

Sportangebote für Frauen mit schmalem Budget

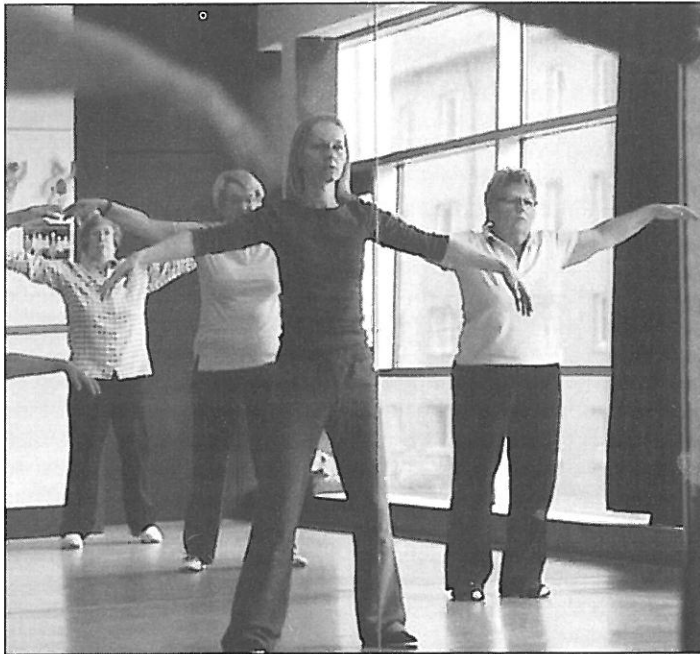
Bewegung günstig und nah – von Frauen für Frauen

Ab 13.09.2011 gibt es wieder attraktive und günstige Sportangebote für Frauen mit Bewegungslust, aber schmalem Budget. FIT Regensburg- Frauenintegration durch Sport mit Spaß hat das neue Kursprogramm 2011-2 herausgebracht.

FIT Regensburg ist ein Gemeinschaftsprojekt von Amt für Stadtentwicklung, AWO Familienzentrum Humboldtstraße, Beratungsstelle für Alleinerziehende der Diakonie, Familientreff Nord – SAK e. V., Gesundheitsamt, Gleichstellungsstelle, Integration durch Sport im BLSV, Interkulturelles Zentrum der KJF, Regensburger Badebetriebe und Stadtteilprojekt Burgweinting. In 2011 wird das Projekt gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit.

Primär geht es darum, Frauen mit wenigen finanziellen Mitteln, aber auch Frauen ohne Schulabschluss, mit Migrationshintergrund und Arbeitslose an Sport und Bewegung heranzuführen.

Schon seit 2008 gibt es das Projekt FIT Regensburg, das durch verschiedene Regensburger Frauenorganisationen und Einrichtungen entwickelt wurde. Unterstützung leistete damals das Sportinstitut der Universität Erlangen mit dem Projekt BIG - Bewegung als Investition in Gesundheit. Seitdem kommt 2-3mal jährlich ein neues Programm heraus.



Das Besondere an diesem Angebot ist die Wohnortnähe, d.h. die Angebote wie z. B. „Qi Gong“, „Tanzen tut mir gut“ oder ein Radfahrernkurs finden in acht verschiedenen Stadtteilen bzw. an verschiedenen Veranstaltungsorten statt. Die Frauen haben so keinen weiten Weg zurückzulegen und können in ihrer gewohnten und vertrauten Umgebung bleiben. Bei Bedarf wird bei einigen Kursen auch professionelle Kinderbetreuung angeboten, um Müttern ohne eigene Kinderbetreuung die Möglichkeit zu geben, an den Kursen teilzunehmen.

Die Sportangebote sind sowohl für Anfängerinnen als auch für Fortgeschrittene geeignet. Das Kursprogramm ist veröffentlicht: www.landkreis-regensburg.de/fitflyer.htm oder www.regensburg.de/sixcms/media.php/121/fit_2011_2.pdf Nähere Infos gibt es bei den einzelnen Veranstalterinnen oder: Adolfine Schade, Landratsamt Regensburg-Gesundheitsamt, Tel. 0941 4009 752

FIT 11 (Karina Viehbacher) Fahrradkurs für Frauen
 Beginn: Ende September 8 Termine (genauerer erfragen)
 Treff: Bürgertreff Süd-Ost, Walderdorffstr. 13b
 Anmeldung: Integration durch Sport (IDS) Tel. 2972616
 oder Karina Viehbacher, Tel. 0151/17 66 54 01

Offener Treff PHÖNIX und Freundeskreis

Wir treffen uns einmal monatlich an wechselnden Orten. Unser nächstes Treffen ist am **Donnerstag, dem 22. September 2011 um 18:30 Uhr**. Der Ort wird auf unserer Homepage bekannt gegeben und kann bei PHÖNIX erfragt werden.

Angesprochen sind Menschen mit und ohne Behinderung zum gegenseitigen Kennenlernen, Erfahrungsaustausch und „Ratschen“.

PHÖNIX e.V.

Hilfe und Beratung für behinderte Menschen
 Tel.: 0941 560938, www.phoenix-regensburg.de

