

IdS Stützpunktverein – Styrumer TV

Der Styrumer Turnverein ist seit diesem Jahr auch Stützpunktverein im Bereich Integration durch Sport. Aufgrund des hohen Anteils von Migration im Stadtteil agiert er aber schon seit langer Zeit in diesem Feld. Der Stadtteil ist gelebte Integration und somit ist es dem Verein nicht schwer gefallen, direkt mit drei Projekten an den Start zu gehen. Zum einen bietet er speziell für Mütter mit und ohne Migrationshintergrund eine Stunde an, in der die Frauen im Vordergrund stehen sich sportlich um sich selbst zu kümmern. Die Übungsleiterin kümmert sich um die Erlangung neuer Kenntnisse sowohl im sprachlichen als auch im sportlichen Bereich. Während dieser Zeit steht die Möglichkeit zur Verfügung, Kinder die noch ohne Betreuungsangebot sind, in die Kinderbetreuung vor Ort zu geben. Der Spaß an der gemeinsamen Bewegung steht im Vordergrund und die Sprachkenntnisse werden fast nebenbei verbessert. Die Frauen sollen mit einem breiten Spektrum an Bewegungsmöglichkeiten in Kontakt kommen, um später die anderen Kurse im Verein nutzen zu können. Viele der Frauen besuchen deshalb auch das zweite neu gestartete Angebot. Einmal in der Woche wird der Walkie-Talkie Lauftreff angeboten. Auf der etwa 7 km langen Strecke kommen die Frauen ins Gespräch und manchmal auch ganz schön ins Schwitzen. Auch zu dieser Gruppe werden Kinder ohne Betreuung einfach im Kinderwagen bzw. auf dem Lauf- oder Fahrrad mitgenommen. Bei netten Gesprächen unter Gleichgesinnten vergeht die Zeit meist wie im Flug.

Des Weiteren wurde ein Kurs zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung von Frauen an den Start gebracht. Dieses Angebot lief anders als die beiden anderen Kurse im Workshop Format über 6 Einheiten. Im Mittelpunkt des Trainings stand das Erlernen eines selbstbewussten Auftretens durch Schulung der Körperhaltung, des Blickkontaktes und der Stimme. Die Übungen zu den Selbstverteidigungstechniken von frauenspezifischen Angriffen machten den Teilnehmerinnen ebenfalls viel Spaß. Alle Teilnehmerinnen waren am Ende des Kurses begeistert, sich angemeldet zu haben und viel für sich persönlich getan zu haben.

