

## Infobrief | Nr. 12 Dezember 2025

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Freundinnen und Freunde des Sports,  
wir wünschen Ihnen und euch viel Spaß  
beim Lesen unseres Infobriefes.

Euer/Ihr KSB-Team

### Termine

- 02.-17.12.2025 Sport im Park: Fit durch den Advent  
05.12.2025 J-Team Event  
18.12.2025 Infoveranstaltung FSJ im Sport  
22.01.2026 Workshop: Mentale Stärke und Resilienz im Sport

## KSB-Kita im Altenaotal beim Tag der Praxis an der katho Paderborn

### „KSB-Kita im Altenaotal“

Am Freitag, den 31. Oktober 2025, präsentierte sich die KSB - Kita im Altenaotal im Namen des KreisSportBund Paderborn e.V. beim Tag der Praxis an der Katholischen Hochschule NRW, Abteilung Paderborn. Ziel der Veranstaltung war es, Studierenden der Kindheitspädagogik praxisnahe Einblicke in unterschiedliche pädagogische Konzepte zu geben.

Als Bewegungs-Kita stellten wir das bewegte Konzept der Einrichtung vor, dass Bewegung als zentrales Element frühkindlicher Bildung versteht. In der täglichen Arbeit bedeutet das: Bewegung wird nicht nur als Angebot, sondern als Grundhaltung gelebt – ob beim freien Spiel, in angeleiteten Aktivitäten oder in der Raumgestaltung.

Im lebhaften Austausch mit Studierenden und Fachkräften wurde deutlich, wie groß das Interesse an bewegungsorientierter Pädagogik ist – und wie wichtig solche Praxisbeispiele für die Ausbildung zukünftiger Fachkräfte sind.

Der KreisSportBund Paderborn e.V. bedankt sich herzlich für die Einladung und das große Interesse am bewegten Konzept der KSB – Kita's.

Bewegung bildet – von Anfang an!



### Ansprechpersonen:

- KSB-Kita im Altenaotal  
✉ [kitaaltenaotal@ksb-kita.de](mailto:kitaaltenaotal@ksb-kita.de)  
☎ 05292 9323455

## Zeit für räumliche Veränderung

„KreisSportBund Paderborn e.V.“

In den letzten Jahren hat sich der KSB stetig weiterentwickelt. Aus einer anfänglichen Halbtagskraft ist inzwischen ein großes Geschäftsstellenteam geworden. Nun sind wir an unsere räumlichen Grenzen gestoßen. Das wird sich aber im neuen Jahr ändern. **Die Geschäftsstelle des KSB zieht zu Beginn des neuen Jahres in das Kreishaus, Aldegreverstraße 10-14, 33102 Paderborn. Ab Montag, dem 05. Januar 2026 sind wir zu den gewohnten Öffnungszeiten im Erdgeschoss des C-Gebäudes anzutreffen.** Die Telefonnummern ändern sich mit dem Umzug nicht. Wir freuen wir uns auf euren Besuch und stehen euch auch weiterhin mit Rat und Tat zur Seite.

### Ansprechpartnerin:

Lisa Frintrup

✉️ lisa.frintrup@ksb-paderborn.de

☎️ 05251 68330-03

## Gesundheitspass verhilft in Borchen zu mehr Bewusstsein für einen aktiven und gesunden Lebensstil

„Gesundheit“

Im September und Oktober drehte sich in der Gemeinde Borchen alles um einen aktiven und gesunden Lebensstil für Borchenerinnen und Borchener ab 55 Jahren. Unter dem Motto „Punkte sammeln für mehr Wohlbefinden“ wurden die Bürgerinnen und Bürger motiviert, mehr Bewegung in den Alltag zu integrieren, neue soziale Kontakte zu knüpfen und ihr Gesundheitswissen zu stärken.

