



## Die Aktionen des DTTB:

### vorgestellt vom Tischtennis-Verband Sachsen-Anhalt

#### Mini-Meisterschaften: Kleine ganz groß!



Die mini-Meisterschaften sind eine mittlerweile 37-jährige Erfolgsstory und eine der erfolgreichsten Breitensportaktionen für Kinder im deutschen Sport überhaupt. Seit 1983 nahmen rund 1,5 Millionen Mädchen und Jungen an über 55.000 Ortsentscheiden teil, die sich Jahr für Jahr über die gesamte Republik verteilen. Die mini-Meisterschaften sind eine Breitensportaktion des Deutschen Tischtennis-Bundes (DTTB), speziell entwickelt für Kinder im Alter von zwölf Jahren oder jünger, gleichgültig ob diese Minis noch nie, nur selten oder bereits häufig zum Schläger gegriffen haben.

#### Noch ein Tipp:

Richten Sie den Ortsentscheid doch zusammen mit einer Schule aus. Dann sind hohe Teilnehmerzahlen fast garantiert.

#### Regiebox-Materialien für Durchführer:

Für alle Durchführer einer mini-Meisterschaft gibt es eine Regiebox, die alle wichtigen Materialien beinhalten. Dazu gehören Spielpläne, Urkunden, Spielregeln, Anmeldeformulare und vieles mehr.

Sie können die Regiebox direkt beim TTVSA bestellen. Diese ist kostenfrei.

#### Wenn Sie eine mini-Meisterschaft ausrichten möchten, nehmen Sie Kontakt mit dem TTVSA auf:

Tim Aschenbrenner

Vizepräsident Sportentwicklung

Email: [vp-sportentwicklung@ttvsa.de](mailto:vp-sportentwicklung@ttvsa.de)

Telefon: 0160 99147874

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/minis.html>

## Schnupperkurs



Der Schnupperkurs Tischtennis wendet sich an alle Neueinsteiger und eignet sich besonders für Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 12 Jahren. Dieser enthält die Anleitung für 10 abwechslungsreiche und kurzweilige Trainingsstunden. Er gibt einen Einblick in den Tischtennissport und dessen Trainingssystematik, von der Faszination des Balles über Beinarbeit und moderne Schlagtechniken bis hin zum ersten Wettkampf.

Er ist ein Sportangebot, das im Trend unserer Freizeitgesellschaft liegt: unverbindlich, überschaubarer Zeitaufwand, enormer Fun-Faktor und moderne Methodik.

Ein Schnupperkurs bietet Ihnen eine gute Möglichkeit, Ihren Verein zu präsentieren und bei der Mitgliedergewinnung zu unterstützen.

### Die Regiebox enthält:

- Übungsanleitung
  - Schnupperpässe
  - Regel- und Technikplakate
  - Präsente für die Teilnehmenden
  - Veranstaltungsplakat
  - Broschüre Tischtennis: Spielend einfach - einfach spielen!
  - Flyer
- ➔ Kosten: 15,00€ pro Regiebox

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/mein-sport/aktionen/schnupperkurs.html>

## Schnuppermobil

Das TT-Schnuppermobil, sponsored by Joola, ist die mobile Breitensportaktion des DTTB. Ein Auto voll mit Tischtennis fährt seit über fünfzehn Jahren durch die verschiedensten Regionen Deutschlands, zu Vereinen, Verbänden, Freizeiteinrichtungen, Jugendzentren, Schulen, Firmen, Institutionen.



## Teamer Alexander Murek hat ein ganzes Spaßpaket dabei:

- zwei Wettkampf-, zwei Midi-, drei Minitische
- Übergroße, Wettkampf-, Midi-, Minischläger
- Elefanten-, XXL, Wettkampf-Bälle
- TT-Roboter
- Lautsprecheranlage für peppige Musik
- Geschwindigkeitsmessgerät.

## Einsatzmöglichkeiten des Schnuppermobils:

- Breitensportaktionen: mini-Meisterschaften, TT-Sportabzeichen, Schnupperkurs, Beste Klasse
- In der Schule: Projektwochen, Sport- und Spielfeste, Sportunterricht, Lehrerfortbildungen
- Im Verein: Vereinsgründung (Weißer Fleck), Vereinswerbung, Mitgliedergewinnung, Trainingsmaßnahmen, Turniere, Jubiläen
- In der Firma: Tag der offenen Tür, Feiern, Feste

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/schnuppermobil.html>



## TT-Sportabzeichen

Das Tischtennis-Sportabzeichen erfreut sich seit seiner Einführung im Herbst 1993 außerordentlicher Beliebtheit. Kinder, Jugendliche und Erwachsene können die sechs attraktiven Leistungsüberprüfungen, die jeder Altersklasse und Spielstärke gerecht werden, absolvieren.

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat das TT-Sportabzeichen als Teilleistung Koordination für das Deutsche Sportabzeichen anerkannt. Seit 2014 ist das TT-Sportabzeichen auch in das Gesamtsystem des Deutschen Sportabzeichens eingebunden.

Unsere Bundesfreiwilligendienstleistende Luisa Reising, wurde im Bereich des Tischtennisportabzeichen geschult.

Vereine, Kreisverbände oder auch Institutionen für Kinder und Jugendliche (z.B. Jugendclubs, Schulen, Kindergärten) können sich beim Tischtennis-Verband Sachsen-Anhalt melden und Luisa für eine ihrer Veranstaltungen buchen. Dies ist absolut kostenfrei.

Alle Materialien, inklusive Urkunden für alle Teilnehmer, werden vom Verband organisiert und finanziert.

Einzig ein Tischtennistisch, ob drin oder draußen, muss verfügbar sein. Natürlich sollte auch ein ortsansässiger Verein mit vor Ort sein, die Aktion unterstützen und für seine Mitgliedergewinnung nutzen. Helfer werden je nach Teilnehmeranzahl sicher benötigt.

Die Anmeldung kann vorzugsweise vom Verein erfolgen. Anmeldungen können Sie jederzeit unter [vp-sportentwicklung@ttvsa.de](mailto:vp-sportentwicklung@ttvsa.de) vornehmen. Unser Vizepräsident Sportentwicklung, Tim Aschenbrenner, steht euch mit Rat und Tat zur Seite.

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/sportabzeichen.html>

## Outdoor-Tischtennis

Tischtennis bei Sonnenschein an der frischen Luft?  
Das klingt verlockend! Fast jeder Ort in Deutschland  
lädt mit seinen Steintischen zum Spiel im Freien ein.  
Vor allem in Parks, Spielplätzen oder auch leicht  
versteckt am Stadtrand lassen sich die von  
Hobbyspielern und Familien beliebten



Spielgelegenheiten finden. Im Sommer herrscht meist Hochbetrieb, freie Tische sind nur schwer zu  
finden. Kein Wunder, denn bei heißen Temperaturen sind warme,  
stickige Hallen nicht die Anlaufstelle Nummer eins. Zudem lassen sich auch in Gärten immer mehr  
Outdoor-Tische finden.

Ein Outdoor-Training bietet zudem die Chance zur Mitgliedergewinnung. Die angesprochenen  
Akteure auf den Outdoor-Tischen besitzen zumeist keine Vereinsmitgliedschaft. Durch eine Vielzahl  
von Aktionen, wie z.B. ein Turnier für Nicht-Vereinsspieler\*innen, können diese gezielt angesprochen  
werden.

### Ideen zur Mitgliederbindung (1-2) und zur Mitgliedergewinnung (3-7):

1) Schüler*innentraining im Freien
2) Sommerferiencup für Nachwuchsspieler*innen
3) Einrichtung einer Hobbygruppe im Verein
4) Turnier für Hobbyspieler*innen
5) Abnahme des TT-Sportabzeichens
6) Angeleitete Übungsstunden durch den Verein für Jedermann
7) Bewegte Pause

**Also ran an die (Stein-) tische!**

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/outdoortt.html>

## Gesundheitssport



- Kursprogramm „FiTter in Herz und Hirn“

Die Zielgruppe beim Präventionssport sind weitestgehend gesunde Menschen. Der Deutsche Tischtennis-Bund hat das Programm "FiTter in Herz und Hirn" (ehemals Gesundheitssport Tischtennis) mit dem Schwerpunkt Herz-Kreislauftraining und spielerischen Elementen aus der Sportart Tischtennis für Erwachsene entwickelt. Dem Programm „FiTter in Herz und Hirn“ wurde eine positive Auswirkung auf die Ausdauerfähigkeit wissenschaftlich nachgewiesen. Aufgrund der sehr hohen Qualität des Programms wurde es mit dem Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ des Deutschen Olympischen Sportbundes ausgezeichnet.

Der Vorteil des gesundheitsorientierten Ausdauertrainings durch Tischtennis ist, dass der **Spaßfaktor** und das **Miteinander** hinzukommen. Durch die spielerischen Elemente wird das Training nur indirekt wahrgenommen.

### FiTter in Herz und Hirn für folgende Zielgruppen:

- Erwachsene
- Teilnehmer, die ihren Gesundheitszustand in spielerischer Form und unter kompetenter Anleitung halten oder verbessern wollen
- Teilnehmer, die dem traditionellen, wettkampforientiertem Vereinssport ferngeblieben sind

### Aufbau des Kursprogrammes:

- 10-12 Kursstunden á 90 Minuten
- speziell ausgebildeter Präventionsübungsleiter
- Bestandteil jeder Kurseinheit ist die **Vermittlung von Wissensinhalten** zum Thema Sport und Gesundheit
- In ganz kurzen Theoriephasen werden den Teilnehmern relevante Themen für das Verständnis von Sport und Gesundheit erläutert
- **Aufwärmprogramm** mit koordinativen Übungen  
→ hierdurch werden neben der Erwärmung des Herz-Kreislauf-Systems wichtige Grundlagen für die Verbesserung der Bewegungsökonomie geschaffen.
- **Spielformen mit Ball und Schläger**  
→ besonderer Wert auf die individuelle Dosierbarkeit der Bewegungsgeschwindigkeit
- Spaß am Spiel für jeden Einzelnen steht im Mittelpunkt
- Übungen zur Körperwahrnehmung
- leicht zugängliche Entspannungsverfahren

