

Der etwas andere Fitnesskurs



Das Foto zeigt (v.l.) Kursleiterin Ornella Pokarn, Sportkoordinatorin Julia Arndt und Walter Grellmann. Foto: Eva Klassen

Von Eva Klassen Lörrach. Zwölf Frauen trainieren zu temperamentvoller Popmusik Bauch, Beine und Po im Wasser. "Speziell für muslimische Frauen" steht auf dem Flyer, mit dem das besondere Angebot beworben wurde. Eigentlich ist es ein ganz normaler Fitnesskurs " und doch ist alles anders. Die Rollläden im Hallenbad des St. Elisabethen-Krankenhauses sind unten. Männer haben hier keinen Zutritt. Der Aquafitness-Kurs kann beginnen. Warmer Wasserdampf liegt in der Luft. "Eins, zwei, drei, vier", rufen die Frauen im Chor und kreisen im Wasser mit Armen und Beinen. "Schneller", ruft die Kursleiterin Ornella Pokarn. "Schneller" Immer wieder übersetzen einige Teilnehmerinnen die Anweisungen auf Türkisch. Es geht um Fitness, Gesundheit und Schönheit in diesem

Kurs " und um Integration im geschützten Raum. Kann das funktionieren" "Studien haben ergeben, dass Menschen mit Migrationshintergrund weniger Sport treiben", sagt Julia Arndt. Die Sportkoordinatorin der Stadt Lörrach hat den Kurs für muslimische Frauen mit Walter Grellmann vom Gesundheitssportverein umgesetzt. Den Wassergymnastik-Kurs wollte sie initiieren, weil muslimische Frauen nicht viele Gelegenheiten haben, Schwimmbäder zu besuchen. In der Gegend gibt es nicht viele Bäder speziell für Frauen. Und vor Männern dürfen die Musliminnen sich in Badeanzügen nicht zeigen. "Fünf, sechs, sieben, acht", rufen die Frauen. Sie spritzen mit Wasser, lachen und helfen sich gegenseitig bei den Übungen. "In meinen 15 Jahren als Übungsleiterin habe ich noch nie erlebt, dass Menschen so viel Freude am Sport haben", erzählt Pokarn. Trotzdem bleibt sie streng. "Das ist hier kein Kaffeekränzchen", bemerkt sie, als die Frauen zu viel reden. "Hier geht es vor allem um den Sport." Doch wollen sie dabei unter sich als Musliminnen bleiben" Wollen sie sich abschotten" "Wir wollen etwas für unseren Körper, unsere Gesundheit, unser Aussehen tun", sagen sie. "Hier ist aber jede Frau willkommen", betonen sie. Viele der Teilnehmerinnen besuchen Sportkurse für Frauen, die nicht unbedingt Musliminnen vorbehalten sind. Hauptsache, es ist kein Mann zugegen. "Es geht um unseren Glauben", erklären die Frauen und legen Wert auf die Feststellung: "Wir sind ganz normale Menschen", bevor sie sich wieder mit Spaß ihrer Wassergymnastik widmen.

Nachricht vom 29.03.2012

