

Frauen- Wochenende am Genfersee

Zwei bewegte Tage: Mehr als 1100 Frauen besuchten die zweite Austragung der «Women Sport Evasion» in Lausanne. Auch die 100 Gewinnerinnen der Gratis-Tickets des Wettbewerbs aus «VisanaFORUM» 2/09 genossen die beiden Tage an den Ufern des Lac Léman. Am 26./27. Juni 2010 geht es in Lausanne in die dritte Runde.

Die «Women Sport Evasion» ist ein von Visana unterstützter Sportanlass für Frauen und in dieser Form einmalig in der Schweiz. Die mehr als 1100 bewegungshungrigen Teilnehmerinnen konnten ein Wochenende lang 13 verschiedene Workshops besuchen und neue Erfahrungen in trendigen Sportarten sammeln.

Südamerikanischer Tanz und fernöstlicher Kampfsport

Auf die erwartungsfrohen Sportlerinnen wartete ein vielfältiges Programm an Themenworkshops, das sie nach Belieben nutzen konnten. Zusätzlich

zu den Highlights des vergangenen Jahres (Pilates, Capoeira, Bogenschiessen, Chi Ball u. a.), die auch dieses Mal nicht fehlen durften, wurde die Palette um vier neue Angebote erweitert: Ragga Dance (ein afro-jamaikanischer Strassentanz), Tischtennis, Nia (eine Kombination aus östlichen Kampfsportformen und Jazztanz) sowie Gymstick (Training mit dem neuen Sportgerät, das ein effizientes Training von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit verspricht).

Nebst den sportlichen Herausforderungen sorgte das Wellness- und Lifestyle-Angebot im Sponsorenzelt für willkommene und intensiv genutzte Abwechslung. Die Teilnehmerinnen konnten das eigene Wissen über gesunde Er-

nährung auffrischen, die eigene Fett- und Muskelmasse bestimmen lassen oder einen Rückencheck machen.

Gesundheitsprävention ist meist Frauensache

Mit ihrem erneuten Engagement für die «Women Sport Evasion» setzt Visana ein Zeichen der Wertschätzung gegenüber den Frauen, die meistens die Verantwortung für die Gesundheitsförderung und Prävention in der Familie tragen. Fast immer sind sie es, die sich dieses zentralen Bereichs annehmen und so dafür sorgen, dass in den meisten Haushalten Themen wie genügend Bewegung, ausgewogene Ernährung und Gesundheitsvorsorge ihren Platz haben.

Stephan Fischer
Unternehmenskommunikation



Nur für Frauen?

Die «Women Sport Evasion» ist – wie es der Name erahnen lässt – ein Anlass, der den Frauen vorbehalten ist – zumindest was die aktive Teilnahme betrifft. Sportangebot und Rahmenprogramm sind ganz auf die Interessen der Frauen ausgerichtet. Trotzdem war das Stade Pierre de Coubertin in Lausanne während dieser zwei Tage natürlich nicht «männerfrei». Manch einer liess es sich nicht nehmen, sich als Betreuer, Zuschauer oder Begleiter unter die Menge zu mischen und das bunte Treiben in den Themenworkshops «aus sicherer Distanz» zu beobachten.

www.womensportevasion.ch

