



Wettbewerb - Wir machen Ihr Dorf NOCH schöner!

Die Sportanlage der Sportfreunde Heilshorn liegt zentral in dem Ortskern, umgeben von einem großen Waldgebiet. Viele Heilshorner nutzen neben dem vielfältigen Angebot der Sportfreunde die Natur, um spazieren zu gehen, zu walken oder zu joggen.



Bis vor einigen Jahren gab es im angrenzenden Wald einen Trimm-Dich-Pfad mit vielen verschiedenen Geräten, die begeistert genutzt wurden.

Wir würden dies gerne wieder aufleben lassen und auf unserer Sportanlage im vorderen Bereich – für alle zugänglich – neue Trimm-dich-Geräte aufbauen.

Gerade die Coronazeit hat bestätigt, wie wichtig es ist, Sportmöglichkeiten an der frischen Luft zu haben.



Wir haben uns drei Geräte ausgesucht, die verschiedene koordinative Fähigkeiten fördern, die Gesamtsumme der Geräte beläuft sich auf 6.136€ netto plus Aufbau.

Summe:	6.136,00 €* 6.136,00 €
Versandkosten:	0,00 €* 0,00 €
Gesamtsumme ohne MwSt.:	6.136,00 € 6.136,00 €
zzgl. 19 % MwSt.:	1.165,84 € 1.165,84 €
Gesamtsumme	7.301,84 € 7.301,84 €

Definition Koordinative Fähigkeiten

Die koordinativen Fähigkeiten zählen neben den konditionellen Fähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit) zu den sportmotorischen Fähigkeiten. Die koordinativen Fähigkeiten sind teils entwicklungsbedingt, teils durch anlagebedingte Faktoren bestimmt. Verbessern sich die konditionellen Fähigkeiten überwiegend im frühen Erwachsenenalter, ist die koordinative Entwicklung besonders im Alter von 10- 13 Jahren trainierbar. Wollen, Können, Leistungsstreben, verbesserte Beobachtungsfähigkeit und Wahrnehmungsfähigkeit sind kennzeichnend für das späte Kindesalter. Werden die koordinativen Fähigkeiten in diesem Lernalter nicht ausreichend ausgebildet können sie nur bedingt oder sehr schwer im Nachhinein erlernt werden. Viele Lehrer und Übungsleiter beklagen eine mangelnde Koordination der heutigen Schulkinder. Die koordinativen Fähigkeiten sollten daher verstärkt geschult werden.

Zitat: [Koordinative Fähigkeiten \(dr-gumpert.de\)](http://dr-gumpert.de)





Um die koordinativen Fähigkeiten aller Altersklassen zu schulen, haben wir uns die folgenden Geräte ausgesucht:

Trimm-Dich-Pfad Gerät Kletterpark



Das Bewegungsgerät Kletterpark kombiniert die vier Trimm-Dich-Pfad Geräte Kletterbrücke, Klimmzug, Parallel-Barren und Liegestütz. Die Trimm-Dich-Pfad Gerätekombination eignet sich besonders für ein Training, das die Muskulatur im Oberkörper und in den Armen kräftigt. Dazu gehören Übungen wie Klimmzüge (Pull Ups), Hangeln, Reckübungen, Barrenstütz (Dips), Beinheber-Übungen (Leg Raises) und viele andere mehr. Das Trimm-Dich-Park Gerät lädt darüber hinaus zu einer Vielzahl von spielerischen Bewegungsübungen ein, mit denen auch weniger trainierte Nutzer ihre Beweglichkeit, Körper-Koordination und Ausdauer verbessern können.

Ausgesuchte Geräte:

Trimm-Dich-Pfad Gerät Balanciertreppe



Das Trimm-Dich Gerät Balanciertreppe eignet sich besonders für Balance-Übungen, mit denen die Körper-Koordination und der Gleichgewichtssinn trainiert werden. Darüber hinaus ermöglicht der Balancierbalken eine breite Palette von Dehn- und Kraftübungen, so dass Anwender auf dem Fitnessgerät ihre Beweglichkeit verbessern und ihre Muskulatur stärken können.

Ausgesuchte Geräte:

Trimm-Dich-Pfad Gerät Hindernisparcours



Das Trimm-Dich Gerät Hindernisparcours eignet sich besonders für das Training der Ausdauer und der Körperkoordination. Darüber hinaus können die Elemente des Bewegungsgerätes kreativ für verschiedene Übungen verwendet werden: Balancieren, Springen, Treppensteigen oder Liegestütze dienen einer Kräftigung der Muskulatur und des Herz-Kreislauf-Systems.

Wir würden die neuen Sportgeräte im vorderen Teil des Sportplatzes, hinter der vorhandenen Torwand aufbauen, damit sie für alle öffentlich zugänglich sind.



Danke

