

Fitness für Frauen- Schwimmkurs in Großostheim sofort ausgebucht

Ringheim. (eB) "In meiner Jugend gab es noch kei-
allgemeinen Schwimmstunden in der Schule und
nach habe ich es auch nicht mehr gelernt" oder "In
einem Herkunftsland gibt es überhaupt keinen or-
nisierten Schwimmunterricht, es ist toll, dass es so
was in Deutschland gibt": So oder ähnlich begrün-
den die 16 Frauen zwischen ca. 40 und 70 Jahren ihr
teresse für den ersten Großostheimer Erwachse-
nenschwimmkurs. Der erst letzte Woche Donnerstag
gekündigte Schwimmkurs für Frauen im Pro-
jekt "Fitness für Frauen" (FFF) des Mosaik Mehrge-
nerationenhauses war nach zwei Tagen komplett
ausgebucht. Es wurde auch nötig, sofort einen zwei-
ten Kurs ab 15.00 Uhr an den ersten Sonntagstermin
ab 14.00 Uhr anzuhängen, sonst hätte der Bedarf
nicht im Geringsten gedeckt werden können. Auch
die Anzahl der Frauen pro Kurs wurde angehoben,
obwohl es noch eine Warte- bzw. Nachrücker-
liste gibt. Ab der neuen Hallenbadsaison im September
sollte ein weiterer Kurs angeboten werden.

Frauen aus Großostheim, Ringheim, Wenigumstadt,
Schaffenburg, Schaafheim, Mainaschaff und Klein-
ostheim zeigten Interesse am Schwimmen lernen
und sind sehr froh, dieses seltene Angebot nah an
ihrem Wohnort wahrnehmen zu können. Die Frauen
sind gebürtig aus Syrien, dem Irak, der Türkei, Bra-
silien, Polen und direkt aus Deutschland.

Mit Stefan Regh als Vorsitzendem der DLRG
Schaffenburg konnte ein erfahrener Schwimmleh-
rer gewonnen werden. Der Markt Großostheim stellt
ein Hallenbad im Dellweg dankenswerterweise ko-
stengünstig zur Verfügung, so dass die Preise mit 50,-€
für eine Normalzahlerin und 25,-€ als ermäßigtem
Beitrag gering gehalten werden konnten. Denn bei
"FFF" geht es darum, möglichst vielen Frauen einen
leichteren Zugang zu Bewegungsangeboten nach ihren
Wünschen zu ermöglichen. Besondere Aufmerksam-
keit wird dabei auf Frauen gelegt, die lange Zeit we-
g für ihre körperliche Fitness getan haben oder die
keine geeigneten Angebote gefunden haben, weil sie
sich in den üblichen Angebotsstrukturen von Verei-

nen, Krankenkassen, VHS oder kommerziellen An-
bietern nicht auskennen oder diese für sie zu teuer
sind.

Auch die Zeit am Sonntagnachmittag erweist sich
entgegen den Befürchtungen des Veranstalters (aber
eine andere Zeit war im Wochenverlauf nicht frei)

als sehr günstig für alle Frauen. Viele kennen sich
schon von der Frauenbadezeit oder der Wassergym-
nastik, nur dass sie bei aller Liebe zur Bewegung im
Wasser noch nicht schwimmen konnten.
Bernd Noack, Projektbetreuung