

„Big“-Projekt geht in die zweite Runde

Der TV 1848 bietet einen um Aqua Fitness und Fitnesstraining erweiterten Kursblock

Neues vom „Big“-Projekt (Bewegung als Investition in Gesundheit; *wir berichteten ausführlich*): Der erste Kursblock im Sportverein ist erfolgreich zu Ende gegangen. Günther Beierlorzer, Sportlehrer beim TV 1848 und Ansprechpartner für das Institut für Sportwissenschaft und Sport (ISS) an der Uni Erlangen, das das Projekt entwickelt und begleitet, bietet mit seinem Verein ein zweites erweitertes Kursangebot an.

Das „Big“-Projekt soll sportferne Frauen, die sich womöglich noch in einer schwierigen Lebenssituation befinden, motivieren, sich zu bewegen. Ausgewählt wurden dafür drei „Settings“, also „Lebenswelten“, in denen die Frauen zu mehr Bewegung angeleitet werden in der Hoffnung, dass die einzelnen Aktivitäten zu Selbstläufern werden und die Nachhaltigkeit auch ohne Betreuung

besteht. Gestartet ist das Projekt im Anger-Viertel mit Frauen, die einen Migrationshintergrund haben, das zweite Setting war der Sportverein, das dritte die Firma Siemens.

Zielgruppe sind in jedem Fall Frauen mit Mehrfachbelastung im Beruf und in der Familie, die mit einem passenden Bewegungsangebot zum körperlichen Ausgleich animiert werden sollen. Passend heißt, die Möglichkeiten, Sport zu treiben, müssen auch für Anfänger geeignet und finanziell erschwinglich sein. Kinder werden betreut, während Mama sportelt.

Interessierte Frauen können sich an Svetlana Forr wenden, die ab sofort als Ansprechpartnerin zur Verfügung steht. Sie hält dienstags von 15 bis 17 Uhr Sprechstunde im Projektbüro „Integration durch Sport“ in der Donato-Polli-Straße 2b in Büchenbach (Tel. 48 08 90).

Zu den Kursen „Sanfte Bewegung“ (Do., 16.15 bis 17.15 Uhr) in der Hedenusschule und „Fit mit Spaß“ (Di., 17 bis 18.30 Uhr in der Hedenusschule) kommen als neue Angebote „Aqua Fitness“ (Fr., 17.30 bis 18.30 im Schwimmbad der Kopf-klinik) und Fitnesstraining im Gesundheitszentrum TV Vital in Büchenbach (Do., 14 bis 16 Uhr). Betina und Daniela Große sowie Svetlana Forr haben eine spezielle Ausbildung für Gesundheitssport. Sie leiten diese Kurse, die ab 26. September beginnen. Interessierte, die erst mal reinschnuppern wollen, sind willkommen. Speziell für die Herbstangebote hat der TV 48 ein Faltblatt mit einem russischen, einem türkischen und einem spanischen Einleitungstext erstellt. Es kann über Svetlana Forr oder die Geschäftsstelle des TV 48 unter Tel. 42911 angefordert werden. CHRISTIANE BENESCH