



Die aktuelle Lage in Deutschland erfordert neue, kreative Ideen. Denn auch ohne laufenden Sportunterricht sind Bewegung und körperliche Aktivität für Schülerinnen und Schüler wichtig. Damit sie weiterhin fit bleiben, bieten die Telekom Baskets Bonn gemeinsam mit der Deutschen Telekom und der Stadt Bonn nun eine digitale Lösung:

Am Freitag, den 27. März, startet das Projekt „Baskets@home“.  
Jeden Montag und Freitag erscheint um 15:00 Uhr  
auf Facebook und dem YouTube-Kanal der Baskets eine Basketballfolge.

Zunächst sind **sieben Ausgaben** des **zehn- bis fünfzehnminütigen Formats** geplant. Die Basketballfolgen beinhalten **Spiele** und **Übungen** als Anregung **für die gesamte Familie**. Darüber hinaus sollen die Schülerinnen und Schüler motiviert werden, selber Variationen zu den Übungen zu finden.

Die Trainings sind in einzelne, kurze Sequenzen aufgeteilt: Das motivierende Warm-up übernimmt Baskets Maskottchen Bonni. Trainer Olaf Stolz erklärt die altersgerechten Übungen und Spiele. Danach heißt es Lernen von den Profis! Jeder kann ganz einfach von Zuhause mitmachen – ob als morgendliches Warm-up, in der Mittagspause oder als nachmittägliche Aktivität.

Mitmachen lohnt sich nicht nur, um vor dem Bildschirm fit zu bleiben – **es gibt auch etwas zu gewinnen!** Zu jeder Baskets@home-Folge werden auf dem Facebook-Kanal der Baskets Quizfragen gestellt. Unter allen richtigen Antworten werden tolle Sachpreise wie ein Basketball oder ein Outdoor-Basketball-Korb verlost.

Mit Baskets@home weiten die Projektinitiatoren Deutsche Telekom, die Telekom Baskets Bonn und die Stadt Bonn ihr Engagement aus. Neben der Baskets Grundschul-Challenge und der Baskets Grundschul-Liga sind nun auch Online-Formate rund um den Basketball abrufbar – von überall und zu jeder Zeit!

Hier geht es zu den Trainingsvideos auf dem Youtube-Kanal der Telekom Baskets Bonn:  
<https://www.youtube.com/user/BasketsTV>.

Mit unserer Aktion möchten wir so viele Schülerinnen und Schüler wie möglich erreichen. Daher teilt unser Projekt gerne, abonniert den Youtube-Kanal, folgt den Telekom Baskets Bonn auf ihren Social Media Kanälen, schickt dieses Infoblatt in eure WhatsApp Verteiler oder integriert es in Newslettern. **Wir freuen uns!**