

Fahrradfahren für Frauen: Neues Kursangebot in Wolfsburg begeistert

Fahrradkurse in Wolfsburg fördern Selbstbestimmung und Unabhängigkeit für Frauen aus verschiedenen Ländern. Teilnehmerinnen sind begeistert!

Wolfsburg. In der Stadt Wolfsburg erfreut sich ein Radfahrkurs, der speziell für Frauen aus verschiedenen Herkunftsländern konzipiert wurde, großer Beliebtheit. Initiiert wurde dieses Programm, um Frauen die Möglichkeit zu geben, Fahrradfahren zu lernen, was nicht nur ihre Mobilität, sondern auch ihre Unabhängigkeit und Selbstbestimmung stärkt.

Der sechs Tage dauernde Kurs fand im Stadtteil Westhagen statt und richtete sich an Frauen, die in ihren Heimatländern oft nicht die Möglichkeit hatten, das Radfahren zu erlernen. Viele dieser Frauen sehen im Fahrradfahren einen wichtigen Schritt hin zu mehr Selbstständigkeit im Alltag.

Partner und Unterstützer

Dieses Angebot wurde von prominenten Persönlichkeiten wie Willy Apwisch, der dem Unterstützerkreis Vorsfelde angehört, sowie Günter Schütte von der Flüchtlingshilfe Wolfsburg geleitet. Zudem haben Institutionen wie das Mütterzentrum Westhagen, das Diakonische Werk, „ProIntegration“, und die evangelische Familienbildungsstätte Fabi eng zusammengearbeitet, um den Frauen ein sicheres und unterstützendes Umfeld zu bieten.

Die Freude und der Enthusiasmus der Teilnehmerinnen waren spürbar. „Es ist großartig zu sehen, wie sie Fortschritte machen

und die Freiheit des Fahrradfahrens entdecken“, kommentieren die Organisatoren. Insgesamt nahmen zehn Frauen und zwei Kinder an dem Kurs teil und zeigten in den gemeinsamen Übungen, dass Teamgeist und Unterstützung aus der Gemeinschaft von großer Bedeutung sind.

Der erste Teil des Kurses bestand aus Gleichgewichtsübungen auf Tretrollern, was besonders für Erwachsene herausfordernd war. Sobald die Teilnehmerinnen ein gewisses Maß an Sicherheit gewonnen hatten, konnten sie auf umgebaute Fahrräder ohne Pedale, sogenannte Laufräder, umsteigen. Nur wenn sie einmal längere Zeit ohne Bodenkontakt fahren konnten, wurden die „richtigen“ Fahrräder eingesetzt.

Regelmäßige Fahrradtouren geplant

Ein weiteres Highlight war die abschließende Radtour, bei der sieben Frauen in der Lage waren, sicher zu fahren. Diese positive Erfahrung hat die Organisatoren ermutigt, zukünftig regelmäßige Fahrradtouren speziell für Frauen anzubieten. Diese sollen freitags um 10 Uhr starten, mit dem Ausgangspunkt am Jugendhaus Mainz in der Dessauer Straße. Es wird darum gebeten, das eigene Fahrrad sowie einen Helm mitzubringen.

Für die Zukunft sind bereits weitere Kurse in der Planung für die Jahre 2024 und 2025. Interessierte können sich direkt an Eva Grote-Girmendonk von der Fabi unter der Telefonnummer (05361) 8933316 wenden, um mehr Informationen zu erhalten.

Solche Programme sind nicht nur vorteilhaft für die individuellen Fähigkeiten der Frauen, sondern sie schaffen auch ein starkes Gemeinschaftsgefühl und fördern den Austausch untereinander. Das Fahrradfahren wird hier zu einem Symbol für Freiheit und Selbstbestimmung in einer neuen Umgebung.

Fahrradfahren als Schlüssel zur Selbstbestimmung

Dieser Kurs ist mehr als nur eine Möglichkeit, das Radfahren zu erlernen; es ist ein Schritt in Richtung eines selbstbestimmten Lebens. Indem Frauen die Fähigkeit erlernen, sich mit dem Fahrrad fortzubewegen, öffnen sich neue Horizonte und Möglichkeiten. Diese Initiativen verdeutlichen, wie wichtig es ist, Programme zu schaffen, die Frauen insbesondere aus benachteiligten Hintergründen unterstützen und ermutigen.

In Wolfsburg wird somit ein entscheidender Beitrag zu einer inklusiven Gesellschaft geleistet, in der jede Frau die Chance hat, ihre Unabhängigkeit zu verwirklichen. Die Entwicklungen in diesem Bereich sind vielversprechend, und die Initiatoren des Fahrradprogramms zeigen, dass Engagement und Zusammenarbeit essentielle Bausteine für positive Veränderungen sind.

Wolfsburg. Ein Fahrradkurs für Frauen aus verschiedenen Ländern kommt in Wolfsburg gut an. Inzwischen gibt es weitere Pläne.

