



## **Gemeinsame Presse-Information**

### **Am 12. Oktober starten die ‚AOK-Sportel-Sonntage‘ in Pinneberg Bewegung und Spaß für die ganze Familie an grauen Herbsttagen**

**Pinneberg (07.10.2025).** Zum zweiten Mal finden die AOK-Sportel-Sonntage in Pinneberg statt. Wenn es draußen kalt, nass und ungemütlich ist und drinnen der Platz fehlt, ist es für Eltern oft schwer, dem natürlichen Bewegungsdrang ihrer Kinder einen Raum zu geben. Nicht Schnelligkeit oder andere sportliche Bewertungskriterien stehen im Vordergrund, sondern die reine Lust an der spielerischen Bewegung. In Pinneberg können Familien wieder gemeinsam aktiv werden: Die seit Jahren beliebten ‚AOK-Sportel-Sonntage‘ finden wieder statt. Gemeinsam mit dem VfL Pinneberg e. V. lädt die AOK NordWest alle interessierten Familien zum ‚Mitsporteln‘ ein. Los geht es am 12. Oktober. Dann kann sonntags in der Zeit von 10 bis 12 Uhr in der Sporthalle der Johannes-Brahms-Schule im Fahltskamp 36 wieder gespielt und getobt werden. „Bei den ‚AOK-Sportel-Sonntagen‘ können sich Pinneberger Familien nach Lust und Laune ohne Leistungsdruck bewegen und Neues ausprobieren“, sagt AOK-Serviceregionsleiter Reinhard Wunsch.

Vor allem Familien mit ihrem Nachwuchs im Kindergartenalter können das offene Bewegungsangebot in der Sporthalle der Johannes-Brahms-Schule gemeinsam nutzen. Der VfL Pinneberg e. V. wird in der Halle wechselnde Bewegungslandschaften aufbauen, in denen Familien gemeinsam klettern, balancieren und spielen können. „Gute Laune, Turnschuhe und bequeme oder sportliche Kleidung sind die einzigen Dinge, die mitzubringen sind“, ergänzt Wunsch.

Die Teilnahme an den ‚AOK-Sportel-Sonntagen‘ ist unabhängig von einer Vereins- oder AOK-Mitgliedschaft. Die Teilnahme ist kostenfrei.

„Kinder lieben es, sich zu bewegen, auszuprobieren und zu toben. Dabei sammeln sie wichtige Erfahrungen für ihre Entwicklung“, so Wunsch, „gerade für Kinder ist es wichtig, Sport zu treiben. Denn immer mehr bewegen sich zu wenig und erreichen nicht einmal die Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) von mindestens einer Stunde Bewegung pro Tag. Je früher Kinder an Bewegung herangeführt werden, desto einfacher ist es, Bewegung dauerhaft in den Alltag zu integrieren. Als größte Krankenkasse im Land wollen wir mit den ‚AOK-Sportel-Sonntagen‘ und vielen anderen Präventionsangeboten gerne unseren Beitrag dazu

leisten.“ Laut der Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland des RKI erreicht nur ein Viertel der Kinder und Jugendlichen die WHO-Empfehlungen. Mädchen sind dabei noch inaktiver als Jungen. Deshalb sollten Eltern mit gutem Beispiel vorangehen und sich am besten gemeinsam mit ihrem Nachwuchs bewegen.

„Gerade in der dunklen Jahreszeit bietet unser Sportelssonntag eine fröhliche Gelegenheit, Bewegung und Spaß zu verbinden und so den Winter sportlich zu überbrücken. Wir freuen uns auf alle bekannten und neuen sportbegeisterten Kinder, die Lust haben, sich zu bewegen und gemeinsam aktiv zu sein“, ergänzt Julia Pleschke, Übungsleiterin vom VfL Pinneberg e. V.. Sowohl die Vereine als auch die AOK wollen Familien gern dauerhaft zu mehr Bewegung motivieren. Zum Abschluss der Sportel-Saison besucht außerdem das AOK-Jolinchen die Halle.

Alle Infos zu den Pinneberger ‚AOK-Sportel-Sonntagen‘ gibt es unter [aok.de/nw/events](http://aok.de/nw/events).

BU: Am 12. Oktober geht der ‚Sportel-Spaß‘ wieder los und bringt Familien in Pinneberg und Umgebung gemeinsam in Bewegung. Foto: AOK/colourbox/hfr.

#### **Hinweis an die Redaktionen:**

**Dieses Bild ist Copyright geschützt und darf nur im Zusammenhang mit dieser Presseinfo, nicht aber anderweitig verwendet werden. Vielen Dank für Ihr Verständnis!**

#### **Ihre Gesprächspartnerin:**

Birte Jansen, Spezialistin Presse Serviceregion  
AOK NordWest – Die Gesundheitskasse.  
Edisonstraße 70, 24145 Kiel

Telefon	0800 2655-506089
Mobil	0173 5214755
Fax	0800 2652-506089
E-Mail	<a href="mailto:birte.jansen@nw.aok.de">birte.jansen@nw.aok.de</a>
Internet	<a href="http://aok.de/nw/presse">aok.de/nw/presse</a>