

356 Teilnehmerinnen aus 117 Vereinen dabei

Frauensporttag punktet in bewährter Weise mit neuen Trainingsansätzen



Das Programm hat in bewährter Weise überzeugt: Die Teilnehmerinnen des Frauen Sport Tags. Foto: RSB Hannover

LANGENHAGEN. Ein Tag voller Bewegung, Begegnungen und neuer Erfahrungen wurde beim Frauen Sport Tag des Regionssportbundes Hannover, kurz RSB, in Langenhagen realisiert. 356 Frauen kamen zusammen, um gemeinsam Sport zu treiben, neue Angebote auszuprobieren und einen Tag lang Zeit für sich selbst zu haben. 20 verschiedene Bewegungs- und Sportangebote standen zur Auswahl. 97 Teilnehmerinnen waren zum ersten Mal dabei. Sie nutzten die Gelegenheit, neue Sportarten kennenzulernen, verschiedene Angebote auszuprobieren und Ideen mitzunehmen.

Die jüngste Teilnehmerin war 16 Jahre alt und kam aus Großburgwedel. Die älteste Teilnehmerin war 80 Jahre alt und reiste aus Laatzen an. Das Durchschnittsalter lag bei 53,2 Jahren.

Die Motivation unter den Teilnehmerinnen war ganz unterschiedlich. So ist beispielsweise Vanessa aus Gießen nicht Mitglied in einem Sportverein, nahm aber bereits zum fünften Mal am Frauen Sport Tag teil. Für sie ist vor allem die Vielfalt des Angebots entscheidend. „Jedes Jahr gibt es neue Sportarten und Angebote, bei denen man sonst wahrscheinlich nie die Möglichkeit hätte, einfach mal reinzuschnuppern. Ich habe hier schon mehrfach Inspiration für Kurse bekommen, die ich anschließend bei mir zu Hause ausprobiert habe. Genau dafür ist der Frauen Sport Tag für mich da: Neues entdecken und einfach mal ausprobieren.“ Vanessa steht damit beispielhaft für die 155 Teilnehmerinnen, die in diesem Jahr ohne Vereinsmitgliedschaft dabei waren. Insgesamt waren 201 Teilnehmerinnen Mitglied in einem Sportverein.

Während einige Frauen den Frauen Sport Tag gerade erst für sich entdecken, gehören andere längst zum festen Kreis der Teilnehmerinnen. Monika Bielek, Marie-Luise Kolar und Dagmar von der Osten vom MTV Engelnbostel-Schulenburg waren bereits beim allerersten Frauen-SportTag vor 21 Jahren dabei. Seitdem haben sie zahlreiche Angebote ausprobiert und viele Veränderungen miterlebt. „Wir sind tatsächlich seit der ersten Stunde dabei – also seit 21 Jahren. Damals hat uns unsere Vereinsvorsitzende auf den Frauen Sport Tag aufmerksam gemacht.

Seitdem sind wir fast immer mit dabei gewesen, weil wir einfach gerne etwas Neues ausprobieren. Die Vielfalt, die tolle Organisation und die Atmosphäre machen den Tag für uns besonders.“ Die drei Teilnehmerinnen verbinden mit dem Frauen Sport Tag nicht nur sportliche Erfahrungen, sondern auch viele gemeinsame Erinnerungen. Und manchmal kann ein solcher Tag sogar neue Motivation geben: „Es gab zwischenzeitlich auch mal eine Durststrecke, aber dieses Mal hat uns der Frauen Sport Tag wieder motiviert, weiterzumachen.“

Mehr als 117 Vereine wurden von den Teilnehmerinnen genannt. Besonders stark vertreten waren der SC Langenhagen mit 17 Teilnehmerinnen, der SV Gehrden mit acht, der MTV Engelnbostel-Schulenburg mit sieben sowie der TSV Krähenwinkel-Kaltenweide mit sechs Teilnehmerinnen.

Für viele Vereinsaktive ist der Frauen Sport Tag eine Gelegenheit, neue Anregungen für die eigenen Gruppen zu sammeln. Sigrun Woltmann und ihre Tochter Linda Woltmann vom VfV Concordia Alvesrode sind selbst als Übungsleiterinnen aktiv und nutzen den Tag auch als Ideenbörse. „Wir sind beide Übungsleiterinnen und schauen natürlich immer, ob wir neue Ideen für unsere Gruppen mitnehmen können. Gerade bei ungewöhnlichen Angeboten bekommt man hier Inspiration, die man im eigenen Verein sonst vielleicht nicht bekommt. Aber ehrlich gesagt ist das gar nicht der einzige Grund, warum wir immer wieder kommen: Wir haben hier einfach einen tollen Tag, probieren gemeinsam neue Sachen aus und treffen viele nette Menschen.“

