

mehr wissen. mehr verstehen.



MAMANET/CACHIBOL

FÜR EINSTEIGER, COACHES, SCHIEDSRICHTERINNEN
UND MULTIPLIKATORINNEN

VERBAND MAMANET AUSTRIA
CHRISTINA GSCHWEIDL (AUT) UND ELISABETH SPEISER (AUT)
Mamanet Austria



14.-15.03.2020

**ZUR ANMELDUNG PER E-MAIL AN
OFFICE@MAMANET.AT BIS SPÄTESTENS 21.02.2020**

INHALT UND PROGRAMM

SPORTVEREIN FÜR MÜTTER UND ALLE FRAUEN AB 30

Mamanet ist ein internationales Bewegungsangebot für Mütter (jeden Alters) und alle Frauen ab 30 auch ohne Kinder. Gespielt wird Cachibol, eine Sportart, die Volleyball ähnlich ist. Der Ball wird aber gefangen und geworfen, daher kann es leicht und ohne sportliche Vorerfahrung in jedem Alter erlernt werden und ein Spiel kommt schnell zu Stande. Spaß und soziales Miteinander stehen im Vordergrund.

Bisher wurden über 5000 Personen erreicht und trainieren 37 Teams in 7 Bundesländern wöchentlich in Mehrspartenvereinen, Kooperationsvereinen anderer Sportarten (z.B.: Handball, Volleyball) und Sozialeinrichtungen.

21

Vorrangige Ziele des vom Österreichischen Sportministerium im 4. Jahr geförderten Projektes sind:

- die Barrieren für den Einstieg oder Wiedereinstieg in den Sport für Mütter und Frauen zu minimieren
- Zielgruppen zu erreichen, die sonst eher schwer Zugang zum Sport haben
- die hierfür individuell bestmöglichen Rahmenbedingungen (wie z.B. Kinderbetreuung) zu schaffen
- Umkehr Stereotyp, Vorbildwirkung innerhalb der Familie
- Strukturen zur Sportausübung auf unterschiedlichem Leistungsniveau aufzubauen

Mamanet Austria ist ein Genderprojekt und berücksichtigt alle Empfehlungen der EU: Gender Equality in Sport; Proposal for Strategic Actions 2014 – 2020 wie z.B.: den Frauenanteil in Funktionärs- und TrainerInnenfunktionen zu heben.

Der Zuwachs von Kindern in Sportvereinen wurde durch Mamanet nachweislich gesteigert.

ZIELGRUPPE UND LEVEL

WER SOLLTE DIESE FORTBILDUNG BESUCHEN?

- **Mamanet Coaches &**

Kapitäninnen

- **Ballsportbegeisterte**

- **Multiplikatorinnen**

- **Personen mit**

Volleyball-Vorerfahrung

- **Schiedsrichterinnen**



BENEFITS

WARUM SOLLTEST DU DIESE FORTBILDUNG BESUCHEN?

- **Der soziale Aspekt bei Mamanet ist ebenso wichtig wie der Teamsport, der auf unterschiedlichem Leistungsniveau in regionalen Ligen betrieben wird: „We are Mamanet!“**

Mamanet Austria – werde Teil dieser Bewegung!

Der soziale Aspekt bei Mamanet ist ebenso wichtig wie der Teamsport, der auf unterschiedlichem Leistungsniveau in regionalen Ligen betrieben wird: „We are Mamanet!“

2019/20 spielen 12 Teams in 3 regionalen Ligen.

In den letzten Jahren wurde Bedacht darauf gelegt Frauen zu erreichen, die von sich selbst eher nicht glaubten sportlich zu sein. Dies gelang durch persönliches Ansprechen bei zahlreichen Schnuppertrainings und Mitmach – Stationen bei größeren Events und in Verbänden, Vereinen und Organisationen. So entstanden Gruppen am Land, in Gemeindebauten, Sozialeinrichtungen und Sportvereinen und wurden eigene Mamanet Vereine gegründet.

Bei Bedarf wird parallel zum Mamanettraining in einigen Kursen sportliche Kinderbetreuung angeboten.

3 |

Als besonderer Erfolg ist die Arbeit mit Frauen mit Migrationsgeschichte in den Sozialeinrichtungen zu werten. Bis zu 20 Frauen trainieren zusätzlich zu diesen Einheiten im geschützten Rahmen bis zu 3x wöchentlich in einem Turnsaal im Ernst-Happel-Stadion und spielen gemeinsam mit Frauen aus Österreich im Liga-Wettkampfbetrieb.

Einige Frauen aus diesem Projekt haben auch die Ausbildung zur Mamanet Coach absolviert und betreuen selbst Gruppen.

In Kooperation mit „Vorsorge Aktiv Tut Gut!“ wird mit stark hochgewichtigen Frauen trainiert. 2019 ist die Kooperation mit dem Österr. Behindertensportverband ausgebaut worden und werden inklusive Trainings mit behinderten Frauen und Kindern angeboten.

