



Marktplatz der  
Gesundheit

# AÜL & SPRINT CHECK

Bewegung fördern – Zukunft gestalten ✓

**Markus Laurenz**  
Marktplatz der Gesundheit  
**Mail:** markus.laurenz@  
marktplatz-der-gesundheit.de  
**Mobil:** 0160-94798960



Der **Azubi-Übungsleiter (AÜL)** vernetzt Schulen, Vereine und Unternehmen mit dem Ziel, dem Mangel an Übungsleitern in Sport und Schule entgegenzuwirken. Auszubildende absolvieren über den organisierten Sport – etwa den Kreissportbund – eine Ausbildung mit 120 Lerneinheiten in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Erste Hilfe und Gruppenleitung. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten sie die Übungsleiter-C-Lizenz im Breitensport. Die Ausbildung basiert auf einer 50/50-Regelung: 50 % Freistellung durch das Unternehmen, 50 % Freizeit des Azubis; für Wochenendseminare kann ein Freizeitausgleich gewährt werden. Einsatzmöglichkeiten nach der Qualifikation bestehen im Offenen Ganztage an Schulen, im Vereinssport oder im Betrieb selbst – z. B. in Sportgruppen oder Gesundheitsinitiativen.

Für diese Einsätze sollten Azubis wöchentlich 1–2 Stunden freigestellt werden. Unternehmen profitieren von engagierten Azubis mit gestärkten Soft Skills, erhöhen ihre Sichtbarkeit als gesellschaftlich verantwortungsvolle Arbeitgeber und fördern regionale Netzwerke. Die Azubis können dabei als sichtbare Botschafter des Unternehmens auftreten – etwa in T-Shirts mit Firmenlogo.

Der **Sprintcheck** ist ein computergestützter Bewegungsparcours für Grundschul Kinder, der motorische Fähigkeiten wie Antritt, Sprintvermögen, Richtungswechsel und Pendelbewegung präzise und spielerisch misst. Nach einem Ampelsignal sprinten die Kinder 8 Meter, kehren um und laufen im Slalom zurück. Anschließend erhalten sie eine individuelle Auswertung mit Sammelbildern, die gegen kleine Preise oder Schnuppertrainings bei Sportvereinen eingelöst werden können. So werden Kinder und Familien für Bewegung und lokale Sportangebote begeistert.

Pro Schulstunde können zwei Klassen teilnehmen. Der Parcours lässt sich flexibel über mehrere Tage in den Schulalltag integrieren – je nach Größe der Schule.

Abschluss und Highlight ist ein Stadtfinale am Wochenende: Alle teilnehmenden Kinder sind mit ihren Familien eingeladen. Es gibt Urkunden für alle und Siegerehrungen pro Jahrgang. Ein buntes Rahmenprogramm macht den Tag zum Familienfest, bei dem sich auch regionale Sportvereine präsentieren können, um das geweckte sportliche Interesse der Kinder auch nachhaltig zu fördern.

## SPRINT CHECK ✓



3

**Systemischer Kreislauf: Für mehr Bewegung, Bildung und Beteiligung**

Damit aus dem Impuls dauerhafte Bewegung wird, braucht es qualifizierte Übungsleiter, die im schulischen Alltag Sportangebote gestalten. Genau hier setzt das Programm Azubi-Übungsleiter (AÜL) an: Auszubildende werden durch den organisierten Sport geschult und mit der Übungsleiter-C-Lizenz ausgestattet. Unternehmen stellen ihre Azubis für den Einsatz im Offenen Ganztage 1–2 Stunden pro Woche frei.

**Sport wird regelmäßig und verlässlich in den Ganztage integriert.**



**Zwei Programme – ein Ziel: Kinder nachhaltig für Bewegung begeistern und gleichzeitig junge Menschen zu qualifizierten Trainern von Sportangeboten ausbilden.**

## Vorteile für alle

- Der Sprintcheck schafft Begeisterung und Aufmerksamkeit für Bewegung.
- Die Azubis übernehmen mit ihrer Qualifikation Verantwortung und gestalten dauerhafte Sportangebote an Schulen.
- Kinder profitieren von regelmäßiger Bewegung und stärken ihre Gesundheit.
- Unternehmen engagieren sich sichtbar gesellschaftlich, fördern Soft Skills und sichern sich einen Imagevorteil.
- Sportvereine erhalten neue Kontaktpunkte zu Familien und Nachwuchs.

2

## Azubi-Übungsleiter

**Verstetigung: Azubis übernehmen Verantwortung**

1

## SPRINT CHECK ✓

**Einstieg: Sprintcheck als Impulsgeber**

Der Sprintcheck bringt Bewegung direkt in die Schule. Mit Spiel, Spaß und Messgenauigkeit entdecken Grundschul Kinder ihre motorischen Fähigkeiten und erleben Erfolgsmomente. Die individuelle Auswertung mit Sammelbildern motiviert – und durch die Anbindung an lokale Vereine werden Familien aktiviert, sich (wieder) mit Sportangeboten vor Ort zu beschäftigen.

**Bewegung wird erlebbar. Sport wird wieder Teil des Alltags.**

