

Bewegungsparcours / Calisthenics Park für Lilienthal

Outdoor-Fitness als generationenübergreifendes Sportangebot und ortsnahe Treffpunkt

Öffentliche Bewegungs-Parcours in der freien Natur haben sich in den letzten Jahren vom Trend zu nachhaltigen Sportkonzepten entwickelt, die ein breites Bewegungsangebot für viele Zielgruppen einschließen.

In Zeiten des demografischen Wandels ist es gerade für ländliche Kommunen wichtig, Menschen aller Altersklassen zur Bewegung zu motivieren. Outdoor-Fitnessanlagen sind hierfür ideal, da sie verschiedene Bewegungsangebote im Einklang mit der Natur anbieten und so sehr vielseitig und jederzeit zugänglich genutzt werden können.

Hinter „*Calisthenics*“ verbirgt sich der Trainingsansatz an wenigen, einfachen Geräten mit effektiven Übungen im Freien ein individuelles Training durchführen zu können. Die Hauptzielgruppe sind zwar primär junge Menschen, aber durch geeignete Ausstattung können auch viele weitere Zielgruppen davon profitieren: es ist möglich, ein höchst anspruchsvolles Training genauso zu absolvieren wie einfache Übungen zum Bewegungsapparat als auch als Dehnübungen als Ergänzungen zu Breitensportarten wie Joggen, Radfahren oder Nordic Walking.

Die Gemeinde Lilienthal ist von einer großen Vereinsdichte und -mitgliedschaft geprägt, jede*r zweite Bürger*in ist Mitglied in einem Verein. Der Sport und die gemeinsame Bewegung haben dabei einen großen Anteil. Neben den Aktivitäten innerhalb der Vereine nutzen viele Bürger*innen auch außerhalb der Vereinstätigkeiten die grüne Umgebung der Gemeinde, um Außensport zu betreiben. Ein Bewegungsparcour / Calisthenics-Park wäre hierzu eine ideale Ergänzung. Neben der sportlichen Aktivität steht auch der generationenübergreifende Austausch im Fokus – hier können verschiedene Altersklasse nebeneinander trainieren und ins Gespräch kommen. Vor allem für Jugendliche kann sich dieser Ort als Treffpunkt etablieren.

Bei der Umsetzung einer solchen Anlage sollten unbedingt die hiesigen Vereine, Trainer und Sportgruppen mit eingebunden werden; teilweise existieren schon ähnliche Angebote und Ansätze innerhalb der Vereine und können dadurch ausgeweitet werden. Gerade letzteres kann gezielt Jugendliche an die Vereine binden und neue Möglichkeiten bieten.

Ebenso kann durch eine Anlage auch das nähere Umland profitieren und die Gemeinde Lilienthal weiterhin an Attraktivität gewinnen – durch gezielte Werbung und Information für die Anlage sowie Hinweisschildern z.B. entlang der Radwanderwege können viele Menschen erreicht und „bewegt“ werden.

Moderne Bewegungsparcours werden heute zumeist aus Edelstahl-Konstruktionen erstellt und sind somit wetterunabhängig und vor Vandalismus geschützt. Der Pflegeaufwand lässt sich somit auf ein Minimum reduzieren, so dass hier wenige Laufzeitkosten auf die Gemeinde zukommen.

Die Anschaffungskosten belaufen sich *-je nach Größe der Anlage-* zwischen 30.000€ und 50.000€ und sind somit erheblich geringer als Sportanlagen an sich oder reine Spielplätze. Das Projekt könnte durch verschiedene Finanzierungsquellen umgesetzt werden: neben Sponsoren aus Wirtschaft und Stiftungen könnte eine Crowdfunding-Aktion gestartet werden oder Sponsorenläufe in Zusammenarbeit mit den örtlichen Vereinen durchgeführt werden. Ebenso können Förderprogramme auf Bundes- und Landesebene eingebracht werden; auch EU-Mittel im Rahmen der Förderung des ländlichen Raumes sind denkbar. Auch eine Bezuschussung durch die Gemeinde Lilienthal, z.B. im Rahmen der Sportförderung, sollte geprüft werden. Die Aktion der Volksbank Osterholz-Bremerförde könnte im Rahmen dessen eine Anschubfinanzierung darstellen und bietet zudem eine gute Werbeplattform für das Gesamtprojekt.

Die Standortwahl sollte gemeinsam mit der Gemeinde Lilienthal erfolgen. Ein zentraler Standort im Ortskern sollte hierbei favorisiert werden, ebenso die sinnvolle Anbindung an Fuß- und Radstrecken (z.B. unweit des Jan-Reiners-Weges oder Mühlendeiches). In Abstimmung mit dem Landkreis Osterholz ist ggf. auch das Mittelholz, welches als Naherholungsgebiet ohnehin etabliert ist, eine mögliche Standortoption.

Im Folgenden einige Bilder von bereits umgesetzten Projekten in anderen Kommunen:



Calisthenics-Park in Berlin-Neuruppin



Calisthenics-Park in der Gemeinde Ihringen



Street-Workout-Anlage in der Gemeinde Gundelfingen