



Medien-Information

Projekt „GIB“ bietet neuen ÜL-Lehrgang an

Rheingau-Taunus-Kreis – (MRM) Das Projekt „GIB – Gemeinsam Integration Bewegungen“ bietet im ersten Halbjahr 2015 im Rheingau für Frauen mit Migrationshintergrund eine Ausbildung zur Übungsleiterin an. Dieses Projekt wurde vor mehr als fünf Jahren vom Sportkreis Rheingau-Taunus und dem Turngau Mitteltaunus ins Leben gerufen. Projektverantwortliche sind Manfred Schmidt (Sportkreisvorsitzender) und Rolf Byron (Vorsitzender des Turngaus).

Die Ausbildung zur Übungsleiterin C Breitensport (DOSB) mit Schwerpunkt Erwachsene, Ältere und Kinder beginnt am Samstag, den 28. Februar 2015 in der Sporthalle im Bürgerzentrum in Oestrich-Winkel (dort finden alle acht Ausbildungsabschnitte statt). Die Ausbildung umfasst 150 Stunden (jeweils samstags von 8 bis 16 Uhr und sonntags von 8 bis 14 Uhr), die Teilnahme ist kostenreduziert, sodass die Kursgebühren bei 120 Euro liegen. Bei Bedarf wird im Vorfeld ein sportorientierter Sprachkurs angeboten. Die praktische und theoretische Prüfung ist am 20. und 21. Juni 2015 geplant.

Der Lehrgang beinhaltet theoretisches Fachwissen sowie praxiserprobte Angebote. Dazu gehören funktionelle Gymnastik, Kraft, Ausdauer, Koordination, sensomotorisches Training, Aerobic, Pilates sowie Entspannungsverfahren und Ernährung. Es werden auch neue Trends der Fitness und Gesundheitsszene aufgegriffen. Dabei basieren die Ausbildungsinhalte auf der ganzheitlichen Gesundheitsförderung für die Zielgruppen Erwachsene, Ältere und Kinder.

Voraussetzungen für die Teilnahme:

- Vollendung des 17. Lebensjahres,
- Mitgliedschaft in einem Sportverein und anschließend 2 Jahre aktive Mitarbeit im Sportverein,
- Ärztliches Attest zur Bescheinigung der Sporttauglichkeit und
- Erste-Hilfe-Kurs (16 Stunden)

„Wir machen die Teilnehmerinnen im Rahmen der Ausbildung fit und fördern die Freude an Bewegung“, betont Schmidt. „Die Frauen entwickeln sich weiter und eröffnen sich neue Perspektiven.“ „Der Schwerpunkt der Ausbildung liegt in der Chance zur persönlichen und sozialen Entwicklung sowie dem Erwerb von Interkultureller Kompetenz verbunden mit gesellschaftlicher Anerkennung“, unterstreicht Byron.

Weitere Informationen und Anmeldung bei:

Meral Qajraoui (0157) 33 21 24 16, Manfred Schmidt (0171) 5 53 22 15 oder Rolf Byron (0151) 58 72 67 60