Bisher wurden über 200 Frauen im Rahmen von Mamanet ausgebildet und dadurch sind sogar Arbeitsplätze entstanden.

Das österreichische Auswahlteam erreichte bei den World Sports Games im Juli 2019 in Spanien den hervorragenden 5. Platz.

Mamanet Austria wurde mit dem Frauenpreis der Grünen Meidling und dem BSO Cristall Frauen Power Award 2017 (2. Platz hinter dem EM Frauen Fußball Nationalteam) sowie dem Integrationspreis NÖ 2018 ausgezeichnet.



Du möchtest mitmachen oder sogar eine eigene Gruppe gründen?

Falls kein wöchentlicher Kurs in deiner Nähe ist oder du eine eigene Mamanet Gruppe gründen möchtest, schreib uns einfach an office@mamanet.at!

Wir überlegen uns gemeinsam und ganz unkompliziert wie eine praktische Umsetzung in deinem Umfeld am besten möglich ist, kommen kostenlos zu einem Workshop und Schnuppertraining, bilden euch zur Mamanet Coach aus, begleiten euch und freuen uns, dass ihr ein Teil von Mamanet werdet.

Video zu Mamanet:

<https://www.youtube.com/watch?v=ztZT2U2Xjjw#action=share>

Alle Infos über Mamanet unter: www.mamanet.at

4 |

Ziele der 2 Tage Ausbildung:

Als TeilnehmerIn dieser Aus- und Fortbildung kannst du den Mamanet Basic Kurs und die Fortbildungsstufen 1.+2. absolvieren. Mit der Basic Ausbildung gehst du den ersten Schritt in Richtung Mamanet Coach und kannst nachfolgend dein Team aufbauen bzw. Mamanet-Vereine betreuen oder auch selbst gründen.

Mit den Fortbildungsstufen 1.+2. bekommst du einen vertieften Einblick in die Materie.

Nach diesem Wochenendkurs hast du:

- das Konzept von Mamanet erlebt und kannst es als Coach weitergeben
- Mamanet in Theorie und Praxis erlernt und Spieltechniken vertieft
- die Möglichkeit Mamanet Gruppen zu gründen und zu leiten
- die Regelkunde vertieft
- die Möglichkeit als MultiplikatorIn Mamanet zu verbreiten
- optional die Aus- bzw. Fortbildung als Mamanet SchiedsrichterIn/SchreiberIn gemacht



Mamanet Austria – werde Teil dieser Bewegung!

THEMENSCHWERPUNKTE

SAMSTAG UND SONNTAG 14.-15.03.2020

1 Programm: Samstag, 14. März 2020

- 10:30-12:00** : Audi Max: Begrüßung aller TeilnehmerInnen – Statusbericht Mamanet
- 12:00-14:00** : Audi Max: Regelkunde (inklusive SchiedsrichterInnen und SchreiberInnen Aus- und Fortbildung, Test)
- 14:00-18:00** : Sporthallen - Praxiseinheit
Sporthalle (Basic): Grundausbildung
Sporthalle (Fortgeschrittene):
Fortbildungsstufen
- ab 18:30** : **Gemeinsames Essen (auf Selbstkosten)**

5 |



2 Programm: Sonntag, 15. März 2020

- 10:00-13:00** : Sporthalle – Theorie- und Praxiseinheit
Sporthalle (Basic): Cachibol Taktik
Sporthalle (Fortgeschrittene):
Taktik für Fortgeschrittene
- 13:00-14:00** : **gemeinsames Mittagessen in der Mensa**
- 14:00-19:00** : Strategie – Praxis – Turnier –
praktische SchiedsrichterInnen Prüfung,
Übung SchreiberInnen



