

Das Büro für Integration informiert Sie gerne über Angebote für Kultur und Freizeit in Gießen. Sie finden auf diesem Blatt Informationen über Sport in Gießen. Der Wortschatz-Kasten erklärt dicker geschriebene schwierige Wörter. Texte zu weiteren Angeboten (z.B. Theater, Museum, Sport) finden Sie auf unserer Internetseite: www.giessen.de/deine-teilhabe Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren der Angebote!



Ihr Büro für Integration & Ihr Team von der Professur für Deutsch als Fremdsprache an der JLU Gießen

A2

Sport in Gießen



Sport und Bewegung ...

- mit Freunden, Familie, allein oder im **Verein**
- **draußen** oder **drinnen**
- sind gut für Ihre Gesundheit und Fitness
- für Kinder und Erwachsene wichtig

Welchen Sport können Sie in Gießen draußen machen?

- spazieren gehen, wandern und joggen
- Fahrrad oder **Mountainbike** fahren
- **Pumptracks** nutzen im Stadtpark Wieseckau
- skaten oder klettern im Stadtpark Wieseckau
- im Freibad oder im See schwimmen
- **Kanu fahren** auf der **Lahn**
- Fitness, zum Beispiel im Park



Welchen Sport können Sie in Gießen drinnen machen?

- im Schwimmbad schwimmen
- **bouldern** in der Boulderhalle
- Fitness in den Fitnessstudios

Wollen Sie Sport in einem Verein machen?

- es gibt in Gießen mehr als 100 Vereine
- im Verein machen Sie Sport mit einer Gruppe zusammen
- es gibt eine **Liste** mit den Vereinen und einen **Sportwegweiser** im Internet
- in Gießen gibt es zum Beispiel Vereine für Basketball, Boxen, Volleyball, Tennis, Turnen, Fahrradfahren und viele mehr
- Sie zahlen für Sport in Vereinen einen **Mitgliedsbeitrag**

Warum ist Sport gut?

- Sport hilft gegen Stress.
- Sport gibt Kraft und Energie und hilft, besser zu schlafen.
- Sie können neue Menschen und Orte kennenlernen.

WORTSCHATZ

Verein = eine Gruppe, die etwas zusammen macht. Zum Beispiel: Fußball oder Tischtennis spielen.

draußen = im Freien

drinnen = innen / in Häusern

Mountainbike = ein sportliches Fahrrad für Touren im Wald oder in den Bergen

Pumptracks = kurze Wege mit kleinen Bergen, wo Sie mit dem Fahrrad fahren

Kanu fahren = mit einem langen Boot auf dem Wasser fahren

Lahn = Fluss in Gießen


bouldern = ohne Seil klettern

Verein = eine Gruppe, die etwas zusammen macht. Zum Beispiel: Fußball oder Tischtennis spielen


Liste = alle Namen stehen untereinander

Sportwegweiser = dort sehen Sie, was für Sport es in Gießen gibt


Mitgliedsbeitrag = wenn Sie in einem Verein sind, zahlen Sie einmal im Jahr Geld


 Sport macht Spaß und ist gut für Ihre Gesundheit und Fitness. Die Stadt Gießen hat viele **Angebote** zum **Sporttreiben**: Angebote für Sport draußen und Angebote für Sport drinnen. Sie können allein oder zusammen mit anderen Menschen Sport machen.


♀ Es gibt in Gießen viele Sportvereine. In den Sportvereinen machen Sie Sport immer zu festen Zeiten zusammen mit einer Gruppe. Zum Beispiel gibt es Vereine für Fußball, Handball, Volleyball, Turnen oder Tanzen. Sie finden eine Liste mit den Vereinen auf der Internetseite der Stadt Gießen (s. Kasten unten).

 Es gibt im Internet auch einen Sportwegweiser. Dort können Sie alle **Sportarten** sehen und die Adressen von den Vereinen finden (s. Kasten unten).

♣ Sie können in Gießen an vielen schönen Orten Sport im Freien machen: Zum Beispiel können Sie am Schwanenteich, im Stadtpark Wieseckau oder in den Wäldern spazieren gehen, wandern und joggen. Oder Sie machen eine Tour mit dem Fahrrad. Es gibt viele Radwege, lange und kurze Touren um Gießen. Sie finden die Wege im Internet. Es gibt auch Touren im Wald für Mountainbikes mit verschiedenen **Schwierigkeitsgraden**. Im Sommer können Sie zum Schwimmen ins Freibad oder an die Seen um Gießen gehen.

 Es gibt in Gießen auch Angebote für Sport drinnen: Zum Beispiel können Sie das ganze Jahr in den **Hallenbädern** schwimmen. Die Hallenbäder in Gießen sind das „Badezentrum Ringallee“ und das „Westbad“. Dort können Sie **Bahnen schwimmen** oder an Kursen wie **Aqua-Fitness** teilnehmen. Oder Sie gehen in die Boulderhalle zum Bouldern oder in ein Fitnessstudio.

 Viele Angebote für draußen sind kostenlos. Sie brauchen nur Sportkleidung und können schon anfangen. Für die Angebote drinnen müssen Sie Eintritt bezahlen.

 Für Sport in Vereinen zahlen Sie einen Mitgliedsbeitrag. Die Preise sind je nach Verein verschieden. Sie finden die Informationen und Preise im Internet. Sie können auch vor Ort fragen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind freundlich und helfen Ihnen gerne.

♥ Sport bringt Menschen zusammen und tut dem Körper gut. Sie können durch Sport auch neue Orte und neue Menschen kennenlernen. Viele Menschen sagen: Sport macht glücklich. Es gibt in Gießen viele Angebote – viel Spaß beim Sportmachen in Gießen!

WORTSCHATZ

Angebote = was es gibt/ was man machen kann

Sport treiben = Sport machen

Sportarten = verschiedener Sport.
Zum Beispiel ist Fußball eine Sportart

Schwierigkeitsgrad = wie leicht oder schwer etwas ist

Hallenbäder = Schwimmbäder drinnen

Bahnen schwimmen = hin und zurück schwimmen im Wasser

Aqua-Fitness = Sport im Wasser, wo Sie verschiedene Übungen machen

KONTAKTDATEN

Sportamt, Berliner Platz 1, 35390 Gießen
Internet: www.giessen.de/Erleben/Sport-Freizeit/Sport-und-Freizeitangebote.de
www.giessen.de/Erleben/Sport-Freizeit/Vereinssport/Sportwegweiser/

