

# FIT: Das ist Frauenintegration mit viel Sport, Spaß und Tanz

Mittelbayerische Zeitung vom 6.02.09

**INTEGRATION** Sport bringt einiges in Bewegung. Deshalb gibt es FIT: ein Angebot an Frauen aller Kulturen, Kontakte zu anderen Frauen zu knüpfen und gemeinsam Spaß an Sport zu haben.

VON HEINZ KLEIN, MZ

REGENSBURG. BIG war die Probephase im vergangenen Jahr, und die war ganz schön erfolgreich, sagen die Veranstalter. BIG stand für Bewegung als Investition in die Gesundheit: Ein Angebot von Frauen für Frauen in schwierigen Lebenslagen (niederes Einkommen, Migrationshintergrund, alleinerziehend, arbeitslos). Die Gymnastik- und Tanzkurse fanden viel Anklang. BIG wurde unter der Moderation des Erlanger Sportinstituts erprobt und vom Freistaat gefördert. Und heuer stricken die Veranstalter nun weiter an diesem Erfolgsprogramm.

FIT heißt das Programm 2009, das sich wiederum an Frauen aller Kulturen, mit und ohne Migrationshintergrund, an Frauen mit geringem Einkommen und Alleinerziehende richtet. Damit Frauen dieses Angebot nutzen können, müssen die Schwellen ganz niedrig sein, betonen Marga Teufel (Gleichstellungsbeauftragte der Stadt), Agnes Sitzberger (Diakonie) Adolfine Schade (Landratsamt) und Ute Mockert vom Stadtteilprojekt Burgweinting. Also sind die Angebote wohnortnah, größtenteils mit Kinderbetreuungsangebot und mit 1,50 Euro Teilnahmegebühr pro Stunde auch finanziell erschwinglich.

„Salsa, Merengue, Lebensfreude“ war die Zugnummer des vergangenen



„Salsa, Merengue, Lebensfreude“ war der Renner im vergangenen Jahr. Die Kurse finden sich auch heuer im Programm wieder. Foto: Diakonie

Jahres, die vielen Frauen Freude gemacht hat. Deshalb findet sich dieser Kurs mehrmals im heurigen Angebot wieder, daneben Frauenfitness und Sport mit Musik und Spaß. Dazu gibt es Schwimmkurse für Frauen, die Rücksicht auf die besonderen kulturellen Bedingungen von Muslima nehmen, aber auch für alle anderen Frauen gedacht sind, die nicht in der Anwesenheit von Männern baden wollen. Ganz in diesem Sinne ist auch eine Ba-

dezeit für Frauen in Vorbereitung, die es voraussichtlich ab Mitte des Jahres im Hallenbad geben soll.

An Fit wirken mit: Gleichstellungsstelle der Stadt Regensburg, Landratsamt, Amt für Jugend und Familie, Soziale Stadt Regensburg, BLSV/Integration durch Sport, Arbeitskreis für ausländische Arbeitnehmer, Diakonie, Familientreff Nord/SAK, Interkulturelles Zentrum der KJF und der Ausländerbeirat.

## DAS KURSANGEBOT VON FIT

► **FIT 1: Fit mit Spaß** mit Lilia Danner: zehn Abende je Do. (18.30 bis 19.30 Uhr), Start 12. Februar im Bürgerhaus Humboldtstr. 34. Anmeldung (09 41) 6 98 57 54, Kosten: 15 Euro.

► **FIT 2: Salsa, Merengue, Lebensfreude** mit Idania Alonso Fuentes: fünf Abende je Di. (18.30 bis 19.30 Uhr), Start am 10. Februar im Bürgerhaus Humboldtstr. 34, Anmeldung (09 41) 6 98 57 54, Kosten: 7,50 Euro.

► **FIT 3: Frauenfitness** mit Nadja Schweigert: je Mi. 18 bis 19.30 Uhr, ab sofort, im Interkulturellen Zentrum Liebigstr. 8a. Anmeldung (09 41) 7 80 30 13

► **FIT 4: Fit mit Spaß** mit Lucia Pielmeier: zehn Vormittage je Do. (9.30 bis 11 Uhr), ab 12. Februar im Familientreff

► **FIT 5: Fit mit Spaß** mit Lucia Pielmeier: zehn Vormittage, je Di. (10.30 bis 11.30 Uhr), ab 10. Februar in der Halle SG Post/Süd, Kaulbachweg 31. Anmeldung: Integration durch Sport (IDS), Tel. (09 41) 943 25 10, regensburg@sportintegration.de, Kosten: 15 Euro.

► **FIT 6: Salsa, Merengue, Lebensfreude** mit Idania Alonso Fuentes: fünf Vormittage je Do. (10.30 bis 11.30 Uhr), ab 12. Februar, im JUZ Königswiesen, Dr.-Geßler-Str. 22, Info: (09 41) 507 11 40 oder 01 74 / 3 45 95 17, Veranstalter: Ausländerbeirat und Gleichstellungsstelle der Stadt, auslaenderbeirat@regensburg.de, Kosten: 7,50 Euro.

► **FIT 7: Sport mit Musik** mit Ewa Pietrus: je Di. (9 bis 10 Uhr), ab sofort beim

► **FIT 8: Salsa, Merengue, Lebensfreude** mit Idania Alonso Fuentes: fünf Nachmittage je Di. (15 bis 16 Uhr), ab 3. März im JUZ Utopia, Kirchfeldallee 3. Anmeldung: Stadtteilprojekt Burgweinting, Friedrich-Viehbach-Allee 3, (09 41) 507 17 65, Kosten: 7,50 Euro.

► **FIT 9: Salsa, Merengue, Lebensfreude** mit Idania Alonso Fuentes: für Alleinerziehende, sieben Nachmittage je Mi. (15.30 bis 16.30 Uhr) im „Wiener Haus“ der Diakonie, Schottenstr. 6, Anmeldung (09 41) 5 85 24 22, Kosten: 10,50 Euro.

► **FIT 10 und FIT 11: Schwimmkurse für Frauen** mit Mandy Seetzen-Orth, ab Mitte Februar, Schwimmhalle der Bischof-Wittmann-Schule, Johanne-Hösl-Str. 2. Anmeldung: Gleichstellungsstelle, Minoritenweg 8/7i, 90 409 41) 507 11 40.