuführen. An diesem Aktionstag sollen alle 3./4. sowie 5./6. Klassen eine Volleyballeinheit mit jeweils einer Doppelstunde absolvieren. Den Schülerinnen und Schülern werden dabei die grundlegenden und wichtigsten Techniken des Volleyballs, aber insbesondere der Spaß an Bewegung und Volleyball vermittelt.

**Auch Ihre Schule kann schon in den nächsten Wochen ein Teil dieses tollen Projekts werden!**

### Wie läuft der AOK Schulaktionstag ab?

In Absprache mit den Trainerinnen und Trainern eines örtlichen Vereins wird ein Termin für den AOK Schulaktionstag koordiniert. Die Trainer führen die 90-minütigen Unterrichtseinheiten selbstständig durch. Jedes Kind bekommt am Ende der Einheit eine Urkunde sowie einen Flyer mit der Einladung zu einem Vereins-Schnuppertraining ausgehändigt.

Für die Durchführung der Aktion entstehen keinerlei Kosten!



Weitere Infos zu Ihrem Aktionstag erhalten Sie über diesen QR-Code 1 oder unter: [www.volleyball.schule/home/schulprojekt/aok-schulaktionstag](http://www.volleyball.schule/home/schulprojekt/aok-schulaktionstag)



### Interesse geweckt?

Die Anmeldung zu Ihrem Aktionstag erfolgt über diesen QR-Code 2 oder unter: [www.volleyball.schule/home/schulprojekt/anmeldung-schule](http://www.volleyball.schule/home/schulprojekt/anmeldung-schule)



## Handball Baden-Württemberg baut Grundschulangebote weiter aus



Der bundesweite Grundschulaktionstag ist jedes Jahr ein großer Erfolg. Schülerinnen und Schüler können dabei beim offiziellen Handball-Spielabzeichen des Deutschen Handballbundes (DHB), dem Hannibal-Pass, in verschiedenen Spielformen ihre Fähigkeiten und ihren Teamgeist unter Beweis stellen und vor allem: Ganz viel Freude am Handball-Sport entwickeln. Darauf aufbauend wurde die Handball-Grundschulliga seit diesem Schuljahr in den größten Schulsportwettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ überführt. Alle Informationen zum Grundschulangebot, auch schon für nächstes Schuljahr, finden Sie hier: [www.grundschulaktionstag.de](http://www.grundschulaktionstag.de)



## Landesweite Basketballaktionswoche



**Hinweis der Redaktion:** Die Basketball-Aktionswoche findet Ende November statt. Da der Anmeldetermin zum Zeitpunkt des Erscheinens dieses Newsletters schon verstrichen ist, konnten wir die Aktion leider nicht aufnehmen. Sollten Sie Fragen haben, dann kontaktieren Sie bitte: [c.poetsch@basketball-bw.de](mailto:c.poetsch@basketball-bw.de)

Gerne stellen wir auch die Arbeit von Special Olympics Deutschland vor:



## Special Olympics Deutschland

Special Olympics Deutschland ist die deutsche Organisation der weltweit größten, vom IOC offiziell anerkannten Sportbewegung für Menschen mit geistiger und mehr-

facher Behinderung. Im Mittelpunkt der Arbeit des Landesverbandes Special Olympics Baden-Württemberg (SOBW) mit Sitz in Karlsruhe steht die sportliche und gesundheitliche Förderung von Menschen mit geistiger Behinderung mit der klaren Zielstellung, jeden einzelnen in seiner Persönlichkeit sowie Selbstständigkeit zu fördern. Letztlich soll so jedem zu mehr Anerkennung und Teilhabe in der Gesellschaft verholfen werden.

SOBW sorgt für ein ganzjähriges Sportangebot für rund 4.500 Athletinnen und Athleten im Land. Es gibt Trainings- und Wettbewerbsmöglichkeiten in über 20 verschiedenen Sportarten sowohl im Einzel- als auch im Mannschaftssport, in fast allen Sportarten sogar „Unifed“, das heißt gemeinsam mit Menschen ohne Behinderung.



