

## Der Deutsche Ju-Jutsu Verband engagiert sich als Projektpartner Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport



Und man erreicht sie doch!

Das bundesweite Netzwerkprojekt des DOSB „Bewegung und Gesundheit – mehr Migrantinnen in den Sport“, hat es gezeigt: Man erreicht sie doch, Frauen und Mädchen mit Migrationshintergrund. Die Kursprojekte der Netzwerkpartner haben in ihrer Vielzahl gezeigt, wie Sportvereine Migrantinnen auf ihren Sport aufmerksam machen und begeistern können.

Die Idee des Netzwerkprojektes ist es, in die speziellen Sportkurse, wie zum Beispiel das Ju-Jutsu, eine reine Selbstverteidigungskampfsportart, sportferne Zusatzangebote einzubinden. So entstanden attraktive Kursangebote, die den Frauen und Mädchen nicht nur Spaß an Sport und Bewegung vermitteln, sondern sie auch mit wichtigen Informationen fit für den Alltag machen. Die Zusatzangebote, sind gleichzeitig Qualifizierungsangebote, die zwar sehr unterschiedlich aber immer an den Interessen der Kursteilnehmerinnen ausgerichtet sind. Sie werden beispielsweise über wichtige Gesundheitsthemen informiert, probieren sich an Theaterclownerie aus und qualifizieren sich durch Erste Hilfe Kurse.

Der Deutsche Ju-Jutsu Verband e. V. (DJJV) hat sehr unterschiedliche Kursangebote in Bayern, Berlin, Hamburg und Niedersachsen ausgerichtet. Das Sportangebot beinhaltet in allen Bundesländern ein Selbstverteidigungskurs nach dem FRAUENselbstSICHERHEIT bundesweit einheitlichen Konzept des DJJV:

Ziel des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes ist es, die Migrantinnen durch Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse mental zu stärken sowie Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufzubauen und auszuweiten, sie nachhaltig für den Sport zu begeistern. Außerdem erhalten sie durch das Zusatzangebot Informationen zu Präventionsmaßnahmen, Konfliktverhalten oder rechtlichen Rahmen der Selbstverteidigung, die ihnen das Alltagsleben erleichtern sollen.

Der DJJV erreichte mit seinen Kursen Frauen und Mädchen ganz unterschiedlichen Alters und unterschiedlicher Herkunft: Von der Viertklässlerin bis zur Seniorin, von dem sportlichen jungen Mädchen aus dem Brennpunktbezirk Berlins bis zur Frau mit Behinderung aus dem eher ländlichen gelegenen Verein Niedersachsens.

Die Kursprojekte zeigen sehr deutlich, Frauen und Mädchen mit Zuwanderungsgeschichte wollen Sport treiben und haben Spaß daran. Vereine können ihnen den Einstieg in den Sport durch einfache Dinge, wie weibliche Kursleiter, Kursangebote und ausgesuchte Trainingsräume erheblich erleichtern.

Alle Beteiligten sind sich einig: Das Netzwerkprojekt ist ein voller Erfolg! Und bietet den Vereinen eine Vielfalt von neuen Möglichkeiten. Auch in der Zusammenarbeit mit anderen Vereinen und Institutionen.

Weitere Informationen zu dem Projekt unter: <http://www.migrantinnen.dosb.de>

Fatma Keckstein: [fatma@keckstein.net](mailto:fatma@keckstein.net) (Direktorin Frauensport des DJJV)  
Frauke Schlichting: [frauке.schlichting@gmx.de](mailto:frauке.schlichting@gmx.de)  
(Referentin des Netzwerkprojekts des DJJV)

