



Inklusive Begegnungen

Miteinander Laufen und Musizieren



Laufen macht Spaß! - Ein Projekt stellt sich vor

Veranstaltung am Mittwoch, 29.3. um 17.30 Uhr in der Bismarckhalle, Siegen-Weidenau

Vor einem Jahr gründete sich der Lauftreff "Inklusive Begegnungen". Das Projekt will Begegnungsräume im Sport eröffnen und Berührungängste abbauen. "Inklusive Begegnungen" versteht sich ausdrücklich nicht als Behindertensportverein, sondern ist ein offenes Angebot, zu dem alle Interessierte eingeladen sind.

Angeleitet wird der Lauftreff mit rund 30 Teilnehmern sowohl von Übungsleitern, als auch von erfahrenen Mitläufern. Um niemanden zu überfordern oder zu unterfordern, gibt es vier Gruppen: Einige walken oder laufen ganz langsam mit Gehpausen, andere führen über mehrere Runden ihr gemeinsames Training an der sieg-arena durch. Grundsätzlich geht es bei "Inklusive Begegnungen" um eine Selbstverständlichkeit, dass nämlich nur die Lust an der Teilnahme an dem Lauftreff notwendig ist, um gemeinschaftlich mit anderen Menschen Sport zu treiben. Alles andere ergibt sich oder wird abgesprochen. In diesem Sinne sind weder Behinderung oder körperliche Beeinträchtigung ein Kriterium zum Mitmachen. Spaß und gute Laune stehen an erster Stelle und so ist in den letzten Monaten eine bunte Gruppe entstanden, die bereits bei mehreren Siegerländer Laufveranstaltungen an den Start gegangen ist und sich als Team präsentiert hat. Einige Lauftreff-Teilnehmer sind auch in Vereinen aktiv.

Am 29. März möchten wir Inklusive Begegnungen vorstellen, im Mittelpunkt stehen die Läuferinnen und Läufer aus dem Projekt, die über die letzte Monate berichten und erzählen, was ihnen das Laufen, Lauftreff und die Teilnahme an regionalen Laufveranstaltungen bedeutet. Wir möchten zeigen, dass es relativ einfach ist, das Thema Inklusion in der Praxis umzusetzen und dass das zusammen Erleben von Sport und die Teilnahme an Laufveranstaltungen für alle Beteiligten eine große Bereicherung sein kann. Es freut uns auch, dass der Sportarzt Dr. Ulrich Wahl seine Teilnahme zugesagt hat und zu allen medizinischen Fragen rund ums Laufen zur Verfügung steht.

Zu diesem Infoabend laden wir ganz herzlich alle Menschen mit und ohne Behinderung ein. Wir freuen uns über viele Neugierige und versichern, dass es ein interessante Veranstaltung wird. Weitere Infos: 0171/4388456

