

Sport im Park bringt Senioren in Bewegung

Bilanz: Mehr als 550 Menschen haben das Sportangebot in Mohns Park genutzt.

Die Organisatoren planen bereits eine Wiederholung im nächsten Jahr

■ **Gütersloh** (nw). Aerobic, Rollator-Walking, Schach, Selbstverteidigung: Die zweite Auflage der Aktion „Sport im Park“ hat an sieben Terminen durchschnittlich rund 80 Teilnehmer in Mohns Park gelockt. Die Verantwortlichen der Arbeitsgemeinschaft „Siba – Sport im besten Alter“, zu der der Seniorenbeirat, die Stadt Gütersloh mit den Fachbereichen Familie und Soziales sowie Kultur und Sport, der Stadtsportverband und der Kreissportbund Gütersloh gehören, ziehen eine positive Bilanz. Das erklärte Ziel, mehr Menschen zu mehr Bewegung zu ermutigen, ist einer Mitteilung der Arbeitsgemeinschaft zufolge erreicht worden.

Die Beweggründe der Teilnehmer mögen sehr unterschiedlich sein – die Freude am Sport spielte jedoch bei allen eine Rolle. Während den einen das „Mitmachen ohne Anmeldung“ besonders gut gefallen habe, hätten andere „die Vielfalt der Angebote“ gelobt, heißt es von der Arbeitsgemeinschaft. Und wieder andere hätten als besonders positiv hervorgehoben, „dass es



Von wegen ruhige Kugel: Das Team des TuS Friedrichsdorf begeisterte viele Teilnehmer für den Boule-Sport.

draußen stattfindet“. Draußen und ohne Voranmeldung konnten sich die Teilnehmer durch insgesamt elf Angebote rund um Spiel, Sport, Gesundheit und Fitness schnuppern. Großen Zuspruch habe dabei das Tanzangebot des Bundesverbandes für Seniorenanz unter Leitung von Waltraud Biermann gefunden. Ebenfalls beliebt waren laut Mitteilung Qi Gong mit Dorothea Eversmeyer sowie Aerobic, Fitness-Gymnastik und Nordic Walking (TV Isselhorst, DJK Avenwedde, DJK Gütersloh,

Gütersloher TV und SV Spexard). Und auch sportliche Köpfe kamen nicht zu kurz: Für Denksport im Sitzen oder Stehen hatte der Gütersloher Schachverein sowohl ein Schachfeld mit Großspielfiguren als auch klassisches Tischschach im Angebot. Für Abkühlung mit Gesundheitsnote sorgte der Kneipp-Verein Gütersloh beim Wassertreten, und der Gütersloher TV informierte über Möglichkeiten des Rollator-Trainings.

Doch Begeisterung gab es nicht nur auf Seiten der Teil-

nehmer. Auch die 24 beteiligten Übungsleiter aus insgesamt neun Gütersloher Vereinen zogen ein positives Fazit. „Wir sind im nächsten Jahr in jedem Fall wieder dabei“, versprach Peter John von der DJK Gütersloh. „Man muss nicht erst 50 Jahre alt werden, um sich für Gesundheitssport zu interessieren. 70 ist nicht zwangsläufig die Marke für Sitzgymnastik, und auch mit 80 Jahren hat manch einer noch Spaß am Tischtennispielen“, betont Margret Eberl vom Kreissportbund Gütersloh. Und im genau besten Alter haben sich offenkundig viele Gütersloher gefühlt. So waren 45-Jährige ebenso dabei wie 80-Jährige. „Im nächsten Jahr führen wir Sport im Park weiter und hoffen, dass Bewegungstreffs im Freien langfristig eine feste Einrichtung in Gütersloh werden“, sagt Vjollca Memaj von der Stadt Gütersloh.

Die Aktion „Sport im Park“ wird unterstützt von der Bürgerstiftung Gütersloh und ist eingebunden in das Programm „Bewegt älter werden in NRW“ des Landessportbundes NRW.