

# »Sport im Park«

## Schnupperangebote im Sommer

Gütersloh. Zur dritten Auflage von »Sport im Park« sind in diesem Sommer wieder alle sportlich Interessierten eingeladen. Der Auftakt ist am 1. Juli.

Einfach hingehen und mitmachen beim Qi Gong, Tanzen, Nordic-Walking, Boule, Fitness im Park, Kneippisches Gesundheitstraining (Wassertreten), Schach, Tischtennis, Judo oder Aerobic. Beim »Sport im Park« stehen erneut neben bewährten Park-Sport-Klassikern auch solche Sport- und Bewegungsangebote auf dem Programm, die gerade von älteren Menschen einmal ausprobiert werden sollten.

Dieses Mal startet »Sport im Park« bereits vor den großen Sommerferien und reicht dann bis in die Ferienzeit hinein. An neun Terminen im Juli, jeweils mittwochs, in der Zeit von 17 bis 18 Uhr, und samstags, in der Zeit von 11 bis 12 Uhr im Mohns Park in der Yorckstraße 8 sind alle dazu eingeladen, sich gemeinsam mit anderen zu bewegen. Der Auftakt ist am Samstag, 1. Juli, von 11 bis 12 Uhr.

Das Motto der Veranstal-



Raus ins Grüne, andere Menschen treffen und sich bewegen: Auch in diesem Jahr bietet »Sport im Park« dazu wie-

terung lautet »Raus aus der Stube – rein ins Grüne – Bewegungsspaß im Park«. Das Angebot ist offen für jedermann, insbesondere für diejenigen, die sich durch den Slogan »Bewegt älter wer-

den« angesprochen fühlen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Dabei ist ein Schnuppern, also mal verschiedene Angebote ausprobieren und kennenlernen,

der viele Möglichkeiten. Die Auftaktveranstaltung findet am 1. Juli statt.

nicht nur möglich, sondern ausdrücklich erwünscht. Denn eines ist den Veranstaltern besonders wichtig: Wer aus der Vielfalt sportlicher Möglichkeiten seinen persönlichen Bewegungsfavoriten

gefunden hat, bekommt so vielleicht auch Lust, sich dauerhaft mehr und gerne zu bewegen.

Das sportliche Programm wird realisiert von zahlreichen Übungsleiterinnen und

Übungsleitern aus Gütersloher Sportvereinen. In diesem Jahr wieder mit von der Partie: TuS Friedrichsdorf, Gütersloher Turnverein, DJK Gütersloh, Kneippverein Gütersloh, Gütersloher Schachverein, DJK Avenwedde, Bundesverband Seniorentanz, SV Spexard, TV Isselhorst und Dorothea Eversmeyer.

Im vergangenen Jahr nahmen an sieben von acht geplanten Tagen (ein Termin entfiel wegen Dauerregens) 540 Gütersloher und Gütersloherinnen an den sportlichen Angeboten im Mohns Park teil. Aufgrund der guten Resonanz des Vorjahres wird »Sport im Park« in diesem Sommer mit neun Terminen sogar um einen Tag verlängert.

Auch die dritte Auflage von »Sport im Park« wird unterstützt von der Bürgerstiftung Gütersloh und ist eingebunden in das Programm »Bewegt älter werden in NRW« des Landessportbundes NRW. Veranstalter ist die Arbeitsgemeinschaft »Siba – Sport im besten Alter« mit dem Seniorenbeirat Gütersloh, der Stadt Gütersloh mit den Fachbereichen Familie und Soziales sowie Kultur und Sport, dem Stadtsportverband Gütersloh und dem Kreissportbund Gütersloh.