

Das Training ist jederzeit möglich

Trimm-Dich-Pfad auf dem HöVi-Land-Gelände



Foto: Flickr

Kinder aus der ökumenischen Ferienfreizeit HöVi-Land haben gemeinsam mit Pastor Jörg Wolke, Gero Karaschewski und Markus Thiele den neuen Bewegungsparcours eingeweiht.

Vingst (sf). Kraft- und Ausdauertraining im Freien, wann immer man Lust dazu hat. Dies ermöglicht der neue Bewegungsparcours auf dem Waldspielplatz hinter dem Naturfreibad Vingst.

Hier können ab sofort Jung und Alt ihre Beweglichkeit an mehreren Übungsstationen rund um die Uhr trainieren.

Bei der offiziellen Einweihung mit Bezirksbürgermeister Markus Thiele und Gero Karaschewski vom Bürgerverein Ostheim waren auch viele Kinder dabei, die zur Zeit der Einweihung gerade

Urlaub in der ökumenischen Ferienfreizeit HöVi-Land machten. Gemeinsam mit dem evangelischen Pastor Jörg Wolke durften sie den offiziellen Einweihungsakt vollziehen, das Band durchtrennen und anschließend die Trainingsstationen testen. Die Schwierigkeitsstufen der einzelnen Stationen sind in gelb (leicht), grün (mittel) und blau (schwer) unterteilt, zudem wird auf Infotafeln die richtige Nutzung der einzelnen Stationen detailliert erläutert.

An der ersten Übungsstation werden Dehnübungen an einer Sprossenwand vollzogen, die zweite Station bietet Krafttraining für die Arme und Station Nummer drei Krafttraining für den Rücken. Zudem wurde eine Station errichtet, an der man mit Situps die Bauchmuskulatur trainieren kann. Der Bewegungsparcours wurde auf Initiative des Bürgervereins Ostheim errichtet. Dieser hatte einen Antrag an die Bezirksvertretung Kalk gestellt, der von den Lokalpolitikern angenommen und beschlossen wurde. Mit Unterstützung des Grünflächenamtes konnte der Bewegungsparcours schließlich realisiert werden. Die Kosten in Höhe von 24.000 Euro hat die Bezirksvertretung Kalk aus Mitteln für Stadtverschönerungsprogramme finanzieren können.

Letzte Änderung: Montag, 18.08.2014 10:52 Uhr