Kurse und Veranstaltungen

BT-LA KiezWalk, am 6.Juli 2026

Walken auf dem Tempelhofer Feld- Der Wind pustete uns voran und gerade noch rechtzeitig die Regenwolken beiseite :)

Pünktlich zum Start unseres **Kiezwalk's –** DLV Abzeichenabnahme 2026 **am Montag, den 6. Juli 2026**, wurde es schön. Der Wind pustete den Regen weg und wir konnten mit unseren treuen Walker & Walkerinnen ins Gelände gehen. Dieter führte seine Gruppe übers Tempelhofer Feld. Einige blieben mit Sven und Barbara und unseren Leichtathleten*innen im Stadion. Die restlichen Teilnehmer*innen gingen mit Claudi quer durch die „Kreuzberger Alpen" (unserem angrenzenden Viktoriapark/Kreuzberg walken. Im Anschluss saßen wir noch zum Pläusch`chen beisammen. Alle, die nicht dabei sein konnten, können auch in kleinerer Runde einen Termin zu unserem Walking-Treff vereinbaren. Vielen Dank für eure Teilnahme. Wir hoffen auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr, bis dahin bleibt aktiv und vor allem schön gesund!

Euer BT-LA-Team

Ausschreibung, siehe PDF.

DLV_Abzeichenabnahme 2026_BT-LA

DLV „Tag des Laufens“ war am Mittwoch, den 3. Juni 2026

Zusammen ist besser – Berlin räumt auf- Seid mit dabei am 24.04.2026

Berlin sauber machen und vom Müll befreien. Das ist das Ziel der großen Aktion „Zusammen ist besser – Berlin räumt auf“ von rbb 88.8, gemeinsam mit nebenan.de,
der BSR und den Berliner Bezirken. Die Idee: Vom 14. bis 29. April gehen möglichst viele Berlinerinnen und Berliner Müll sammeln, jeden Tag ein anderer Bezirk.
Friedrichshain-Kreuzberg ist am Freitag, 24. April dran. Und jeder*r kann mitmachen.
Das Ziel der Aktion ist, dass wir alle gemeinsam zeigen: Wir Berlinerinnen und Berliner kümmern uns um unsere Stadt. Wir meckern nicht nur, sondern tun auch was dafür, dass
unsere Stadt schön und sauber ist, in seiner Straße, in seinem Kiez oder seinem Lieblingsort.

BerlinRaeumtAuf

Update: 25.07.25 – 9:00 Uhr Packt die Regenschirme ein und auf zu den „Kreuzberger Alpen“ Unsere Veranstaltung findet statt. Eventuell verschieben wir das Startfenster leicht. Ihr könnt vor Ort auch auf die kürzeren Zeiten 30 oder 60 Minuten ummelden. Es gibt Umkleidekabinen wir stellen Zelte für unsere Gäste auf. Wir starten erst, wenn das Wetter Ausblick auf ein Stündchen starkregenfreies Zeit gibt. Regen- und Wechselkleidung nicht vergessen. Im Anschluss laden wir im Trockenen zum gemeinsamen Abendessen ein. Wir freuen uns auf euch. Dieter und Claudi

Herzlich willkommen zum: Kiezwalk am Freitag, den 25. Juli 2025, Start ist im Willy-Kressmann-Stadion

Hier geht es zur Ausschreibung: siehe PDF, BT-LA DLV Abzeichenabnahme-2025

DLV_Abzeichenabnahme 2025_BT-LA_2_Seiten

Wir bieten euch zusätzlich am Veranstaltungstag an die Diziplinen Standweitsprung, Medizinballwurf und Seilsprung zu prüfen. Es werden mehrere Sportabzeichenprüfer*innen vor Ort sein. Bitte bekundet euer Interesse mit der Meldung zur Veranstaltung. Das DLV-Abzeichen ist in der Disziplinengruppe Ausdauer für das Sportabzeichen(DSA) anerkannt.
Durch die Vorlage des Ausweises oder Urkunde für das Laufabzeichen der Stufen 4 (90min) oder Walking und Nordic-Walkingabzeichen der Stufe 3 (120min) gilt im Jahr der Ausstellung die Prüfung auf der Leistungsebene Gold als absolviert. Für alle, die zwei Stunden W/NW absolvieren möchten ist der Start bereits um 16:30 Uhr.

Herzliche Grüße vom BT-LA-Team

DLV „Tag des Laufens“ Laufabzeichenabnahme (+ Walkingabzeichen) am Mittwoch, den 4. Juni 2025 Infos, siehe PDF-Link.

DLV_WalkingAbzeichen Freitag, 19. Juli 2024, hier geht’s zum Bericht, siehe Link

DLV Abzeichen 120min Walken

Nächster Kiezwalk am Freitag, den 19. Juli 2024

DLV Lauf- & Walkingabzeichen-Abnahme Start um 17:00 Uhr

Liebe Walkingfans,

auf zum Präventions-Bonuspunkte sammeln, die X-Berger Alpen rufen euch! Unsere nächste **DLV Walkingabzeichen** Abnahme findet am **Freitag, den 19. Juli 2024** im Kressmannstadion statt. Start ist um 17:00 Uhr.

Stufe 3- 120 Minuten (NW)/ Walken, kann für das Sportabzeichen des DOSB als Ausdauerleistung **Leistungsstufe Gold** anerkannt werden.