Im [Veranstaltungskalender](#) sind alle Wettbewerbsmöglichkeiten aufgelistet:



Für weitere Informationen: <https://specialolympics.de/baden-wuerttemberg/>

*Gewinnen Sie ein Preisgeld für Ihre Schule!*



### Mitmachen beim „Tag der Schülersicherheit 2023“

Die UKBW ruft Schulen in ganz Baden-Württemberg auf, außergewöhnliche und interessante Projekte für mehr Sicherheit und Gesundheit an Schulen einzureichen. Auf die zehn Gewinnerschulen wartet ein Preisgeld von je 2.000 Euro. Bewerbungsschluss ist der 16.12.2022. Mehr erfahren Sie unter <https://www.ukbw.de/tag-der-schuelersicherheit/>.



*Mit „Be Ready!“ haben wir einen Hinweis zu einem besonderen Angebot für Schülerinnen und Schüler aller Schularten und Klassenstufen.*

### „Be Ready!“ – Motivationsvorträge mit Ringer-Weltmeister Frank Stäbler



„Be Ready!“ unter diesem Titel erzählt Frank Stäbler in seinen Motivationsvorträgen an Schulen mitreißend die Geschichte seiner Karriere vom Ringerkindergarten in Musberg bei Stuttgart bis zum besten Ringer der Welt – er ist der einzige, der in drei Gewichtsklassen Weltmeister wurde – und seine damit einhergehende persönliche



Entwicklung. Er gibt seinem jungen Publikum dabei immer wieder praxisnahe Tipps im Umgang mit Druck, Ängsten und Rückschlägen.



Jetzt gibt es wieder die Möglichkeit, dass sich Ihre Schule für einen der neu verfügbaren Termine mit dem dreifachen Ringerweltmeister Frank Stäbler bei der Stiftung Sport in der Schule bewirbt:



<https://www.ssids.de/formulare/bew-be-ready!>  
<https://www.ssids.de/schulsport-in-bw/projekte/geofoerderte/be-ready>

*Eine Aktion, die in Kooperation mit den Kommunen, Kindertagesstätten und/oder Vereinen durchgeführt werden kann ist folgende:*

### Bewegungsmobil macht Baden-Württemberg tierisch fit



Die ROLLENDE KINDERTURN-WELT, das Bewegungsmobil der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg, hat seine erste BW-Tour erfolgreich hinter sich gebracht. Mit fünf Erlebnisstationen, die Klein und Groß zu Spiel und Bewegung auffordern, rollte es von Mai bis Oktober 2022 zu Veranstaltungen in ganz Baden-Württemberg. Jedes Tier steht für eine motorische Grundfähigkeit: Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination. Ziel ist, Kinder im Alter von ca. 4 bis 10 Jahren mit ihren Eltern spielerisch zu regelmäßiger Bewegung im Alltag zu motivieren und den Zugang zum Kinderturnen in einem Turn- und Sportverein zu erleichtern. Wer die ROLLENDE KINDERTURN-WELT in diesem Jahr verpasst hat, kann sich auf nächstes Jahr freuen: auch 2023 geht das Bewegungsmobil auf große Baden-Württemberg-Tour.



Alle Infos: <https://www.kinderturnstiftung-bw.de/rollende-kinderturn-welt/>

Aktuelle Informationen zu den Wettbewerben finden Sie unter [www.machmit-bw.de/jugend-trainiert](http://www.machmit-bw.de/jugend-trainiert).

### Jugend trainiert für Olympia & Paralympics

Besonders hinweisen möchten wir auf diesen Wettbewerb für alle Grundschulen:

**MACH MIT!**  
Schulwettbewerb in Baden-Württemberg  
2022/2023

**Jugend trainiert**  
für Olympia & Paralympics



#### Grundschulwettbewerb „Jugend trainiert“



Individuell und ohne Terminvorgabe kann der „Jugend trainiert“-Wettbewerb für die Klassen 1 und 2 von jeder Schule mit Grund- bzw. Primarstufe durchgeführt werden. Die Austragung des Grundschulwettbewerbs erfolgt auf Schulebene und kann im Rahmen eines Schulfestes oder auch im Klassenverband während der Schulsportstunden geplant werden. Der Wettbewerb ist so konzipiert, dass ihn auch fachfremde Lehrkräfte, die keine Sportausbildung haben, ohne Probleme organisieren und durchführen können.

Machen Sie mit und gewinnen Sie tolle Preise für Ihre Schule!

