So einfach seid ihr dabei:

Anmeldung:

Frauen ab 16 Jahren

Online über www.ssb-wolfsburg.de/frauensporttag-interkulturell

E-Mail: wittrin@ssb-wolfsburg.de

Telefon: 05361-293763

»» Anmeldezeitraum vom 16.08. bis 01.09.2021

Eine Anmeldung im Vorfeld ist notwendig!

Kosten:

Pro Person: 5,00 €

In der Teilnahmegebühr sind eine kostenlose Betreuung für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren sowie ein kleiner Snack (Obst, Müsliriegel, 0,5l Wasser) enthalten.

Eine Anmeldung für die Kinderbetreuung ist erforderlich.
Die Plätze sind begrenzt.

Hinweise:

Die Angebote werden je nach Wetterlage in der Halle oder auf dem Sportplatz durchgeführt. Bitte bringt bequeme (Sport-) Kleidung, Sportschuhe, Getränke sowie ein Handtuch und wenn vorhanden eine Matte mit.

Kontakt:

StadtSportBund Wolfsburg e.V.
Anna Wittrin
Dieselstraße 18
38446 Wolfsburg

Telefon: 05361-293762
E-Mail: wittrin@ssb-wolfsburg.de

Weitere Informationen auf www.ssb-wolfsburg.de

Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen.

Niedersachsen

Die Veranstaltung wird durchgeführt in Kooperation mit:

Audi BKK

WOLFSBURG

LandesSportBund Niedersachsen e.V.

AKTIV FÜR VEREINE – STARK FÜR DIE SPORTENTWICKLUNG!

StadtSportBund Wolfsburg e.V.
im LandesSportBund Niedersachsen e.V.

11. September 2021

von 8:30 bis 12:30 Uhr
im Schulzentrum Vorsfelde
Am Grünen Jäger 7, 38448 Wolfsburg

ausprobieren
kennenlernen
mitmachen

Liebe Frauen,

der StadtSportBund Wolfsburg veranstaltet am Samstag, den 11. September von 08:30 - 12:30 Uhr den 12. FrauenSportTag Interkulturell. Gemeinsam mit der Stadt Wolfsburg wird zu einem Vormittag eingeladen, bei dem **ihr im Mittelpunkt** steht. Ihr bekommt die Möglichkeit, Sport und Bewegungsangebote in geschützten Räumen kennenzulernen und auszuprobieren, egal ob mit oder ohne Zuwanderungsgeschichte.

Abwechslungsreiche Workshops und ansprechende Sportangebote stehen auf dem Programm. Bei gutem Wetter können viele Angebote draußen stattfinden.

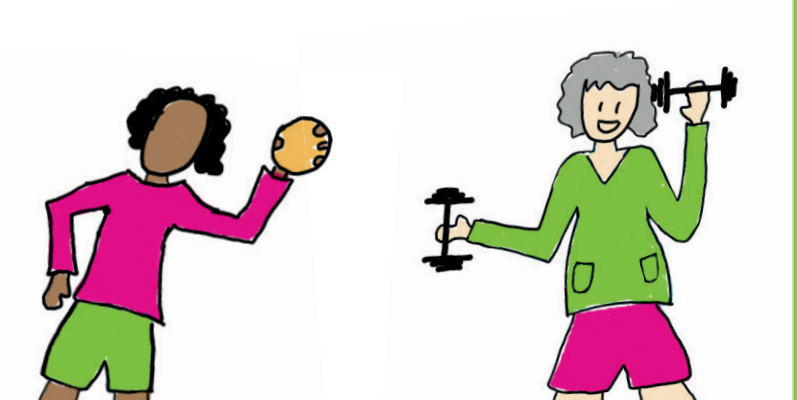
Für die Teilnahme sind keine (sportlichen) Vorkenntnisse oder eine Vereinszugehörigkeit erforderlich. Die Angebote werden von Übungsleiterinnen durchgeführt, die sich entsprechend nach den Bedürfnissen und dem Niveau der Teilnehmerinnen richten.

Wann? Samstag, 11. September 2021
Uhrzeit: 08:30 - 12:30 Uhr
Wo? Schulzentrum Vorsfelde

Wir freuen uns auf euch!

Das Organisationsteam

Anna Wittrin, Elke Beilner (StadtSportBund Wolfsburg e.V.)
Petra Wagner, Nora Ghiani (Stadt Wolfsburg, Integrationsreferat)
Ursula Mitschke (Stadt Wolfsburg, Geschäftsbereich Sport)
Zahra Abbassi (Stadt Wolfsburg, Strategisches Bildungsmanagement)



PROGRAMM & WORKSHOPS

08:00 - 08:30 Uhr	**Ausgabe der Teilnehmerinnenunterlagen** Foyer	
08:30 - 09:00 Uhr	**Begrüßung und gemeinsames Aufwärmen** Hinterhof	
09:00 - 10:00 Uhr	WS 1	**HIIT & Core**
	WS 2	**Rückenfit**
	WS 3	**Pilates**
	WS 4	**Zumba**
	WS 5	**HappyBauch - Ganzkörpertraining in der Schwangerschaft**
10:30 - 11:30 Uhr	WS 6	**African Modern Dance**
	WS 7	**Longboard**
	WS 8	**Yoga**
	WS 9	**Jumping**
	WS 10	**Entspannung in Wald und Natur**
12:00 - 12:30 Uhr	**Gemeinsamer Ausklang / Entspannung** Sportplatz	

Änderungen im Sportangebot vorbehalten.