Wir freuen uns auf euch und grüßen herzlich

Dieter & Claudia + BT-LA-Team

Ausschreibung,Seite 1 von 2, siehe Link: DLV_Abzeichenabnahme-2024 BT-LA

DLV_Abzeichenabnahme 2024_BT-LA

Ausschreibung,Seite 2 von 2, siehe Link: Teilnahmebedingungen, DLV_Abzeichenabnahme-2024 BT-LA

TagDesLaufens_BT-LA_A5

Wir waren dabei, beim Tag des Laufens am Mittwoch, den 5.Juni 24! Ein gut gelauntes Warm up und eine Geburtstagsständchen zum Beginn und die tollen Startnummer, beim Training (?) bereiteten eine ganz besondere Stimmung! So gingen alle gut gelaunt an den Start um die Dauerlaufdisziplin für das Sportabzeichen bei einem lockeren Läufchen zu absolvieren. Für die Jüngsten und die Kinder der Schul AG als Haupttrainingteil, für unsere Leichtathlet*innen als Warm Up. Das Wetter sorgte dann nach 20 Minuten für eine Planänderung: Durch einen starken Regenschauer, schwammen unsere restlichen Pläne davon… Wir mussten unseren hochmotivierten Nachwuchs gerade zu zwingen, eine Regenpause einzulegen. Unserer erfahreren Wettkämpfer*innen trainierten jedoch weiter um sich auf zum Beispiel OL- und Mehrkampfwettbewerbe vorzubereiten. Ein echter Sportler*in lässt sich doch von Regen nicht abhalten

Auf der „tagdeslaufens“-Seite erfahrt ihr wie ihr ein Signal fürs Laufen setzen könnt und unterstützt gleichzeitig Wiederaufforstungsprojekte in Deutschlands Wäldern. Anmeldung und Teilnahmebedingungen: https://www.tagdeslaufens.de/anmeldung

BT-LA Walkingtreff am 8.März 2024

hier geht es zum Bericht, siehe Link

BT-LA Walkingtreff am 8.März mit Gästen von den Kiezwalkern. Unseren Walkingtreff gibt es jeden Freitag um 17:00 Uhr. Mitstreiter*innen sind herzlich willkommen.

29.10.23 Wanderung durch den Kreuzberger Kiez zum Tag der offenen Tür OHL

Kreuzberger KiezWalk zum Tag der offenen Tür OHL

Kiezwalk/ Gruselwalk am 29. Oktober 2023

Happy Birthday, liebe BT! Unsere DLV-Walkingabzeichen-Abnahme, fand im Rahmen der BT-Jubiläumsfeier am Tag der offenen Tür „DIE TURNHALLE“ Ohlauer Straße statt.

29.10.2023, hier geht es zum Bericht, siehe Link

Ausschreibung, Seite 1 von 2, siehe Link/ PDF: DLV Abzeichenabnahme-2024 BT-LA

DLV_Abzeichenabnahme 2024_BT-LA

Berlin, 14.Juli 2023 DLV Walkingabzeichen Abnahme, schön war’s mit euch!

Berlin, 14.Juli 2023 DLV Walkingabzeichen Abnahme

Und hier noch ein paar Daten für die Statistikfans: Es haben 23 Frauen und 4 Männer zusammen 12 x 30 Minuten und 15 x 60 Minuten Walkingabzeichen absolviert. Unsere Gäste kamen aus verschiedenen Walking-Gruppen: Wandergruppe Spandau, Seniorenreisegruppe Reimer, Kiez Walker, Stolpertruppe, ehemalige RBB Laufbewegung und die betreuenden BT – Walker vom Lauf- & Walking-Treff am X-berg.

Vorankündigung: Unsere nächste Abzeichenabnahme ist für Sonntag den, 29.10.2023 beim Tag der offenen Tür in der TURNHALLE/ Ohlauer Straße geplant. Wir freuen uns auf euch! Herzliche Grüße vom BT-LA-Team. Dieter & Claudi

10 Jahre Turnhalle, wir waren dabei, Kiezwalk 22

KiezWalk am 21.05.22, Happy Birthday, liebe TURNHALLE! Unsere DLV-Walkingabzeichen-Abnahme 2022, fand im Rahmen der BT-Jubiläumsfeier 10 Jahre „DIE TURNHALLE“ am Samstag, 21. Mai 2022 in der Ohlauerstraße 24, 10999 Berlin statt.

Foto: Jasmin Röhner

BT-Walkingabzeichen 2019

Informationen zum Sportabzeichen 2020

Sanftes Laufen, Walken und Nordic Walken zum Ausprobieren 2020

Liebe Eltern, liebe Interessierte, unser Lauf- und Walkingtreff lädt wieder herzlich zum sanften Ausdauertraining unter fachlicher Anleitung von Sportlehrerin Claudia Becker ein. Für alle die es mal ausprobieren oder ihre Technik verbessern möchten. Freitag am **18. September** von **17:30-18:30 Uhr** an. Das Angebot ist kostenlos. Das BT-LA-Team freut sich auf euch

DLV Walkingabzeichen 2017; Zahlreiche Walker sind dem Aufruf gefolgt und machten in den „Kreuzberger Alpen“ ihr Walkingabzeichen :)

DLV- Lauf- & Walkingabzeichen-Abnahme

Liebe Lauf- und Walkingfans,

die X-Berger Alpen rufen euch! Unsere nächste DLV Laufabzeichen Abnahme findet am **Montag, 17. Juli 2017** statt/ Start ist um 17:30 Uhr im Willy-Kressmann-Stadion (ehm.Katzbachstadion)/Eingang Dudenstraße

Wir freuen uns auf euch und grüßen herzlich

Claudia + BT-LA-Team

DLV Walkingabzeichenabnahme 2015

Kurse 2017

Unsere aktuelle Präventionskurse mit Kassenanerkennung. Für alle, die ihre guten Vorsätze endlich umsetzen wollen!

Zertifizierte Präventionsangebot der Zentralen Prüfstelle Prävention gemäß § 20 Abs. 1 und 2 SGB V/ (80% bis100% Rückerstattung)

Lauftraining – Laufkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger