

# Erster Kasseler Sport- und Gesundheitsparcours eröffnet



*Prof. Dr. Volker Scheid vom Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Kassel, stellvertretender Sportamtsleiter Karsten Schwartz, Sportdezernent Christian Geselle, Sportamtsleiterin Dr. Andrea Fröhlich und Hauptsponsor Holger Aukam*

Fitness an der frischen Luft, Bewegung rund um die Uhr, ganzjährig öffentlich zugänglich, mehrgenerationentauglich und der ganze Spaß auch noch kostenlos - das alles bietet der erste Kasseler Sport- und Gesundheitsparcours. Ein moderner Calisthenics-Bereich (Form des Trainings mit eigenem Körpergewicht) gehört ebenfalls dazu. Eröffnet wurde die neue Fitness-Insel hinter dem ehemaligen Kinderkrankenhaus Park Schönfeld jetzt von Stadtkämmerer und Sportdezernent Christian Geselle.

"Trotz des reichhaltigen und abwechslungsreichen Sportangebotes in Kassel finden viele Menschen oftmals nicht den Weg in einen Sportverein, ins Fitnessstudio, ins Schwimmbad oder auf den Sportplatz. Häufig fehlt es ihnen berufsbedingt einfach nur an der nötigen Zeit dafür", sagte Sportdezernent Geselle. "Auf dem Sport- und Gesundheitsparcours können sie von nun an spontan etwas für ihre Fitness und Gesundheit tun. Jeder entscheidet selbst über seinen eigenen Trainingsplan und wann er aktiv wird. Auch mit wenig Aufwand lässt sich ein positiver Effekt erzielen."

Mit dem neuen Trainingsareal komme die Stadt dem wachsenden Wunsch der Bevölkerung nach unkomplizierten Fitnessmöglichkeiten unter freiem Himmel nach, sagte Geselle. Eine Studie über das Sportverhalten der Kasseler Bevölkerung habe dies zutage gebracht. Geselle: "Diese gesammelten Ergebnisse haben natürlich Bedeutung für unsere weitere Sportentwicklungsplanung und entscheiden mit darüber, wo und wie künftig im Sportbereich in Kassel investiert wird."



Bei dem aufeinander abgestimmten System von zwölf fest installierten Geräten sei auf einer vergleichsweise kleinen Fläche ein zielgerichtetes, effektives Training von Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer möglich, erklärte Geselle weiter. Übersichtlich und verständlich gestaltete Anleitungstafeln beschreiben jeweils die zu absolvierenden Übungen.

Diese in Kassel bislang einzigartige Trainingsfläche konnte die Stadt in gewohnt guter Kooperation mit der Universität und insbesondere mit Unterstützung zahlreicher regionaler Unternehmen realisieren, berichtete Geselle und dankte allen am Projekt Beteiligten dafür. „Die Anlage ist eine gute Investition und beweist einmal mehr die sinnvolle Verknüpfung von öffentlicher Aufgabe und privater Initiative.“ Die Gesamtkosten für den Sport- und Gesundheitsparcours liegen bei rund 150.000 Euro, der städtische Anteil beträgt etwa 65.000 Euro.