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/mein-sport/aktionen/gesundheitsport/kursprogramm-fitter-in-herz-und-hirn.html>

**Hinweis:** Das Ressort Sportentwicklung ist jederzeit behilflich bei der Suche nach geeigneten Übungsleitern.

- **„Sport bewegt Menschen mit Demenz“**

Am 1. Oktober 2020 startete der DOSB in Zusammenarbeit mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft das Projekt „Sport bewegt Menschen mit Demenz“, welches vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert wird. Der DTTB übernimmt dabei eines von vier Teilprojekten. Die weiteren Projektpartner sind der Landessportbund Niedersachsen, der Landessportbund Nordrhein-Westfalen und der Deutsche Turnerbund. In den Teilprojekten werden neue Angebote für Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen in Sportvereinen erprobt. Dies soll dazu führen, dass immer mehr der 90.000 Sportvereine innerhalb des DOSB bedarfsgerechte Sport- und Bewegungsangebote anbieten.

Tischtennis ist dabei die einzige Spielsportart, die an dem Projekt teilnimmt. Tischtennis kann bis ins hohe Alter gespielt werden. Zudem kann die Sportart, z.B. mit langsameren Bällen, an die Zielgruppen im Gesundheitssport angepasst werden. Zudem darf der Faktor Motivation, den Teilnehmer\*innen beim Ausüben einer Spielsportart mitbringen, nicht außer Acht gelassen werden.

**Materialbox:**

- **Materialien für die Sporteinheit**
- **Bücher über das Thema Demenz**
- **Postkarten mit Dual-Tasking- Aufgaben**

→ **kostenfreie Bestellung der Materialbox**

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/mein-sport/aktionen/gesundheitsport/sport-bewegt-menschen-mit-demenz.html>

## Mädchen und Frauen

Leider spielen immer weniger Mädchen und Frauen Tischtennis. Nur 23 Prozent beträgt der weibliche Anteil im DTTB, auch wenn es in Vereinen und Verbänden durchaus viele Positiv-Beispiele gibt. Dennoch sind die Zahlen rückläufig. Wie kann unsere Tischtennis-Gemeinde den Trend umkehren? Was kann man von Clubs lernen, in denen es besser läuft und welche Faktoren begünstigen die Mädchen- und Frauenförderung? Solchen und ähnlichen Fragen sind wir nachgegangen.

Diese **Broschüre** führt dich durch die Welt der Mädchen- und Frauenförderung beim DTTB. Alle Inhalte sind Anregungen für das Training mit Mädchen und sollen Menschen motivieren, den rückläufigen Zahlen der Mädchen- und Damenbeteiligung entgegenzuwirken.

### Standards zur Mädchen- und Frauenförderung im Tischtennis für Vereine und Verbände:

Ziel der Mädchen- und Frauenförderung des DTTB und seiner Landesverbände ist die gleichberechtigte und selbstverständliche Teilhabe von Mädchen und Frauen im Tischtennis. Deshalb verpflichten wir uns, die Förderung von Mädchen und Frauen als dauerhafte Querschnittsaufgabe anzusehen, die wir bei allen verbandlichen Aktivitäten regelmäßig prüfen und umsetzen. Deswegen gibt Standards zur Mädchen- und Frauenförderung im Tischtennis für Vereine und Verbände.





## **Breitensportpreis**

Der Deutsche Tischtennis-Bund und die Tischtennisfirmen Butterfly, DONIC und JOOLA vergeben jährlich einen Tischtennis-Breitensportpreis, mit dem jeweils sechs aktive Vereine (mit 500 €) ausgezeichnet werden.



### Kriterien:

- Jeder Verein muss zum Zeitpunkt der Durchführung der Breitensportveranstaltung einem Mitgliedsverband des DTTB angehören.
- Für die Teilnahme am Tischtennis-Breitensportpreis werden alle Aktivitäten innerhalb eines Zeitraumes vom 1. September bis 31. August des Folgejahres berücksichtigt.
- Es müssen mindestens vier Angebote durchgeführt werden.

### Verfahren:

- Jeder interessierte Verein trägt seine im genannten Zeitraum durchgeführten Aktivitäten im Teilnahmebogen eines Flyers (als Download auf der Website <https://www.tischtennis.de/breitensportpreis.html>) ein und sendet die Teilnahmebestätigung inklusive Durchführungsunterlagen als Nachweis an den DTTB.

weitere Infos unter: <https://www.tischtennis.de/breitensportpreis.html>