Outdoor-Fitness-Park im Erholungswald Westerlau

Ort des Projekts	**Laichingen: Erholungswald Westerlau**
Bundesland/Bundesländer	**Baden-Württemberg**
Einwohner der Gemeinde	**12.540**
Zeitpunkt der Umsetzung	**2020-2021**
Freiraumtyp	**Stadtwald**

Bewegung und Gesundheit

Welchem Typ entspricht das Projekt?

[X] **Gebaute Projekte** [X] **Programme und Aktionen**

Welchen inhaltlichen Schwerpunkt setzt das Projekt in der Förderung von Bewegung und Gesundheit?

- Bewegungsfördernde, multifunktionale Gestaltung von Grünräumen
- Soziale Treffpunkte mit Bewegungsangeboten
- Spielräume für Kinder und Jugendliche
- Kühle Orte für Bewegung bei Hitze
- Sport- und Bewegungsprogramme für öffentliche Grünräume

Lebensqualität

Welche Mehrwerte der Lebensqualität bietet Ihr Projekt darüber hinaus?

- Freizeit/Erholung
- aktive Mobilität
- Begegnung/soziale Teilhabe

Kurzbeschreibung

Der Fitnessparcours im Laichinger Erholungswald ist im wahrsten Sinne des Wortes eine geniale Teamleistung für die Allgemeinheit, Arbeitswelt, Schulen und Vereine. Die Idee, der Bevölkerung im Rahmen eines Jubiläums eines örtlichen Kreditinstituts nachhaltig etwas Gutes zu tun und dabei den gesundheitlichen Aspekt zu fördern, traf auf eine überzeugende Philosophie eines Sportwissenschaftlers und ehemaligen Leistungssportlers. Ein Mehrgenerationenpark mit robusten Fitnessgeräten - für alle frei, gut und kostenlos zugänglich - laden nicht nur alle Altersgruppen ein, sich im Freien zu bewegen, sondern begeistert auch Sportler. Außerdem hilft es, Gewalt und Aggressionen abzubauen. Das Konzept begeisterte und so taten sich Stiftungen, Sponsoren, Förster, Stadt und Landkreis sowie unglaublich viele ehrenamtliche Vereins- und Stiftungsmitgliedern zusammen. 53.000 Euro Spendengeldern wurde generiert, in vielen Sitzungen Pläne geschmiedet und hunderte von Arbeitsstunden erbracht. Nun stehen gut erreichbar acht Einzel- und ein Multifunktionsgerät auf einer kleinen Lichtung im Wald. Diese liegt gleich neben dem Parkplatz des am Stadtrand angrenzenden Erholungsgebietes „Westerlau“. Auf der zusätzlich ausgeschilderten Laufstrecke von 3 Kilometern warten weitere fünf Geräte für Fitnesshungrige. Die richtige und einfach Handhabung funktioniert durch kleine Erklärvideos, die mit dem Handy über QR-Code abrufbar sind. Gerade in der Pandemie, wo Studiobesuche nicht möglich waren, wurde die Fitnessmöglichkeit im „Grün“ der Stadt extrem in Anspruch genommen. Der Parcours erwies sich in 2021 als Hauptgewinn für die Einwohner der Stadt Laichingen und ist die optimale Ergänzung im Erholungsgebiet zum Abenteuerspielplatz, dem Wildpark und dem grünen Klassenzimmer.

Bewegung und Gesundheit

Die vielseitigen Fitnessgeräte wurden unter der Regie des städtischen Bauhofes und des zuständigen Revierförsters in Eigenleistung vieler ehrenamtlichen Helfer, unter anderem der Mitglieder der Handballabteilung des örtlichen Sportvereins, auf- und eingebaut. Die Identität und die Akzeptanz sind dadurch sehr hoch. Das Angebot lockt viele Nutzer in den gleich an die Stadt und das Erholungsgebiet angrenzenden Wald – die Lunge der Natur. So trägt zur körperlichen Betätigung auch das gute Klima und das „GRÜN“ der Natur zum Wohlbefinden, zur Gelassenheit und zur Gesundheit bei. In der Hitze des Sommers bietet der Schutz der Bäume besonders viele Vorteile. Zusätzliche Kurse und Aktionen unter sportwissenschaftlicher Leitung für Schulen, Vereine und Sportbegeisterte bieten zusätzliche Möglichkeiten zur intensiven Nutzung.

