

Bewegungsplattform für alle Generationen

Von: Lukas Wende und Silke Hohagen

Kontakt: lukas-wende@hotmail.de Silke@hohagen.de

Budget: 5.000 €

Umsetzungsdauer: wenige Wochen

Für das diesjährige BurgerBudget schlagen wir vor, den Betrag i.H.v. 5.000 € für den Aufbau einer „Bewegungsplattform“ für alle Generationen zur unabhängigen Nutzung auf dem TSV-Gelände zu nutzen.

Damit ist eine **Calisthenics-Anlage** gemeint, wie es sie bereits in vielen umliegenden Gemeinden und Städten (bspw. in Buchloe, Bobingen, Eichenau, Weilheim, Olching, FFB ..) auch als „Trimm Dich Station“ bekannt, gibt oder vielerorts entsteht.

Calisthenics ist eine Trendsportart, die im Grunde Elemente des Turnens und des Krafttrainings kombiniert. Die Vorteile liegen auf der Hand!

- keine Öffnungszeiten und keine preislichen Hürden (daher besonders sozial und integrativ)
- Training an der frischen Luft (in Zeiten von Corona und Home Office wichtiger denn je)
- Kurze Wege zur Trainingsgelegenheit
- Vielseitiges und ganzheitliches Training mit dem eigenen Körpergewicht, das die Haltung verbessert und Körperspannung erhöht: Prävention von Verletzungen und Schmerzen
- **generationen- und niveauübergreifendes Training: auf einem Schild werden Übungen für alle Altersklassen und Schwierigkeitsgrade beschrieben**



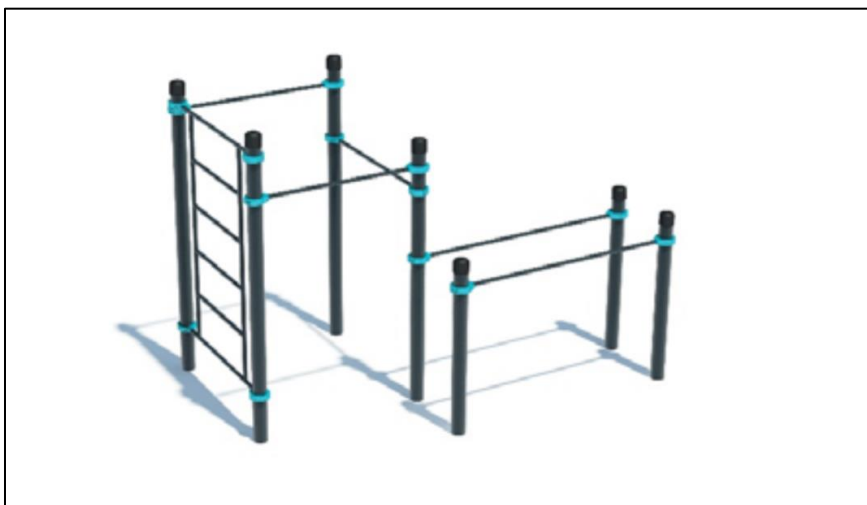
... Calisthenics ist eine Trendsportart!

Der Standort (s.u.) beim TSV eignet sich besonders, da dort in Ruhe trainiert werden kann und er bequem zu Fuß oder per Fahrrad zu erreichen ist. Für diejenigen, die z.B. direkt nach der Arbeit trainieren wollen und mit dem Auto kommen, stehen genügend Parkplätze zur Verfügung. Außerdem wird das Gelände durch eine weitere Möglichkeit Sport zu treiben, aufgewertet. Die Sportlerinnen und Sportler des TSV könnten die Station direkt in das eigene Training integrieren. Jeder für sich oder auch in der Gemeinschaft kann eigenständig nach seinem Ermessen trainieren.

Die „Bewegungsplattform“ ließe sich bei Erfolg in den Folgejahren problemlos vergrößern bzw. erweitern. Ansonsten entstünden durch den Aufbau kaum Folgekosten. Die Instandhaltung ist simpel. Da auf dem Gelände (s.u.) genug Platz zur Verfügung steht, müsste kein einziger Baum gefällt werden.

