



Froschbeinschlag, Seerose, Flugzeug

Im Rahmen des Programms «multipuls» der Stadt Thun können fremdsprachige Frauen und Mädchen schwimmen lernen. Die Kurse sind gleichzeitig Sport- und Integrationsangebot.

9.30 Uhr, Progyrmatte: Acht Frauen aus ebenso vielen Nationen stehen erwartungsvoll im Lernschwimmbecken und warten auf den Beginn der eineinhalbstündigen Schwimmlektion. An diesem Donnerstagmorgen im Oktober findet der vierte und letzte Teil des Anfängerinnenkurses statt. Die Teilnehmerinnen haben viel gelernt. «Froschbeinschlag, Seerose, Flugzeug», zählt Nazila Jojan auf. «Und ich weiss nun, dass beim Schwimmen das Atmen sehr wichtig ist.»

Sport zur Integration

Der Schwimmkurs für Anfängerinnen ist eines von zahlreichen Angeboten im Programm «multipuls», mit welchem fremdsprachige Familien angeregt werden, sich gemeinsam zu bewegen und Sport zu treiben. Fahrradkurse für Erwachsene, Yoga für Frauen, Handball für

Kinder oder gemeinsames Training für den Stadtlauf Thun sind weitere Beispiele.

Oft ohne Vorkenntnisse

Die Teilnehmerinnen des Schwimmkurses stammen oft aus Ländern, in denen es Mädchen und Frauen verboten ist zu schwimmen. Trotzdem musste sich keine der anwesenden Frauen die Anmeldung lange überlegen. «Ich wusste sofort, dass ich da mitmachen will», sagt Jojan und schiebt nach: «Auch meine Kinder finden es super, dass Mama schwimmen lernt.» Sie kann sich vorstellen, im nächsten Sommer den Fortgeschrittenkurs im Strandbad zu absolvieren – auch wenn der Schritt vom geschützten Rahmen des Lernschwimmbeckens ins 1,80 Meter tiefe öffentliche Schwimmerbecken ein grosser ist.

Bild: Mit «multipuls schwimmt» will die Stadt Thun fremdsprachigen Familien nicht nur Schwimmkenntnisse vermitteln, sondern sie auch zum gemeinsamen Sporttreiben motivieren.

Motivierte Schwimmerinnen

Heute Morgen feilen die Kursteilnehmerinnen am Beinschlag im Brustschwimmen. Die beiden Schwimmleiterinnen sind begeistert von der Motivation, dem Ehrgeiz und der Ausdauer der Teilnehmerinnen. «Viele wollen nach der Lektion, die immerhin eineinhalb Stunden dauert, noch weiterüben», berichtet Dija Raschid. Im Vergleich zu Kinderschwimmkursen stehe weniger die Technik im Vordergrund als die Fähigkeit, sich über Wasser zu halten, der Respekt vor dem Wasser und das Verständnis für die Baderegeln – auch im Hinblick auf die Kinder. Als Nebeneffekt erweitern die Teilnehmerinnen zudem den deutschen Wortschatz. «Und wir haben viel Spass zusammen», ergänzt Jojan.

Text: Gabriela Meister,
Bild: Carolina Piasecki

Schwimmleiterinnen gesucht

Die Stadt Thun sucht freiwillige Schwimmleiterinnen für die «multipuls»-Kurse. Interessierte wenden sich für nähere Informationen an Erika Bärtschi, Fachstelle Familie, Amt für Bildung und Sport, Stadt Thun: erika.baertschi@thun.ch, Tel. 033 225 85 50. thun.ch/fruehekindheit