

## Best-Practice im STB

Sieben Pilotvereine durften der STB auf ihrem Weg der interkulturellen Öffnung begleiten. Drei davon überzeugten mit viel Offenheit, neuen Kooperationsansätzen und vor allem Durchhaltevermögen. Die TSG Ehingen 1848 e.V., der TSV Waldenbuch und die TSG 1873 Eislingen e.V. setzten sich aktiv für die Integration von Migrantinnen ein und bieten über die Laufzeit des Projekts hinaus ihre Angebote an, um die Integration in ihrem Verein weiter voran zu bringen.



TSV Ehingen 1848 e.V.

### TSG Ehingen 1848 e.V. – Step-Aerobic-Kurs

Die TSG Ehingen 1848 e.V. ist ein Verein mit rund 2000 Mitgliedern und bietet in 15 Abteilungen ein vielfältiges Sport- und Freizeitangebot in zahlreichen Sportarten an. Im Rahmen des Projekts *aktiF* bietet die TSG gemeinsam mit dem Amt für Bildung, Jugend und Soziales der Stadt Ehingen, dem Ortsverein Ehingen des Deutschen Kinderschutzbundes und der Volkshochschule (vhs) Ehingen einen Step-Aerobic-Kurs speziell für Frauen an. Dabei haben die Organisatorinnen große Rücksicht auf die Privatsphäre der Teilnehmerinnen genommen und den Kurs in einem geschützten Raum angeboten. Das Angebot wurde von den Teilnehmerinnen sehr gut angenommen, weshalb ein zweiter Kurs ins Leben gerufen wurde. Gymnastik und Entspannung stand in diesem auf dem Programm. Dank des breiten Kooperationsnetzwerks und zwei begeisternden Trainerinnen sind die Kurse so gut besucht, dass Überlegungen für einen dritten im Raum stehen.

Praktische Tipps aus erster Hand für euren eigenen Verein erhaltet ihr in folgendem Video:

 [aktiv-bw.de/die-vereine/tsg-1848-ehingen-ev](https://www.youtube.com/watch?v=aktiv-bw.de/die-vereine/tsg-1848-ehingen-ev)

### TSG 1873 Eislingen e.V. – „Bewegte Pause“

Die TSG 1873 Eislingen e.V. ist mit 24 Abteilungen, drei vereinseigenen Sportstätten und über 2100 Mitgliedern der größte Sportverein im Turngau Staufen. Gemeinsam mit dem benachbarten IB-Bildungszentrum Eislingen entwickelte die TSG ein niederschwelliges Konzept für eine bewegte Unterrichtspause. Hierbei besucht eine Trainerin der TSG einmal die Woche den Unterricht und macht mit zwei Schulklassen je 15 Minuten Sport. Ein großer Vorteil ist, dass das Bewegungsangebot direkt im jeweiligen Unterrichtsraum stattfindet und somit jeder einfach mitmachen kann. Die Teilnehmenden Migrant/innen, die in sprachlicher und beruflicher Hinsicht gefördert werden, kamen dadurch oftmals zum ersten Mal mit dem Thema



Die „Bewegte Pause“ von der TSG 1873 Eislingen e.V.

Sport in Berührung. Anfängliche Vorbehalte bei den Schüler/innen wurden schnell aufgehoben. Jetzt freuen sich die Schüler/innen auf die Bewegung zwischen den Unterrichtseinheiten. Auch die Lehrer ziehen ein positives Fazit. Die *Bewegte Pause* lockert den Schulalltag auf und bringt willkommene Abwechslung. Grund genug für die Kooperationspartner, die bewegte Pause auch im neuen Schuljahr fortzuführen.

### TSV Waldenbuch – Gymnastikkurs

Vom Leistungssport über den Breitensport bis hin zu Gesundheits- und Rehasportangeboten können sich beim TSV Waldenbuch Individualsportler und Mannschaftssportler austoben. Mit 1888 Mitgliedern in 13 Abteilungen ist der TSV der größte Sportverein in Waldenbuch. Unter diesen Mitgliedern befinden sich viele Männer, Frauen und Kinder unterschiedlicher Kulturen. Seit 2017 gibt es außerdem einen *aktiF*-Fitnesskurs, der mit funktioneller Gymnastik und Entspannungsübungen vor allem sportlichen Neueinsteigerinnen mit Migrationshintergrund Lust auf Bewegung machen soll. „Bei der Arbeit mit Migrantinnen ist es

wichtig, diese persönlich anzusprechen und Geduldmizubringen. Es kommen nicht immer direkt Unmengen an Frauen, wenn man einen neuen Kurs anbietet. Außerdem ist es wichtig, den

geschützten Raum anzubieten. Hierauf legen die Frauen großen Wert“, sagt Ulrike Deinaß, Verantwortlich für die Sparten Prävention und Rehasport beim TSV Waldenbuch. Aus diesem Grund wurde großen Wert auf die Privatsphäre während des Kurses gelegt, sodass auch gläubige Musliminnen die Teilnahme erleichtert wurde. Zu Beginn richtete sich der Kurs speziell an Frauen aus der benachbarten Flüchtlingsunterkunft. Mit der Zeit konnte über den örtlichen Moscheeverein auch eine Gruppe von Frauen begeistert werden, die bereits seit mehreren Jahren in Deutschland lebt, aber den Weg noch nicht in den Sportverein gefunden hat. „Mittlerweile hat sich eine zunehmend gemischte Gruppe gebildet, die den Kurs regelmäßig besucht“, so Deinaß. Inzwischen gehört der Kurs fest zum Programm des TSV und soll auch nach dem Projekt von *aktiF* fortgeführt werden. „Wir wollen in Zukunft neue Frauen auch aus anderen Kulturen gewinnen und sie für Sport begeistern. Aus diesem Grund öffnen wir die Kurse auch für Nicht-Mitglieder unseres Vereins. Dadurch wird die Hemmschwelle verringert und es kommen mehr Frauen.“ Als Fazit aus drei Jahren Projekterfahrung zieht Deinaß: „Es ist nicht einfach die Frauen zum Sport zu bewegen und man muss die eigene Erwartungshaltung an die Teilnahme und Verlässlichkeit runterschrauben, aber wenn man die Frauen für sein Angebot begeistern kann, bekommt man sehr viel zurück. Es ermöglicht einem eine ganz neue Sicht auf die Dinge und man kann auf jeden Fall von den anderen Kulturen profitieren.“ Neben dem Kurs wurde zudem ein „Special für Frauen“ angeboten.

Einen ganzen Tag verbrachten Migrantinnen, aber auch Einheimische mit Qi Gong, Pilates und Kanga-Training. Auch für die Kinder war an diesem Tag gesorgt. Diese konnten sich unter Aufsicht in einem anderen Hallenteil austoben. //



Ulrike Deinaß, Verantwortliche für die Sparten Prävention und Rehasport beim TSV Waldenbuch.



Beim Gymnastikkurs hatten die Frauen immer viel Spaß.



Die Teilnehmerinnen des Gymnastikkurses vom TSV Waldenbuch.