

Freitag, 28. Juni 2024, Waldeckische Landeszeitung / Lokales

Training auf der Promenade

Aktion „Sport im Park“ in Heringhausen läuft vom 15. Juli bis 22. August

VON WILHELM FIGGE



Zu moderatem, für alle zugänglichen Training laden (hinten von links) Marius Hamel, Sandra Fisseler, Anja Nowitzki, Klaus Hamel und Volker Becker (vorne) ein. Foto: Figge

Diemelsee-Heringhausen – Die Gemeinde Diemelsee beteiligt sich an der Aktion „Sport im Park“: „Wir wollen Einheimische und Gäste motivieren, in die Natur zu gehen, sich draußen zu bewegen und etwas für ihre Gesundheit zu tun“, erklärt Bürgermeister Volker Becker. Vom 15. Juli bis 22. August wird Outdoor-Training an der Heringhäuser Promenade angeboten.

Immer montags um 17.15 Uhr und donnerstags um 9.15 Uhr erwarten lizenzierte B-Trainerinnen im Bereich Gesundheitssport die Teilnehmer. Je nachdem, wer kommt, wird dann ein passendes Angebot entworfen. Dazu gehören etwa Treppen-, Bank- und Zirkeltraining, erklärt Sandra Fisseler von der SG Diemelsee. Kraft, Ausdauer, Balance, Schnelligkeit und Koordination sollen gestärkt werden, erläutert ihre Kollegin Anja Nowitzki: „Es wird ein mode-

rates Training, das alle anspricht. Der Treffpunkt ist beim Amphitheater auf der Promenade.

Zuweilen können Kleingeräte der Sportvereine genutzt werden, federführend ist die SG Diemelsee. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich und es muss nichts mitgebracht werden.

Sportkreis und Landkreis Waldeck-Frankenberg laden zu der Aktion ein – der Sportkreis trägt den Großteil der Kosten, vom Landessportbund gibt es einen Zuschuss. Entstanden ist die Aktion „Sport im Park“ in Frankfurt, weil es an Sporthallen mangelte, erklärt Marius Hamel, Bewegungskordinator im Landkreis. Doch auch wo es genug Räume gebe, soll die Aktion zu mehr Bewegung im öffentlichen Raum motivieren. So gibt es in manchen Orten auch Schnuppermöglichkeiten für verschiedene Sportarten. Nachdem vor zwei Jahren nur Korbach dabei war, sind nun acht Kommunen im Kreis dabei: Diemelstadt, Twiste, Vöhl, Bad Wildungen, Frankenberg und Allendorf gehören dazu.

Zusammen mit dem Kreis Bergstraße liege Waldeck-Frankenberg damit vorne, sagt Klaus Hamel von der Tourist-Information Diemelsee. Für die Ferienregion sei es ein weiteres Angebot in der Sommerzeit – und die Daheimgebliebenen sollen ebenso angesprochen werden wie die Gäste.

Die Promenade eigne sich hervorragend, auch wegen der Sportgeräte vor Ort – davon seien mehr denkbar. Ziel sei, die Aktion langfristig zu etablieren und das Motto „Gesunde Kommune“ wieder zu leben: „Daraus kann sich viel entwickeln“, hält Klaus Hamel fest.