

INTEGRATION DURCH SPORT

DOSB

GUIDA ALLO SPORT



del

CIRCONDARIO RHEIN – SIEG



Sport nel circondario di Rhein-Sieg

- Desiderate fare un po' di movimento? Volete fare dello sport? Avete sentito parlare di qualche disciplina sportiva?
- State cercando un corso sportivo o un solito gruppo a cui potervi unire?
- I vostri bambini sono interessati al calcio o al basket, vogliono ballare o fare ginnastica?
- Desiderate far parte di un club sportive e state cercando un club più giusto per voi e la vostra famiglia?
- Ritenete importante che i vostri figli imparino a convivere serenamente con gli altri, che apprendano le regole dello sport, ma anche a condividere i successi e gli insuccessi comuni?
- Vi interessa praticare sport insieme ai vostri concittadini, siano essi immigrati o no?

Per i bambini in età prescolare e scolare sono disponibili molte offerte: per es. la ginnastica per genitori e figli, quella per bambini, l'acclimatazione all'acqua, il nuoto ma anche il calcio, il tutto per iniziarli a un'attività sportiva, al moto e alla convivenza. Tutto questo è fondamentale per la salute e per la crescita oltre che essere divertente!

Per i più grandicelli e per i giovani è possibile scegliere determinate discipline sportive. Per esempio, ci sono sport di squadra come il calcio o il basket, ma anche sport individuali come la scherma, la boxe, gli sport acquatici e molto altro ancora.

Per gli adulti ci sono anche molte attività sportive salutari oltre che quelle tipiche per il tempo libero. Grazie alla ginnastica per la colonna vertebrale e per la schiena e a quella praticata in acqua potrete fare qualcosa per la vostra salute e per il vostro benessere. Molte di queste offerte sono adatte sia per principianti che per chi desidera riprendere un'attività. Alcune offerte si orientano specificatamente per i migranti.

Come potete vedere ci sono molti modi per fare sport. Sfruttatele! In questo volantino troverete le risposte ed i contatti più importanti per trovare l'offerta più idonea per voi e per la vostra famiglia, in pratica per tutte le generazioni!

Club sportivi nel circondario di Rhein-Sieg

Ci sono circa **580 club sportivi** nel circondario di Rhein-Sieg, sia piccoli che grandi. Tra l'altro, alcuni di essi sono stati fondati da immigrati. Le società sportive offrono oltre 150 discipline, per cui c'è sicuramente qualcosa per tutti i cittadini del circondario di Rhein-Sieg.

Tutti possono **diventare membri** di un club sportivo. Chi lo diventa paga una quota mensile o annua e può prendere parte alle attività dell'associazione. Molte società sportive offrono sconti per famiglie, qualora l'intero nucleo familiare desideri praticare sport presso il club. I relativi costi potranno essere richiesti alle società sportive.

Nella maggior parte dei club c'è la possibilità di frequentare **gratuitamente un periodo di prova**.

Il **pacchetto formativo** del governo federale offre di assumersi i costi - parziali o totali - per i bambini e per i giovani fino al 18° anno di età, qualora si inoltri la richiesta.



Venite con noi perché lo sport nel club

- ... unisce le persone
- ... fa fare amicizia
- ... significa movimento per tutti
- ... lo si fa tutti insieme
- ... promuove le buone condizioni di salute
- ... forma le persone, grazie a un processo di apprendimento sociale e interculturale



Qui potete trovare i contatti e i corrispondenti che risponderanno a tutte le domande sullo sport. Passate a trovarci, scriveteci un'email, telefonateci o date un'occhiata in internet!

Sportjugend im KreisSportBund Rhein-Sieg e.V.

Wilhelmstr. 8a
53721 Siegburg

Joana Sam-Cobbah
Referentin für Integration durch Sport

Tel.: 02241-58067

mail:

sam-cobbah@sportjugend-rheinsieg.de



Editore:
Sportjugend im KreisSportBund Rhein-Sieg e.V.

Siegburg, agosto 2018