



Ressort: Lokale Nachrichten

Sport auf der Laga 2020

Kamp-Lintfort, 26.02.2020 [ENA]

„Wir haben einen sympathischen Ausschnitt aus dem Sportprogramm der Landesgartenschau gezeigt“, sagte Gartenschaugeschäftsführer Martin Notthoff zum 11. und vorletzten Countdown in der Sporthalle der Europa-schule an der Sundermannstraße in Kamp-Lintfort.

Die schwingenden Bewegungen mit den grünen Ringen in der Hand in alle Richtungen, sie sind der „Treiber“ - Marianne Friedriszik leitete die Gruppe an. Sie berichtet von Smovey-Walks auf Kloster Kamp, die auch während der Landesgartenschau angeboten würden: „Der Klostergarten ist genial dafür!“ Ein Walk dauere ca. eine Stunde und neben dem einfachen, schwingenden Gehen mit den Smovey-Ringen werden Bewegungseinheiten ausgeführt und Übungen zu musikalischer Begleitung. Die Ringe kommen aus Österreich und werden dort in einer Behindertenwerkstatt gefertigt. Detlev Friedriszik zeigte, wie die Ringe Parkinson-Patienten einen angenehmen Gang ermöglichen können.

Der Countdown zeige nur einen kleinen Ausschnitt des täglich auf der Laga angebotenen Sportprogramms, betont Manfred Klessa vom Stadtsportverband „Wir bieten auch Aktivsportarten wie Tischtennis und Cheerleading an!“. Während der Gartenschau würden zudem beispielsweise auch Yoga, Pilates und Feldenkrais-Kurse angeboten sowie ein breitgefächertes Tanzangebot, kündigt Klessa an. Wichtig sei vor allem, „dass die Sportvereine aus der näheren und weiteren Umgebung sich auf der Laga präsentieren können.“

Abends bieten wir für die arbeitende Bevölkerung ein Cardio-Power-Workout an, das ebenfalls draußen im Park stattfinden wird“, sagt Mirjam Schenke vom Veranstaltungsteam der Laga. „Das regelmäßige Sportprogramm im Laga-Gelände können – und sollen - natürlich alle Besucherinnen und Besucher mitmachen, doch besonders für Besitzer und Besitzerinnen von Dauerkarten bietet es einen besonderen Mehrwert“, betont Susanne Toussaint, Veranstaltungsteam Laga. Für das jüngere Publikum ist in den Sommerferien eine Sportaktivwoche in Kooperation mit dem Kreissportbund geplant. In dieser Woche kann man Trendsportarten wie „Parcours“ testen.

Alltagsübungen, die die Fitness stärken, zeigte Gisela Henschel vom Landessportbund. Sie führte mit den Teilnehmern und Teilnehmerinnen einen Alltags-Fitness-Test durch, der auch auf dem Gelände der Gartenschau angeboten wird. Ursula Kühnen (Landessportbund) berichtet von ihrem Fitness-Kurs für Ältere, der immer gut besucht ist: „Rennen ist zwar nicht mehr unbedingt möglich, aber die Bewegung ist

Redaktioneller Programmdienst: European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.



..... International Press Service.....

den Menschen wichtig, auch im Alter!“.

Und dass Bewegung wichtig ist, zeigte auch Kalli, das Maskottchen, er schwang die Smoveys, lief mit durch die Halle und übte sich in Kniebeugen.

Bericht online lesen: https://rsand.en-a.de/lokale_nachrichten/sport_auf_der_laga_2020-77467/

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Klaus Hantel

**Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency**

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.