Es würde sich dabei um eine langlebige Investition in die Gesundheit der Einwohnerinnen und Einwohner Schondorfs handeln. Sowohl für Senioren, als auch für Jugendliche wäre es ein weiterer unabhängiger sportlicher Treffpunkt, von denen es bislang noch nicht allzu viele gibt. An den TSV wurde der Vorschlag übrigens schon häufiger, vor allem von verschiedenen Jugendlichen, herangetragen. Eine rege Nutzung ist damit garantiert!

Mögliche Konkretisierung

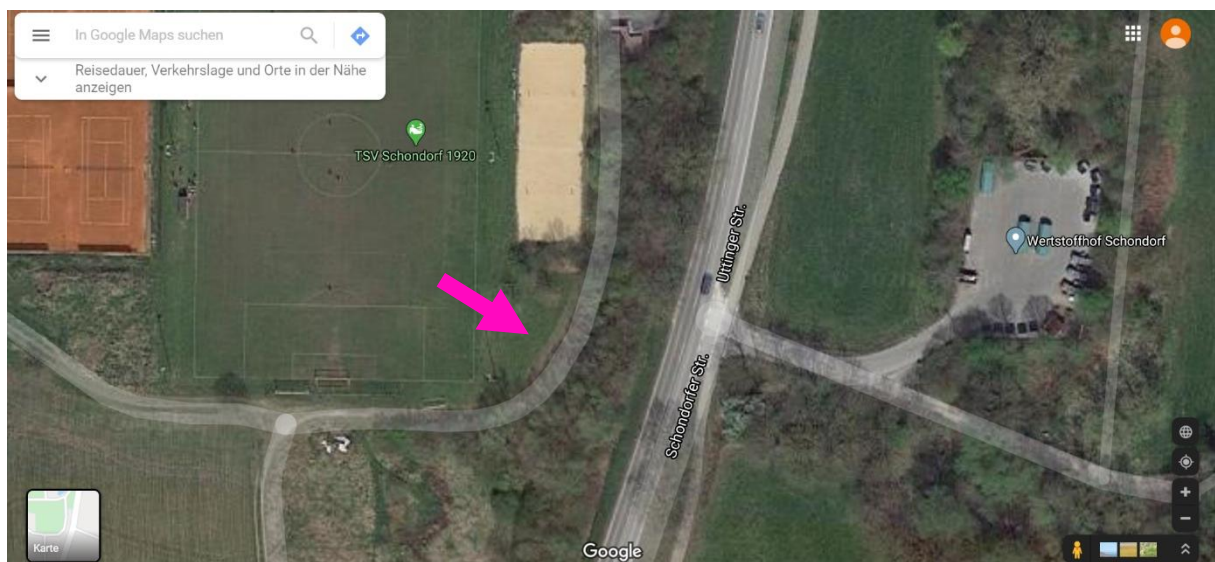


Kostenaufteilung:

- **Material: ca. 3.500 Euro**
- **Montage: ca. 1.500 Euro**

Standort

Variante A





Vorteile:

- Direkt neben Skate-Park, Beach-Volleyball-Feld und geplantem Basketball-Anlage => Synergien
- Beleuchtung ohne großen Aufwand möglich
- Dennoch diskretes Training möglich
- Integration in den Sportbetrieb leicht möglich
- Zwischen den Bäumen könnte zusätzlich eine slag-line gespannt werden
- Bäume bieten Schatten
- Unter den Bäumen könnte Brotzeit-Bank ergänzt werden, um Training familienfreundlich zu gestalten und Begegnungen zu ermöglichen

Nachteile:

- Schwieriger zu finden und muss daher evtl. beschildert werden

Variante B



Vorteile:

- von der Straße einsehbar
- „Spontannutzer“ wahrscheinlich
- leicht zu finden
- Integration in das Sportgeschehen

Nachteile:

- Kein diskretes Training möglich
- Lärm durch Straße oder Fußball-Spiele
- Freier Fussballflächenplatz

Herzlichen Dank für die Möglichkeit Ihnen unsere Idee nahe bringen zu dürfen!

Mit sportlichen Grüßen

Silke und Lukas