

# Bessere Resonanz als im Vorjahr

**Löwenplatz** – Aktion „Fit sein – fit bleiben“ des Treffpunkt Innenstadt kommt gut an – Nervenkitzel für Mutige und rollende Fahrradparty – Attraktive Preise bei Fitnessrallye

Bei der Gesundheit hört der Spaß auf – oder fängt das Vergnügen an. Aus guten Gründen wird dem Thema verstärkte Aufmerksamkeit gewidmet, werden angestrengt neue Wege gesucht, das Bewusstsein möglichst früh dafür zu wecken, dass Gesundheit Lebensqualität bedeutet. So hat auch der Treffpunkt Innenstadt (TI) die Aktion „Fit sein – fit bleiben“ mit Kooperationspartnern weiterentwickelt. Erstmals wurde am Samstag das Angebot von Informationen und Mitmachaktivitäten in Form einer Fitness-Rallye gestaltet. Das Punktesammeln war dabei verlockend, denn am Ende standen attraktive Preise.

Nicht zu übersehen, dass unter den Besuchern auf dem Löwenplatz das junge Publikum am eifrigsten von den praktischen Übungen Gebrauch machte, Ältere die Information bevorzugten. Den Jungen am Ruderergometer ging es sichtbar in die Knochen und trieb Schweiß auf die Stirn.

Trockentraining, wie es beim heimischen RRR für die Wassersportler betrieben wird.

Nebenan ist Konzentration gefragt: Die junge Dame testet ihren Gleichgewichtssinn auf dem Posturomed des GPR-Klinikums. Sie will auf einem Bein auf einem Schwingboden stehend die Balance halten.

Dass Papa auf dem Fahrradsattel eifrig strampelte, bereitete ihm offenbar mehr Spaß als Mühe, schließlich betrieb er gleichzeitig eine Körnermühle damit, die ihm Müslizutaten wie Kokosflocken, Mandeln oder Sonnenblumenkerne bescherte. Und an Wurftechnik feilen konnte, wer die Bälle in Körbe befördern wollte, wobei Augenmaß und Finger-spitzengefühl gefragt waren.

Wer, wie Johannes Lyngdoh, nicht mehr so sehr auf Muskelkraft setzen wollte, trainierte sein Gehirn beim Buchstabenrätsel. Er jedenfalls stellte fest: „Voll intakt“ nach Lösen der Aufgaben, die von

der Alzheimer- und Demenzerkrankengesellschaft gestellt waren.

Für ganz Mutige hatte der Parcours einen unübersehbaren Höhepunkt parat, der Nervenkitzel und Spaß versprach – das Looping-Bike. Angeschlallt, in die Pedale getreten und schon konnte man in fast sieben Metern Höhe kopfunter verharren. Der Kontrast dazu das „Conference-Bike“, bei dem sieben Personen um einen Tisch sitzen und gemeinsam in die Pedale treten, von einem Piloten gesteuert – die rollende Fahrradparty.

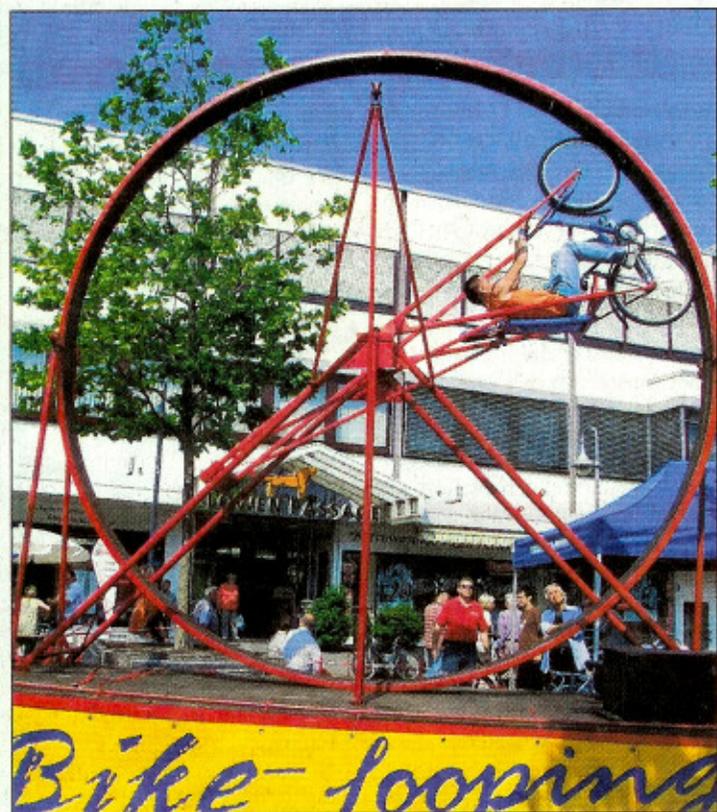
Wer von alledem genug hatte, konnte sich schließlich aus der passenden „Fitness-Küche“ gesundes Essen besorgen. Oder einfach unter dem Glasdach das musikalische Rahmenprogramm mit der Band „Nite Live“ bei einem Getränk genießen.

Sommerliche Temperaturen waren kein Hinderungsgrund, nicht auch noch Hitzigeres zu veranstalten. Zum Fußball-EM-Auf-

takt stand zum dritten Mal das Tischfußball-Turnier an. Hier entthronte das BKK Aktiv-Team den Dauersieger vom Enza-Friseursalon im Endspiel.

Krankenkassen, Klinikum, Fahrradhäuser, Outdoor-Ausrüster, Sanitätshaus und ADFC, Sportvereine und Gastronomie waren Partner des Geschehens rund um die Gesundheit. Diese neue Mixtur mit größerem Anreiz, hielt Treffpunkt-Innenstadt-Managerin Sandra Ehrenstein fest, fand bessere Resonanz als der Vorjahrestag. Auch die Publikumsmischung sei eine andere gewesen.

Mit historisch gewandertem Wolfgang Fickus an der Spitze, hatte sich mottogerecht („Biken – Fitness – Gesundheit“) eine Gruppe Tourenradler des RV Opel zum Zwischenstopp eingefunden. Die Hauptgewinne der Verlosung zogen Frederik Schuhmann (Fahrrad), Margarete Toemmler (Gutschein) und Lara Soffner (Gürteltasche). bje



**Unübersehbare Attraktion** der Aktion „Fit sein – fit bleiben“ auf dem Löwenplatz war – für Mutige – das Looping-Bike (linkes Bild). Das Conference-Bike (rechtes Bild) kommt dagegen eher gemütlich daher, ist für eine rollende Fahrradparty gedacht.

FOTOS: ERNST EELMAE