



Nyanlända tränar kropp och språk med Friskis&Svettis

Under hösten kommer ett 80-tal nyanlända att få ett svettigt mottagande i Stockholm. Genom Friskis&Svettis har de fått en "Friskiskompis" att träna med fram till jul.

Hösten 2016 fick nyanlända SFI-studenter (Svenska för invandrare) prova att under tre månader träna med en medlem i Friskis&Svettis Stockholm. Paren blev "Friskiskompisar" och tränade och pratade svenska tillsammans under tre månader. I år har projektet utvidgats med dubbelt så många kompispar.

Initiativtagare till projektet "Tillsammans tränar vi" är Anna Johansson, en av Friskis&Svettis alla medlemmar som kom på att det här kunde bli hennes och föreningens bidrag i integrationsfrågan.

"Hela Friskis&Svettis idé bygger på att träning ska vara lustfyllt och för alla. Träning är dessutom en av de bästa formerna för integration. Deltagarna gör något kul ihop och får språkträning och kultur på köpet. Därför kändes det självklart att dra igång Tillsammans tränar vi.", säger projektledaren Anna Johansson.

Många av de 40 träningsparen som tränade förra året har fortsatt att träna tillsammans.

Årets grupp, totalt 160 personer, har målet att träna tillsammans, två och två, vid åtta tillfällen i höst. En gång kommer man dessutom att ha en gemensam träning.

"Tillsammans tränar vi är ett bra exempel på att Friskis&Svettis Stockholm jobbar för att nå ut till nya grupper. Projektet visar också styrkan i vår föreningsidé. Genom ett medlemsinitiativ skapar vi tillfällen till lustfylld träning och får ännu fler stockholmare i rörelse.", säger Susanne Jidesten, styrelseordförande för Friskis&Svettis Stockholm.

För info om projektet: Anna Johansson, projektledare för Tillsammans tränar vi
anna.johansson@sthlm.friskissvettis.se eller 0736-46 78 01

Pressförfrågningar: Josefin Engfelt, pressansvarig F&S Stockholm
josefin.engfelt@sthlm.friskissvettis.se eller 0708-48 81 82

Om Friskis&Svettis Stockholm

Friskis&Svettis Stockholm är Sveriges största idrottsförening. Vi erbjuder över 70 träningsformer på 17 träningsställen i och runt Stockholm. Över 93 000 medlemmar är en del av oss. 1 700 ideella funktionärer och 150 medarbetare driver verksamheten. Tillsammans vill vi sätta vill hela Stockholm i rörelse. För mer information: www.sthlm.friskissvettis.se