Neben den unterschiedlichsten Gesundheitsimpulsen, wie dem Erleben des Sinnesgartens, einer individuellen Beratung zur Sturzprophylaxe beim Physiotherapeuten, Beratungen in der Apotheke, dem Gesundheitsimpuls „Sinnvoll gestärkt“ einer sicheren Einführung in das Fahren mit dem Pedelec und Impulsen zu den Themen Ernährung und Schlafhygiene von der Techniker Krankenkasse boten auch die örtlichen Sportvereine ein abwechslungsreiches Sportprogramm an.

Der Auftakt verlief erfolgsversprechend. Rund 450 Pässe wurden im Rathaus abgeholt. Zahlreiche Teilnehmende erschienen bei den Gesundheitsimpulsen und nahmen an den Sportangeboten teil.

Als gemeinsamen Abschluss luden das Projektteam „Gesunde Kommune“ und die Gemeinde Borchen am Donnerstag, den 27. November 2025, zum Kaffee & Kuchen in das Rathaus ein. Hier wurden die aktivsten Teilnehmenden geehrt.

### Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉️ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎️ 05251 68330-01

## Die KSB-Kitas feiern den Bundesweiten Vorlesetag 2025

### „Kita“

Auch in diesem Jahr nahmen die KSB-Kitas am Bundesweiten Vorlesetag teil, der 2025 unter dem Motto „Vorlesen spricht Deine Sprache“ stand. Dieses Motto unterstrich, wie vielseitig und bedeutend Vorlesen ist, und zeigte zugleich, dass jede einzelne Sprache und jede Stimme zählen.

Beim Vorlesen tauchten die Kinder in spannende Geschichten ein, erweiterten spielerisch ihren Wortschatz und stärkten ihr Sprachgefühl. Gleichzeitig förderte das Zuhören ihre Konzentration, Kreativität und ihr Einfühlungsvermögen – Fähigkeiten, die für ihre Entwicklung besonders wichtig sind.

Als besondere Anerkennung erhielt jedes Kind, das an diesem Tag eine Geschichte gehört hatte, eine Urkunde sowie ein Buch als Geschenk. Damit sollte die Freude am Lesen weiter gestärkt und die Kinder zum eigenständigen Entdecken von Geschichten motiviert werden.

Das Motto hob die verbindende Kraft des Vorlesens hervor und sendete eine klare Botschaft: Nutze Deine Sprache, nutze Deine Stimme – und lies vor!



## Sport im Park – Fit durch den Advent

### „Sport im Park“

Mit „Sport im Park – Fit durch den Advent“ geht das erfolgreiche Outdoor-Bewegungsformat auch in der Winterzeit weiter. Vom **02. bis 17. Dezember 2025** finden **jeden Dienstag und Mittwoch jeweils von 16:30 bis 17:30 Uhr** auf der Paderkampfbahn zwei kostenfreie Fitnessangebote statt:

- Dienstags - **PaderFit Workout** vom MediFit des SC Grün-Weiß Paderborn e.V.
- Mittwochs – **Tabata** vom LC Paderborn e.V.

Was dafür benötigt wird? Warme Sportkleidung, ein Wasser/ Sportgetränk für Zwischendurch und bei Sonnenschein eine Sportmatte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, einfach vorbeikommen und mitmachen.

Der Zugang zur Paderkampfbahn erfolgt vom Heierswall links neben der Schwimmoper. Bitte beachten, dass direkt an der Sportfläche nur Abstellflächen für Fahrräder zur Verfügung stehen. PKW-Parkmöglichkeiten bestehen auf dem Maspernplatz (kostenpflichtig) oder im Rolandsweg.

Alle Informationen findet ihr auf unserer [Homepage](#) und auf den Social-Media-Kanälen von Sport im Park Paderborn und dem KSB Paderborn.