Der Frauen Sport Tag kann dabei auch zum gemeinsamen Vereinsausflug werden. Pamela Bender von der SG Wennigser Mark war bereits zum vierten Mal dabei – diesmal gemeinsam mit drei weiteren Personen aus dem Vorstand. „Wir kommen jetzt schon zum vierten Mal zum Frauen Sport Tag – inzwischen ist er für uns fast schon zu einem festen Vorstandsausflug geworden. Wir sind diesmal zu viert aus unserem Vorstand dabei. Natürlich schauen wir auch, welche Angebote es gibt und was wir vielleicht für unsere eigenen

Gruppen mitnehmen können. Aber wir wollen den Tag auch einfach gemeinsam genießen, Neues ausprobieren und Spaß haben.“

Von Aquajogging über Fitness- und Tanzangebote bis hin zu Beachhandball, Bogenschießen, Pickleball, Rope Skipping oder Selbstverteidigung reichte die Auswahl der insgesamt 20 Sport- und Bewegungsangebote. Die Angebote fanden unter anderem beim Sport Club Langenhagen, in der Wasserwelt, in der Sporthalle des Gymnasiums Langenhagen, in der IGS-Dreifeld-Halle sowie in der Sporthalle Langenhagen statt. Die Teilnehmerinnen konnten ihren Tag individuell zusammenstellen, zwischen verschiedenen Angeboten wechseln und dabei auch Sportarten kennenlernen, die sie im Alltag sonst vielleicht nicht ausprobieren würden. Damit auch Frauen mit kleineren Kindern teilnehmen konnten, wurde erneut eine Kinderbetreuung angeboten. Mehr als zehn Kinder wurden während des Frauen Sport Tags im Mehr-Generationen-Haus Langenhagen betreut.

Die meisten Teilnehmerinnen kamen aus Langenhagen (70) und Hannover (68). Darüber hinaus waren Frauen aus zahlreichen weiteren Kommunen der Region Hannover dabei. Die weitesten Anreisen hatten diesmal Teilnehmerinnen aus Gießen, Magdeburg und Ribbesbüttel.

Zum Abschluss des Tages bedankte sich Katharina Lika, RSB-Vorstand Sportentwicklung, bei allen Beteiligten und machte unter anderem auf das Präventionsangebot der BKK24 „Länger besser leben.“ aufmerksam. Teilnehmerinnen konnten sich im Rahmen des Programms und einer kurzen Befragung die Teilnahmegebühr von 15 Euro erstatten lassen.

Anschließend wartete ein kurzweiliger Impulsvortrag von Rettungssanitäter Alex Böning zur Ersten Hilfe bei Sportverletzungen auf die Teilnehmerinnen unterstützt von der BKK24. Ziel war es, vorhandenes Wissen aufzufrischen, die Angst vor Erster Hilfe zu nehmen und dazu zu ermutigen, im Ernstfall schnell und unkompliziert zu handeln. Die PECH-Regel, die stabile Seitenlage und der Druckverband gehörten zu den behandelten Themen.

Auch im Organisationsteam

fiel das Fazit positiv aus. Luise Zobel betonte, wie schön es sei, dass die Teilnehmerinnen den Tag entspannt erleben und zwischen den verschiedenen Veranstaltungsorten wechseln konnten. Besonders wichtig sei für sie aber die große Begeisterung der Frauen: „Was bei mir hängen bleibt? Dass wir weitermachen müssen. Die Frauen haben so viel Spaß an diesem Tag und können so viel ausprobieren. Und ich glaube, dass auch die Teilnehmerinnenzahl zeigt, dass wir damit den richtigen Weg gehen.“

Für ihren Kollegen Steffen Heber, Sportreferent (Sport- und Vereinsentwicklung) steht vor allem die Gemeinschaft im Mittelpunkt: „Beim 21. Frauen Sport Tag merkt man einfach, dass sich eine richtige Gemeinschaft entwickelt hat. Manche Teilnehmerinnen kommen immer wieder, man kennt sich mittlerweile und freut sich, sich jedes Jahr wiederzusehen.“ Sein Fazit: „Was bei mir hängen bleibt, ist genau diese Mischung aus Sport, Begegnung und Gemeinschaft.“

Vielleicht sitzt jetzt gerade die eine oder andere Teilnehmerin zu Hause, etwas müde, aber glücklich – mit vielen neuen Eindrücken und dem Gedanken: „Das mache ich wieder!“ Ein besonderer Dank gilt dem SC Langenhagen für die gute und engagierte Zusammenarbeit bei der Durchführung des FrauenSportTags. Ebenso bedankt sich der Regionssportbund Hannover bei der Stadt Langenhagen für die Möglichkeit, die verschiedenen Sportstätten und Räume für die Workshops nutzen zu können. Ein großes Dankeschön geht außerdem an das Mehr-Generationen-Haus Langenhagen für die kompetente und zuverlässige Unterstützung bei der Kinderbetreuung sowie an alle Referentinnen, Helferinnen und Helfer, die mit ihrem Einsatz zum Gelingen des Tages beigetragen haben.

