



WIR MACHEN SPORT!

SPORT FÜR ALLE FRAUEN UND MÄDCHEN AB 16 JAHREN –
MIT UND OHNE MIGRATIONSVORGESCHICHTE

Trainieren von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit. Sportangebote im FSV kennenlernen. Alle Trainerinnen sind Frauen!

1. Fitness und Entspannung

Montags von 16.15 bis 18 Uhr (Pause in den Schulferien und an Feiertagen)
In der Gymnastikhalle der Marienschule, Eingang Von-Kluck-Straße
Kostenfreies Fitness- und Yoga-Training **mit Kinderbetreuung**

2. Dance-Fitness-Kurs

Donnerstags von 16.30 bis 18 Uhr
Vom 4.4. bis 4.7. (10 Termine, Pause in den Schulferien und an Feiertagen)
In der Turnhalle der Hermannschule, Dahlweg 66
Kosten: 10 Euro pro Kurs, für FSV-Frauen kostenfrei

3. Kurs „Walk and Talk“

Sonntags von 10 bis 11.30 Uhr
Vom 7.4. bis 30.6. (10 Termine, Pause in den Schulferien und an Feiertagen)
Treffpunkt: Ecke Aegidiistraße und Promenade
Kosten: 10 Euro pro Kurs, für FSV-Frauen kostenfrei

4. Lauf-Gruppe

Dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Vom 30.4. bis 9.7. (10 Termine, Pause am Pfingstdienstag)
Treffpunkt: Ecke Aegidiistraße und Promenade
Kosten: 10 Euro pro Kurs, für FSV-Frauen kostenfrei

5. „SportKulturCafé“ im „Nebenan“ im Café Garbo

Jeden 3. Mittwoch im Monat: 20.3., 17.4., 15.5., 19.6., 17.7., 21.8.
Von 18 bis 20 Uhr
Treffpunkt für sport- und kulturinteressierte Frauen, Sportlerinnen und
Trainerinnen aus Vereinen in Münster

Anmeldungen bitte an:

Laura Verweyen, Projektleiterin
Tel.: 0251 51 90 66 - Montag 8.30 - 10.30 Uhr
0176 20 49 63 63
E-Mail: iowis@frauensport-muenster.de



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

**Projekt „Integration of Women in Sports“ (IoWiS)
im Frauensportverein Münster e.V. (FSV)**

Informationen

www.facebook.com/iowisMuenster
www.facebook.com/FrauenSportVereinMuenster
www.frauensport-muenster.de