Für teilnehmende Schulen des Grundschulwettbewerbs „Jugend trainiert“ Klasse 1 und 2 werden in diesem Schuljahr von der Stiftung Sport in der Schule, der AOK Baden-Württemberg und der Stiftung OlympiaNachwuchs Sachpreise im Wert von bis zu 1.000 € und ein Besuch von Nachwuchsleistungssportlerinnen und -sportlern bei bis zu 24 Sporttagen verlost.



Teilnahmebedingungen finden Sie auf der Website <https://www.machmit-bw.de/jugend-trainiert/jtfo-grundschulwettbewerb/gs-wbw>.



## NOCHMAL AUFGEGRIFFEN

Links aus zuletzt erschienenen Newslettern

### Schule BeWegt



„Schule BeWegt“ ist der neue Infopool für Schulen in Baden-Württemberg und richtet sich mit konkreten Tipps und Hinweisen zum Thema „Schulen in Bewegung“ an Schulleitungen und Lehrkräfte aller Fächer.



<https://schule-bewegt.ssids.de/>



### Ratgeber Schulsport



Das neue Informationsportal „Ratgeber Schulsport“ bietet Lehrkräften rechtlich geprüfte Antworten auf häufig gestellte Fragen.



<https://zsl-bw.de/,Lde/Startseite/uebergreifende-themen/ratgeber-schulsport>



### Rudis bewegtes Schulhaus



Auch für Klasse 5/6

„Rudis bewegtes Schulhaus“ hilft bei der Förderung der motorischen Fähigkeiten und der Umsetzung von Bewegungspausen für die Grundschule und die Klassen 5/6.



<http://lis-in-bw.de/,Lde/Startseite/Schulsport/Rudis+bewegtes+Schulhaus>



### Das WSB-Mentorenprogramm

Die Broschüre (inklusive Arbeitsmaterialien) für die Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zu kompetenten Mentoren finden Sie hier:



[http://lis-in-bw.de/Lde/Startseite/Schulsport/Broschue-re\\_++Das+WSB-Mentoren-Programm](http://lis-in-bw.de/Lde/Startseite/Schulsport/Broschue-re_++Das+WSB-Mentoren-Programm)



Liebe Leserinnen und Leser,

zu guter Letzt: Nach diesem nun fast wieder „normalen“ Jahr mit vielen bewegenden Momenten wünschen wir Ihnen einen gesunden und erfolgreichen Endspurt für das Jahr 2022, eine fröhliche und bewegte Adventszeit, erholsame Ferien, frohe und entspannte Weihnachten sowie einen guten Start in das Jahr 2023! Bleiben Sie fit! Mit sportlichen Grüßen

Ihr GSB- und WSB-Team des  
ZSL – Außenstelle Ludwigsburg!



### PINNWAND



KONGRESS | 22. - 24.06.2023

#### Der Kongress „Kinder bewegen“ ist zurück

Nachdem der Kongress „Kinder bewegen“ in Karlsruhe im Jahr 2021 pandemiebedingt ausfallen musste, kommt er vom 22.06. – 24.06.2023 im Traugott-Bender-Sportpark in Karlsruhe in neuer Form zurück! Organisiert vom Badischen Turner-Bund ist die neunte Auflage des Kongresses mit über 120 Workshops, renommierten Hauptreferierenden und zahlreichen Fachausstellern geplant. Der wissenschaftliche Schwerpunkt „Corona und Digitalisierung in der Bewegungsförderung“ soll an drei Kongresstagen neben Erzieherinnen und Erziehern und Übungsleitenden auch Lehrkräfte für die Bewegungsförderung von Kindern begeistern und praktische Bewegungsangebote für den Sportunterricht bieten. Infos zur Anmeldung und dem Programm finden Sie auf der Homepage des Badischen Turner-Bundes:



[www.badischer-turner-bund.de](http://www.badischer-turner-bund.de)

### Feed bei Threema zu sportlichen Themen

Sie wollen nichts verpassen? Dann abonnieren Sie den Feed der Außenstelle Ludwigsburg bei Threema mit „Start Sport-ZSL“ ganz einfach in Threema durch Scannen des QR Codes:

[https://threema.id/\\*BC1WX37?text=start%20zsl](https://threema.id/*BC1WX37?text=start%20zsl)