Es sei ein gezieltes Angebot für Frauen, die Fahrradfahren lernen wollen, um damit ihre Selbstbestimmtheit und Unabhängigkeit zu fördern, heißt es in der Mitteilung: In Westhagen fand ein sechstägiger Fahrrad-Kurs für Frauen statt, die aus unterschiedlichen Ländern stammen, in denen ihnen untersagt worden sei, Fahrradfahren zu lernen.

Angeleitet wurde dieses Angebot von Willy Apwisch (Unterstützerkreis Vorsfelde) und Günter Schütte (Flüchtlingshilfe Wolfsburg). In Kooperation mit dem Mütterzentrum Westhagen, dem Diakonischen Werk, „ProIntegration“ und der Fabi (evangelische Familienbildungsstätte) schwangen sich dieses Jahr auch wieder zehn Frauen und zwei Kinder aufs Fahrrad, teilen die Organisatoren mit.

Ihr Newsletter für Wolfsburg & Region

Kostenlosen Newsletter bestellen und täglich das Neueste aus der Region im Postfach lesen.

Mit meiner Anmeldung zum Newsletter stimme ich der Werbevereinbarung zu.

Gleichgewichtsübungen auf Tretrollern für Erwachsene standen zu Beginn auf dem Programm. Wer damit klarkam, bekam ein umgebautes Fahrrad ohne Pedale, also ein Laufrad für Erwachsene. Erst als man längere Zeit auf diesem Rad rollen konnte, ohne die Beine auf den Boden zu setzen, kamen die „richtigen“ Fahrräder zum Einsatz. „Zum Kursende konnten sieben Frauen einigermaßen sicher fahren und zum Teil sogar abschließend eine kleine Radtour durch Westhagen machen“, heißt es.

Alle Teilnehmenden seien begeistert gewesen von diesem Kurs, möchten gern weitere Kurse besuchen und regelmäßig Fahrrad fahren. Versuchsweise soll nun daher freitags jeweils ab 10 Uhr eine Radtour für Frauen angeboten werden. Start ist am Jugendhaus Mainz, Dessauer Straße; eigenes Fahrrad und ein Fahrradhelm sind mitzubringen.

Es sind bereits weitere Termine für Fahrradkurse in Planung für 2024/2025. Ansprechpartnerin dafür ist Eva Grote-Girmendonk von der Fabi unter (05361) 8933316.

Gesellschaftliche Bedeutung von Frauenförderung durch Sport

Das Angebot des Fahrradkurses geht über die reine Förderung der Mobilität hinaus. Es trägt auch zur gesellschaftlichen Integration von Frauen bei, die aus Ländern stammen, in denen sie möglicherweise eingeschränkte Freiheiten erfahren haben. Sportarten wie Radfahren bieten nicht nur körperliche Betätigung, sondern auch eine Möglichkeit zur sozialen Interaktion und zum Aufbau von Selbstvertrauen. Laut der **Deutschen Olympischen Sportbund** ist Sport ein wichtiger

Bestandteil der Integration, da er den Austausch zwischen verschiedenen Kulturen fördert und Gemeinschaftsgefühl schafft.

Zusätzlich hilft das Erlernen von Fahrradfahren für Frauen nicht nur, die Selbstständigkeit zu erhöhen, sondern eröffnet auch neue Perspektiven für alltägliche Mobilität. In vielen Kulturen kann das Fahrrad als Symbol für persönliche Freiheit und Unabhängigkeit angesehen werden, da es den Frauen ermöglicht, selbstbestimmt und flexibel zu reisen.

Zukünftige Pläne und Auswirkungen auf die Frauen in Wolfsburg

Die Organisatoren planen nicht nur die Fortführung von Fahrradkursen, sondern auch eine Erweiterung des Programms durch zusätzliche Aktivitäten. Dazu gehören eventuell Workshops zu Fahrradwartung und Sicherheit oder Ausflüge zu Fahrradmessen und Veranstaltungen, die das Interesse an Fahrrädern und Radfahren wecken sollen. Dies könnte bedeuten, dass das Interesse an Fahrrädern über den Kurs hinaus wächst, wodurch eine größere Gemeinschaft von Damen entstehen könnte, die sich regelmäßig zum Radfahren trifft.

Diese Initiative könnte darüber hinaus auch andere Organisationen in Wolfsburg inspirieren, ähnliche Programme anzubieten, die sich auf die Stärkung und Integration von Frauen aus unterschiedlichen Hintergründen konzentrieren. Die Kombination aus sportlicher Betätigung und Gemeinschaftsbildung könnte langfristig zu einer positiven Veränderung in der Wahrnehmung von Frauen aus verschiedenen Kulturen in Wolfsburg beitragen.

Mehr wichtige Nachrichten aus Wolfsburg lesen:

Täglich wissen, was in Wolfsburg passiert:

red

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de