

Trainieren und Freundinnen finden

Die Aktion FIT Regensburg bietet Sportangebote für Frauen mit wenig Geld

Regensburg. Ab Januar 2016 können Frauen, die sparsam haushalten müssen, wieder an kostengünstigen Sportangeboten des Kooperationsprojekts FIT Regensburg teilnehmen.

Angesprochen werden Frauen mit und ohne Migrationshintergrund mit geringem Familieneinkommen, zum Beispiel Alleinerziehende, Arbeitslose, Hartz-IV-Bezieherinnen oder Teilzeitbeschäftigte. Die Kurse sind für Anfängerinnen und für Fortgeschrittene geeignet. Angeboten werden zum Beispiel Zumba, Frauenfitness, Yoga oder Bodyforming. Außerdem gibt es diesmal wieder einen Fahrradtreff, bei dem Fahrräder bei Bedarf gestellt werden.

Die Sportangebote sind bei zwei Kursen mit Kinderbetreuung, bei drei Kursen gibt es eine Spielecke, in der sich die Kinder selber beschäftigen können. FIT Regensburg steht für Frauenintegration durch Sport mit Spaß und läuft erfolgreich seit 2008 in vielen Regensburger Stadtteilen. Seit Oktober öffnet das Hallenbad in der Gabelsbergerstraße wieder seine Pforten für das wöchentliche Schwimmangebot für Frauen und Mädchen ab zwölf Jahren. Zwei- bis dreimal jährlich erscheint ein neues Programm. Derzeit sind bei FIT beteiligt: a. a. a. Initiativen für Menschen mit Ein- und Zuwanderungshintergrund e.V., AWO Familienzentrum Humboldt-



Das interessante Sportangebot richtet sich sowohl an Anfängerinnen als auch an Fortgeschrittene.

straße, EJSA Familienzentrum, Familientreff Nord – SAK e.V., Gesundheitsamt, Gleichstellungsstelle der Stadt Regensburg, Integration durch Sport Regensburg/BLSV, Jugend- und Familienzentrum Kontrast, Regensburger Eltern-Kind-Zentrum REKiZ, die Regensburger Badebetriebe GmbH, die Stadtteilprojekte Burgweinting, Humboldtstraße und Ost, die Volkshochschule der Stadt sowie WIR Willkommen in Regensburg. FIT wird gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege.

Den Programmflyer gibt es bei den Kooperationspartnern sowie in den Bürgerbüros und auf der Homepage des Landratsamtes unter www.landkreis-regensburg.de (Landratsamt – Bürgerservice – Gesundheit) und der Gleichstellungsstelle der Stadt Regensburg unter www.regensburg.de (Suche - FIT Regensburg 2016). Weitere Informationen bei den jeweiligen Veranstaltern und bei Adolfine Schade, Landratsamt-Gesundheitsamt, Telefon 0941/400 9752, E-Mail: sozialdienst@landratsamt-regensburg.de