### Ansprechpartnerin:

Carina Moss

✉ carina.moss@ksb-paderborn.de

☎ 05251 68330-01

## Informationsveranstaltung zum FSJ im Sport

### „Sportjugend“

Für interessierte Jugendliche am Freiwilligen Sozialen Jahr im Sport bieten wir bereits im Dezember eine Informationsveranstaltung an. Die Informationsveranstaltung findet **am Donnerstag, den 18. Dezember um 18:30 Uhr im Ahorn-Sportpark, Raum K1 (Ahornallee 20, 33106 Paderborn)** statt.

Auch im nächsten Jahr haben junge Menschen wieder die Möglichkeit, den Übergang von Schule zu Beruf, Studium und Ausbildung durch ein Freiwilliges Soziales Jahr im Sport zu gestalten. Als Bildungs- und Orientierungsjahr mit Start im August und September 2026 bietet es jungen Menschen die Möglichkeit, den Arbeitsalltag zu erproben, die (Sport-)Berufswelt kennenzulernen, sich gleichzeitig sozial zu engagieren und dabei weiterzubilden.

Alle, die sich unverbindlich über Voraussetzungen, Rahmenbedingungen und Einsatzmöglichkeiten eines FSJ im Sport informieren möchten, sind herzlich willkommen.

Aufgrund der besonderen Herausforderungen im Bildungsjahr 2026/27 bedingt durch die Abiturlücke bitten wir außerdem alle FSJ-Einsatzstellen um eine frühzeitige Bewerbung der geplanten Stellen.

Für die Veranstaltung bitten wir um vorherige Anmeldung per E-Mail an [info@ksb-paderborn.de](mailto:info@ksb-paderborn.de) oder telefonisch unter 05251 68330-10.

### Ansprechpersonen:

Josephine Rohmann & Lorenz Wettemann  
✉ [josephine.rohmann@ksb-paderborn.de](mailto:josephine.rohmann@ksb-paderborn.de)  
✉ [lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de](mailto:lorenz.wettemann@ksb-paderborn.de)  
☎ 05251 68330-07 ☎ 05251 68330-09

## Stark im Kopf – mentale Stärke und Resilienz im Sport

### „Bildung“ & „Gesundheit“

Im Sport entscheidet nicht nur die körperliche Fitness über Erfolg – sondern auch die mentale Stärke. Konzentration, Gelassenheit unter Druck und die Fähigkeit, nach Rückschlägen wieder aufzustehen, sind Schlüssel-faktoren für sportliche Entwicklung. Um wirksame Methoden für die mentale Stärke kennenzulernen laden wir **am Donnerstag, den 22. Januar 2026, von 18:00 bis 21:00 Uhr** gemeinsam mit dem Business- und Life-Coach Tobias Falkenroth zum Workshop „Stark im Kopf – Mentale Stärke & Resilienz im Sport“ in das **Vereinsheim des SC Grün-Weiß 1920 e.V. Paderborn (Ottalienquelle 2, 33102 Paderborn)** ein.

Die Teilnehmenden lernen an diesem Abend unter anderem durch ein Fokus-Training in entscheidenden Momenten konzentriert zu sein und Mini-Routinen zur mentalen Vorbereitung vor dem Training oder Wettkampf. Tobias Falkenroth vermittelt dabei, wie sich innere Ruhe durch mentale Bilder stärken lässt, wie das sogenannte „Energiekonto“ eine Balance zwischen Belastung und Erholung herstellt. Ziel ist es mehr Gelassenheit und Selbstvertrauen im Training und Wettkampf aufzubauen sowie Stress durch mentale Strategien abzubauen.

Der Workshop richtet sich an Jugendliche und Erwachsene im Vereinssport, Mannschaften und Einzelsportler:innen sowie Trainer:innen, die mentale Tools in ihr Training integrieren möchten. Weitere Informationen und die Anmeldung sind [hier](#) zu finden.