Für Übungsleiterinnen gibt es zudem einen zusätzlichen Mehrwert: Die Teilnahme kann mit fünf Lerneinheiten (LE) für die Verlängerung der ÜL-C-Lizenz anerkannt werden. Zudem wird der RSB-FrauenSportTag in Langenhagen unterstützt und gefördert vom Landes Sport Bund Niedersachsen durch Mittel der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen sowie die Region Hannover und dem RSB-Partner, der Krankenkasse BKK24.

Mehr Wissen für alle, mehr Umweltschutz

LANGENHAGEN (NRA). Einen Namen hat die gGmbH noch nicht. Aber ihr Ziel ist klar: die Umsetzung von gemeinnützigen Umwelt- und Klimaprojekten in Langenhagen. Dafür arbeitet sie eng mit der Stadt Langenhagen zusammen, heißt es im Entwurf des Gesellschaftsvertrages der gGmbH.

Ziele und geplante Projekte werden im Vertragsentwurf deutlich – etwa die Unterstützung von lokalen Akteuren, Wissensvermittlung an Bürger und Bürgerinnen und die Umsetzung von Projekten zum Klima- und Umweltschutz. Der gGmbH kommt somit eine Rolle als wichtige Ansprechpartnerin in solchen Fragen zu. Außerdem plant die gGmbH, Beratungsangebote und Informationskampagnen zu entwickeln. Auch die Förderung von Umwelt- und Klimaschutzprojekten und von entsprechenden Maßnahmen gehört zu den Aufgaben. Im Fokus stünden dabei die Bereiche Wärme-, Strom- und Mobilitätswende sowie Umweltbildung, heißt es im Vertragsentwurf.

Bereits vor sechs Jahren hatte der Rat die Stadtverwaltung beauftragt, eigene Stadtwerke zu

gründen. Diese sollten unterschiedlichen Aspekten des Klimaschutzes gerecht werden. 2020 wurde im Rahmen dieser Forderungen beschlossen, eine gGmbH zur Umsetzung von Umwelt- und Klimaprojekten zu gründen. Jetzt, sechs Jahre später, ist es endlich so weit.

Aus einer Einlage von insgesamt 7 Millionen Euro an der Enercity Netz GmbH erhält die gGmbH eine jährliche fixe Dividende, mit der die geplanten Projekte finanziert werden sollen. Die Gründungskosten von circa 25.000 Euro übernimmt die Stadt Langenhagen. Nach deren Angaben werden die voraussichtlichen jährlichen laufenden Kosten der gGmbH mit einer Höhe von 10.000 bis 15.000 Euro recht gering sein. Die gGmbH soll sich ausschließlich aus der fixen Dividende finanzieren und so den städtischen Haushalt nicht belasten.

Die Gründung der gemeinnützigen GmbH wurde von der Stadt beschlossen. Die Kosten für diese sind laut Kommune im Haushaltsplan für 2026/2027 berücksichtigt. Nun steht noch die Prüfung der Gemeinnützigkeit der gGmbH durch die Finanzverwaltung an.

Ella und der grüne Prinz

LANGENHAGEN. Ein Prinz, ein Waldschrat und ein Mädchen mit ganz eigenen Träumen: Das Figurentheater Die Roten Finger bringt am Donnerstag, 22., und Freitag, 23. Oktober, das Märchen „Ella und der grüne Prinz“ ins Haus der Jugend Langenhagen.

Ella lebt mit ihrer Stiefmutter in einem kleinen Haus im Wald. Während sie dort putzen und im Haushalt helfen muss, träumt sie davon, die Welt zu entdecken, Sprachen zu lernen und ein Instrument zu spielen. Der Prinz, der eines Tages vor ihrer Tür steht, hat all diese Möglichkeiten – interessiert sich aber viel mehr für die Natur. Unterdessen verfolgt die Stiefmutter eigene Pläne: Ella soll beim alten Waldschrat als Putzkraft arbeiten.

Das Figurentheater erzählt

eine märchenhafte Geschichte über eigene Wünsche, Talente und den Mut, den eigenen Weg zu gehen. Die Vorstellungen am Donnerstag, 22. Oktober, und Freitag, 23. Oktober, beginnen jeweils um 15.30 Uhr und richten sich an Kinder ab vier Jahren und Familien. Der Eintritt kostet fünf Euro.

Der Vorverkauf startet am Montag, 12. Oktober, im Haus der Jugend, Langenforther Platz 1. Karten können montags bis donnerstags von 8 bis 15 Uhr und freitags von 8 bis 14 Uhr gekauft werden. Reservierungen sind ab diesem Tag auch unter (0511) 7307-5200 möglich. Die reservierten Karten müssen am Vorstellungstag bis 14 Uhr bezahlt und abgeholt werden. Restkarten gibt es ab 15 Uhr an der Tageskasse.

Schülerjob gesucht!

Zeitung austragen & Geld verdienen

bewerben und arbeiten bei der WM Vertriebs- und Werbeservice GmbH

freie Gebiete:

Langenhagen 30851
Krähenwinkel
Bissendorf
Mellendorf

einfach bewerben:
online, telefonisch
(0800 1234 399)
oder über WhatsApp

ECHO

27446101_002626