

Partner von ZOLANIS

Ein Park für fitte Senioren



(uh/25.03.2013-15:20)

Marienheide - Gestern Vormittag war es so weit: Der Bewegungspark für Senioren, zwischen der Katholischen Kirche und dem Pfarrheim, wurde durch Pater Robert Rego eingeweiht und seiner Bestimmung übergeben.

[Bilder:
Martin
Hütt.]

Von Ursula Hütt

Bereits im Jahr 2011 hatte die Marienheider Bürgerstiftung dazu aufgerufen, die Seniorenarbeit zu unterstützen. Der Arbeitskreis Senioren Marienheide hatte die Idee, einen Bewegungspark für Senioren zu schaffen. Dieser Gedanke wurde durch die Bürgerstiftung aufgenommen, finanziert und so in die Tat umgesetzt. Das Projekt wurde durch die Bürgerstiftung mit 30.000 € voll finanziert und ist damit die bisher größte Einzelmaßnahme der Bürgerstiftung.

Burkhardt Müller, Vorsitzender der Bürgerstiftung, dankte der Katholischen Kirche, die das Grundstück zur Verfügung gestellt hat. „Der Standort ist ideal, zentral gelegen und durch den Schallschutzzaun von der Straße her nicht einsehbar“, so Müller. Ebenso dankte er dem Architekten Peter Wirsing aus Gummersbach, der bei diesem Projekt auf sein Honorar verzichtet hat und dadurch ebenfalls zur Realisierung beigetragen hat.

[Mit diesem Fitnessgerät wird die Armmuskulatur gestärkt.]

Die Geräte des Bewegungsparks sind speziell für Senioren gestaltet. So können beispielsweise auf einer Bank drei Personen sitzen. Während sich das Trio unterhält, können zwei Senioren die Beinmuskeln trainieren. Der Blick auf die Kirche soll dabei entspannend und beruhigend wirken. Auf einem anderen Gerät kann die Armmuskulatur gekräftigt werden, dazu müssen zwei Metallbügel vorwärts und rückwärts bewegt werden. Wer hier zehn Minuten durchhält, gehört zu den „Fitten Alten“.

Das dritte Gerät ist ein Schwebebalken, der nur rund drei Zentimeter hoch ist. Allerdings ist der Balken beweglich, wodurch das Gleichgewicht trainiert wird. Haltestangen rechts und links dienen der Sicherheit. Pater Backwinkel, der inzwischen auch zu den Senioren gehört, probierte interessiert ein Gerät aus. Die Anerkennung konnte man ihm ansehen. Der Bewegungspark steht jedem Interessierten zur Verfügung. Burkhardt Müller betonte, dass die Möglichkeit der Erweiterung besteht, wenn die Marienheider Senioren den Bewegungspark annehmen.



Das könnte Sie auch interessieren