

# Wir sind Reinbek

## Unsere Stadt mit Flüchtlingen

### „Schwimmen lernen“ für Migrantinnen in Reinbek!

Wir bieten für Migrantinnen, die nicht schwimmen können, in Reinbek ein **kostenloses Schwimmtraining** an. Damit am Ende der 10 Trainingseinheiten auch jeder schwimmen kann, gibt es ein paar wichtige Punkte, die beachtet werden müssen.

- Man muss sich bei uns anmelden
- Wir bitten um regelmäßige Teilnahme.  
Bei Verhinderung (zum Beispiel Krankheit ...) bitten wir um telefonische Mitteilung!
- Im Schwimmbad muss man Badebekleidung tragen
- Erlaubt sind Badeanzüge oder Burkinis aus Kunstfaser.  
Alltagskleidung oder Unterwäsche darf nicht getragen werden
- Während des Unterrichts bitten wir alle Teilnehmerinnen entsprechend unserer Anleitung mitzuarbeiten.
- Kinder dürfen nicht mitgebracht werden.

Uns ist es wichtig, **dass wir gemeinsam im Wasser viel Spaß haben!** Am Anfang geht es darum, Ängste zu erkennen und Vertrauen aufzubauen, bevor dann die einzelnen Bewegungselemente des Brustschwimmens erlernt werden.

Der neue Kurs startet am 20. November 2024 und umfasst zunächst zehn Trainingseinheiten, jeweils mittwochs: 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12., 08.01.2025, 15.01., 22.01., 29.01., 05.02.2025.

Wir trainieren im Freizeitbad Reinbek, Hermann-Körner-Str. 47.  
Der Kurs findet während der normalen Öffnungszeit statt.

Treffen ist jeweils um 17.30 Uhr.

Das Training startet um 18:00 Uhr und endet gegen 19:15 Uhr.  
Danach verlassen wir gemeinsam das Schwimmbecken.

Wir suchen Frauen, die Freude daran haben, gemeinsam mit anderen Migrantinnen das Element Wasser kennenzulernen. **Marianne Poppe und Angelika Bengelsdorf**, die viel Erfahrung mit Schwimmschülerinnen verschiedenen Alters gesammelt haben, **leiten den Kurs** ehrenamtlich. Dadurch entstehen den Teilnehmerinnen momentan keine Kosten.

**Kontakt Angelika: +49 171 880 12 80**