

FrauenSportWochen

Mitmachen mit dem BellZett



Für Bewegung und Gesundheit: FrauensportWochen.

„Frauen gewinnen – für Bewegung und Gesundheit!“. Unter diesem Motto stehen die „FrauenSportWochen 2009“. Die Aktionswochen sollen bis in den September hinein Mädchen und Frauen mit Schnupperangeboten zu mehr Bewegung motivieren. Das Angebot richtet sich insbesondere an diejenigen, die bisher noch gar nicht oder seit längerer Zeit keinen Sport mehr getrieben haben. Alle Sportvereine bundesweit waren aufgerufen, sich zu beteiligen.

In Bielefeld lädt das BellZett, das Bewegungszentrum für Frauen und Mädchen, zum Aktionstag am 4. September ein. Ab 15 Uhr findet im BellZett „Yoga für Frauen“ statt, ab 16 Uhr stehen „Bewegung und kreativer Tanz für Mädchen von 5 bis 7 Jahren“ sowie „Qigong für Frauen“ auf dem Programm. Und um 18 Uhr beginnt im Park „Am Wiesenbach“ der „3.000-

Schritte-Spaziergang“ durch die Park- und Bachlandschaft Schildesches. Treffpunkt ist am Eingang „Am Feuerholz“. Wer möchte, kann sich am Wegesrand an Trimm-Dich-Geräten versuchen. Am Ende wartet eine Verlosung, bei der es unter anderem T-Shirts, Schrittzähler und Kursgutscheine vom BellZett zu gewinnen gibt.

Mit einem solchen 3.000-Schritte-Spaziergang hatte Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt im Mai die „FrauenSportWochen“ in Essen eröffnet. Begleitet wurden sie von den drei prominenten Schirmherrinnen: der ehemaligen Fußballnationalspielerin Steffi Jones, der Trampolinturnerin Anna Dogonadze sowie der Biathletin Kati Wilhelm.

FrauenSportWochen
Freitag, 4. September, 15
Uhr. Infos: BellZett, Sud-
brackstr. 36a, Tel. 0521-
122109, www.bellzett.de.