

# Generationen bewegen: Mit und ohne Trainer

Attraktive Bewegungsareale zu schaffen ist in zahlreichen Gemeinden zunehmend ein Thema: Von den Parks und Grünflächen im Wohnumfeld erwarten Bürgerinnen und Bürger, dass sie zugleich als Sport- und Bewe-

gungsraum genutzt werden können. Dabei kommen Wünsche und Erwartungen inzwischen verstärkt auch von den »Silver Agern« – gesundheitsbewussten und auf »sanften Sport« fokussierte ältere Menschen.

Gefragt sind dabei fundierte Nutzungskonzepte. Das gilt sowohl für »ein wenig Bewegung nebenbei« als auch für komplexere und fundierte Trainingsangebote, die auf sportwissenschaftlichen Konzepten basieren

sollten. Bewegungs- und Fitness-Parcours erfüllen dabei als Orte der Bewegung und der intergenerativen Kommunikation unter freiem Himmel eine wichtige Funktion – egal, ob für Einzelne oder für kleinere Gruppen, ob unter Anleitung oder individuell.

So wie unlängst bei der Eröffnung des Sport- und Bewegungsraumes in Dingolfing, einem Mehrgenerationen-Park mit dreizehn Geräten für

ein ganzheitliches Training. Gleich ein halbes Dutzend Interessenten ließen sich zum Trainer ausbilden und werden so durch gezielte Betreuung die Attraktivität der Anlage weiter auch in der näheren Umgebung steigern, wo es mittlerweile weitere playfit® Bewegungsparcours gibt wie in Loiching, Osterhofen, Aiterhofen und Salching.

Auch der playfit® Bewegungsparcours im Essener Gruga-Park mit seinen 17 Geräten wird mittlerweile von Trainern im Rahmen des Gesamtkonzeptes eines Bewegungsangebotes im Park stark frequentiert...

Information:

playfit GmbH,

Brauerknechtgraben 53,  
20459 Hamburg,

Tel.: (0 40) 37 50 35 19,

Fax: (0 40) 30 70 92 63,

E-Mail: [info@playfit.eu](mailto:info@playfit.eu),

Internet: [www.playfit.de](http://www.playfit.de)