SA, 14.03.2020

10:30 - 18:00 UHR

SO, 15.03.2020

10:00 - 17:00 UHR



BSPA WIEN

AUF DER SCHMELZ 6,
1150 WIEN



DEUTSCH / GERMAN
VORTRAGSSPRACHE



€ 70,-

GESAMTPREIS

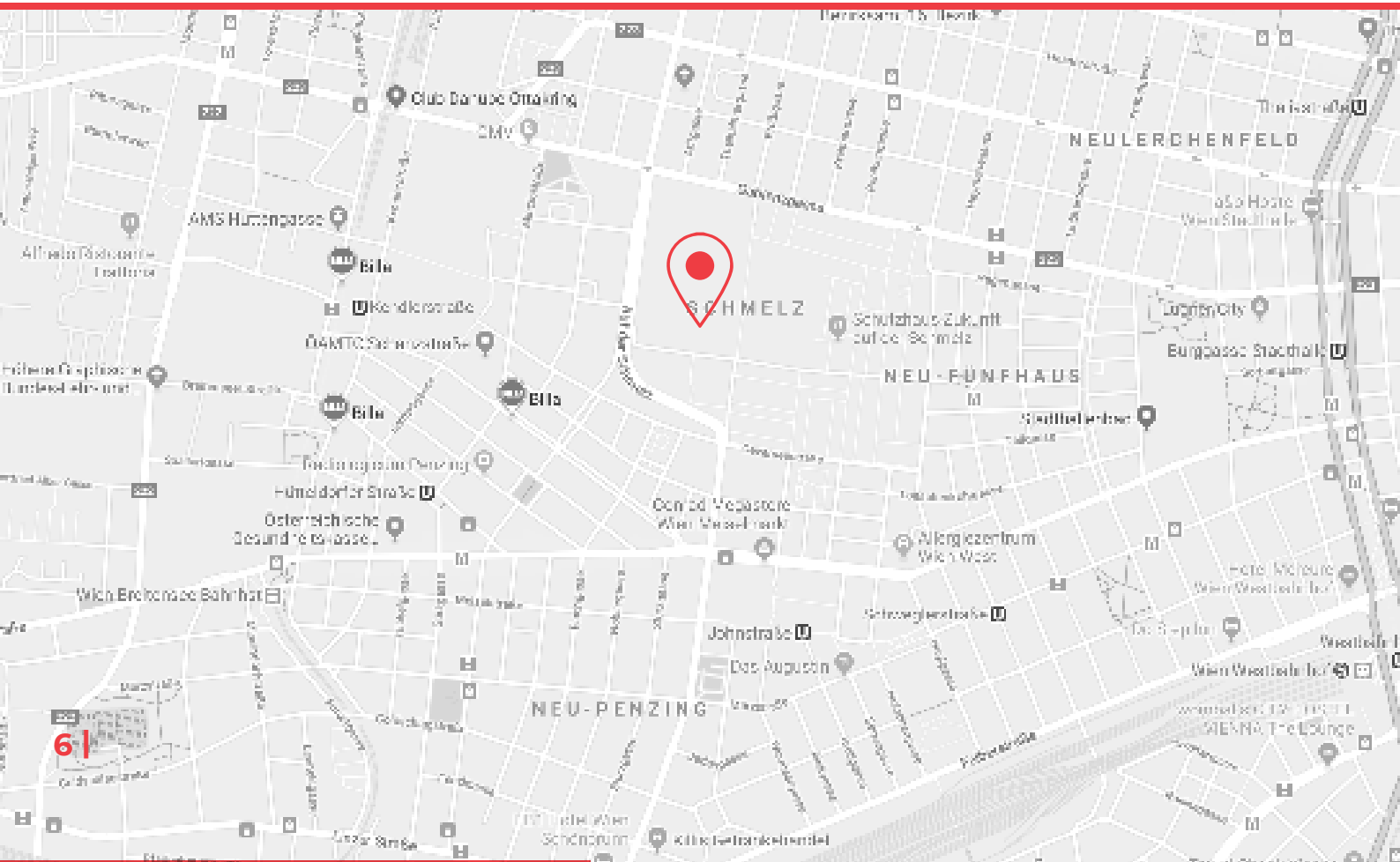
**ZUR ANMELDUNG: PER E-MAIL AN
OFFICE@MAMANET.AT BIS SPÄTESTENS 21.02.2020**

Wir behalten uns das Recht vor die Veranstaltung abzusagen, wenn die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

WICHTIGE ZUSÄTZLICHE INFORMATIONEN:

Dieser Workshop hat praktischen Charakter. Eine aktive Teilnahme am Trainings/Übungsprozess wird angenommen. Nehmen Sie daher passende Sportkleidung zur Fortbildung mit und teilen Sie uns es bitte mit, falls diesbezüglich eine Einschränkung besteht. Garderobe und Duschen sind vorhanden.





ANFAHRT

BSPA WIEN

AUF DER SCHMELZ 6,
1150 WIEN

ANREISE MIT DEM AUTO:

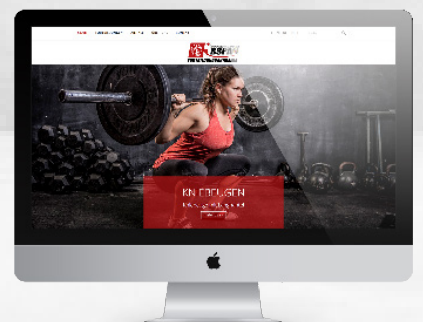
Beim Institutsgebäude stehen nur sehr wenige Kundenparkplätze zur Verfügung, bitte die notwendige Zeit für Parkplatzsuche der Anreisezeit hinzuzählen. An Wochentagen gilt die Kurzparkzone.

ANREISE MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN

Entweder U3 Station Johnstraße und kurzer Fußweg (5min) oder mit dem 10A direkt bei „auf der Schmelz“ aussteigen.

MEHR UNTER

bspa-fortbildungsakademie.at



office.fbak@bspa.at

Wir freuen uns auf deinen Kontakt!