Projektbeteiligte

Volksbank Alb eG
Initiator, Sponsor

Firma begreen24
Konzept, Planung

Forstamt
Planung und Umsetzung

Handballabteilung und Sponsoren
Aufbau, Baugeräte, Baumaterial

Bürgerstiftung Laichinger Alb
Netzwerker und Sponsor

Stadt Laichingen
Genehmigung, Pflege, Verkehrssicherung

Partnerschaftsfonds, Sportstiftung
Begleitung, Koordination Helfer

Lebensqualität

Sowohl der Fitnessparcours am Hauptplatz als auch die Wegstrecke mit seinen individuellen Sportgeräten erfreuen sich großer Beliebtheit von Jung und Alt. Gerne wird er von Schulen im Sportunterricht, Sportvereinen im Training, Arbeitgebern im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements und selbst bei Physiotherapeuten in Therapie-Programmen mit eingebunden. Der Fitness-Park wurde zum Herzensprojekt der Beteiligten und vieler Nutzer. Offiziell wurde die Anlage der Stadt Laichingen übergeben. Neben dem Revierförster und der Bevölkerung hat besonders der städtische Bauhof ein Augenmerk auf die Pflege und den Erhalt der Geräte sowie deren Sicherheit. Eine Erweiterung dieser wertvollen Bereicherung unserer Stadt ist jederzeit möglich und auch angedacht – vielleicht ermöglicht uns dies das Bundesministerium mit dieser Ausschreibung.

Prozess und Zusammenarbeit

Die Besonderheit war das schöne Miteinander. Die Stiftungsvorstände, der Bürgermeister und der Revierförster waren bereits am Anfang der Planung von dem Projekt ergriffen. Alle nutzten ihre Möglichkeiten und Beziehungen (auch zur Presse), um Sponsoren und Zeitstifter zu gewinnen. Sie brachten sich auf ihre Weise ein, so dass etwas ganz Großes und Besonderes für die Allgemeinheit der Stadt entstand - zur Verringerung des Bewegungsmangels in der Bevölkerung und zum Abbau von Aggressionen und Gewalt. Besonders nützlich und wertvoll war das Projekt in der Corona-Pandemie.

Outdoor-Fitness-Park im Erholungswald Westerlau

Sportteam bei der Einweihung des Outdoor-Fitness-Parks
Quelle: Volksbank Alb eG, Schwäbische Zeitung (Fr. Kuhn-Urban)

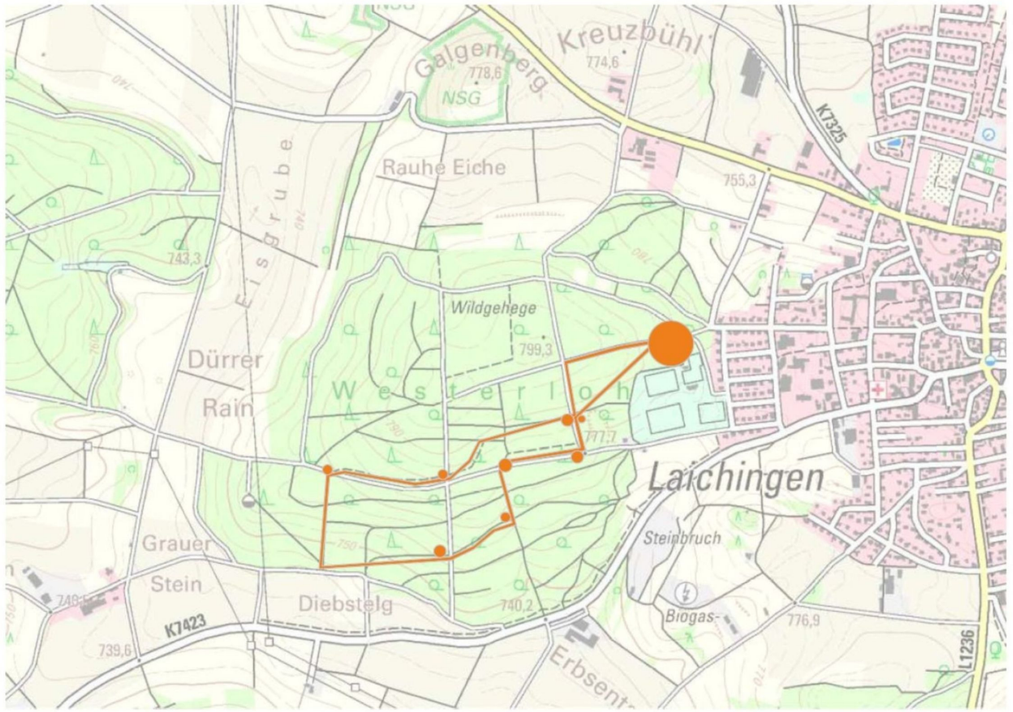
Teamarbeit beim Aufbau der Sportgeräte
Quelle: Volksbank Alb eG

QR-Code zum Abruf des Imagefilms vom Outdoor-Fitness-Park
Quelle: Volksbank Alb eG und Firma begreen24

Hauptplatz des Outdoor-Fitness-Parks (Ausschnitt)
Quelle: Stadt Laichingen

BUNDES PREIS STADT GRÜN

Outdoor-Fitness-Park im Erholungswald Westerlau



Standort Outdoor-Fitness-Park im Erholungswald Westerlau
Quelle: Stadt Laichingen

Beschilderung des Outdoor-Fitness-Parks
Quelle: Volksbank Alb eG