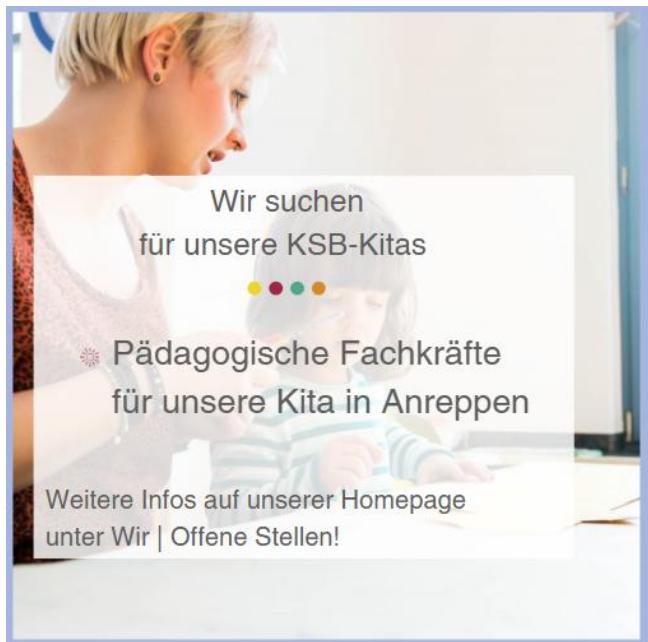


### Ansprechpartnerin:

Carina Moss  
✉ [carina.moss@ksb-paderborn.de](mailto:carina.moss@ksb-paderborn.de)  
☎ 05251 68330-01

## Offene Stellen beim KSB Paderborn

„KreisSportBund Paderborn e.V.“



Ansprechpartner:

✉ personal@ksb-paderborn.de

## Vereinsberatung VIBSS

Im Vereins- Informations-, Beratungs- und Schulungs-System (kurz VIBSS) findet ihr zahlreiche Hilfestellungen zum Thema Vereinsmanagement und Vereinspraxis. Dies reicht von der Buchführung und Öffentlichkeitsarbeit bis hin zu Ideen für die Gestaltung einer Sportstunde. [Hier](#) gelangt ihr direkt zur Internetseite von VIBSS. Solltet ihr dort nicht fündig werden, besteht die Möglichkeit, eine kostenlose Anfrage an VIBSS zu stellen oder sogar eine Beratung z.B. für Satzungsänderungen (online oder in Präsenz bei euch vor Ort) zu beantragen. Auch hier sind die ersten 6 Beratungsstunden kostenlos.

## Ausbildungen 2026

(Für weitere Details und die Anmeldung klicke bitte auf die jeweilige Veranstaltung.)

### Übungsleiter-C Ausbildungen

23.01.-31.01.2026	<a href="#">Übungsleiter-C Basismodul (30 LE)</a>
20.02.-28.03.2026	<a href="#">Übungsleiter-C Aufbaumodul (90 LE)</a>
09.10.-17.10.2026	<a href="#">Übungsleiter-C Basismodul (30 LE)</a>
06.11.-12.12.2026	<a href="#">Übungsleiter-C Aufbaumodul (90 LE)</a>

### Übungsleiter-C Ausbildungen für Lehrkräfte und päd. Fachkräfte

19.06.-27.06.2026	Übungsleiter-C Basismodul für Lehrkräfte und päd. Fachkräfte (30 LE)
17.08.-12.09.2026	Übungsleiter-C Aufbaumodul für Lehrkräfte und päd. Fachkräfte (90 LE)

### Zertifikat: Bewegter Ganztag

(Bestehend aus dem Basismodul der Übungsleiter-C Lizenz (siehe oben) und der Ausbildung Ganztag)

18.04.-13.05.2026	<a href="#">Ausbildung Ganztag (30 LE)</a>
-------------------	--

### Zertifikat: Bewegung und Spiel für die Kleinsten (U3)

09.03.-09.05.2026	<a href="#">Zertifikat: Bewegung und Spiel für die Kleinsten (U3)</a>
-------------------	---