



PRESSEMITTEILUNG, 31. August 2021

Baustart für Fitness-HotSpot in Lüdinghausen

Lüdinghausen wird bald sportlicher

Neben dem Vereinsheim des SC Union 08 entsteht ein inklusiver Fitness-HotSpot, der innerhalb des Projekts Fitness-Locations von der Stadt Lüdinghausen unter Beteiligung der BARMER und Deutschen Turner-Bund (DTB) geschaffen wird. „Das ist ein echter Gewinn für unsere Stadt, ein weiteres sportliches Highlight“, sagte Beigeordneter Matthias Kortendieck beim Spatenstich am Westfalenringstadion. Gemeinsam mit Stephan Bracht, Architekt der Firma SAL Landschaftsarchitektur GmbH und Michaela Ruffing vom DTB war Kortendieck federführend an der Planung beteiligt. „Sport und Training an der frischen Luft tut der Gesundheit gut. Für uns ist das ein wichtiges Projekt unserer Präventionsarbeit“, so BARMER-Mitarbeiter Christoph Schlarmann zu den Motiven einer der größten Krankenkassen Deutschlands. Schlarmann war beim Spatenstich in einer Doppelrolle. Denn der BARMER-Mitarbeiter engagiert sich auch in der Bürgerstiftung Lüdinghausen, die das Projekt in Lüdinghausen forciert hat. „Angefangen hat alles mit der Erweiterung des Trimm-Dich-Pfades im Kranichholz. Bei den Umsetzungsüberlegungen wurden wir auf weitere Fördermöglichkeiten und Projektideen des Deutschen Turner-Bunds und der BARMER aufmerksam“, so Schlarmann.

Zudem erhält die Stadt Lüdinghausen für die Gesamtmaßnahme bestehend aus Kunstrasenplatz und Fitness-HotSpot eine Förderung in Höhe von 750.000 € aus Mitteln des Landes NRW.

Calisthenicsverein wird spezielle Trainings anbieten

Hinter der Idee des Fitness-HotSpots steht, dass die Bürgerinnen und Bürger ein Sportangebot bekommen, das sie auf kurzem Weg erreichen und in ihren Alltag integrieren können. Durch Sprung-, Stütz- und Hangeltechniken werden mit jeder Übung mehrere Muskelgruppen gleichzeitig trainiert, indem man sein eigenes Körpergewicht einsetzt. „Am Fitness-HotSpot können Übungen umgesetzt werden, die auch für Einsteiger leicht zu bewältigen sind“, sagte Dennis Sonne vom 2021 gegründeten Verein LHX – Lüdinghausen Calisthenics. Dennis Sonne war ebenso an den Planungen beteiligt und wird künftig mit dem LHX – Lüdinghausen Calisthenics dafür sorgen, dass die Anlage nachhaltig genutzt und betreut wird. So wird es unter anderem speziell angeleitete Trainingseinheiten geben. Die Anlage ist so konzipiert,



dass alle Menschen mit den unterschiedlichsten Fitness-Leveln auf ihre Kosten kommen. Zudem ist die Anlage inklusiv und barrierefrei gestaltet.

„Das ist ein Alleinstellungsmerkmal für Lüdinghausen, sodass wirklich "alle" daran trainieren können“, so Henrik Mertens, der als Fachmann für den medizinischen und therapeutischen Bereich beteiligt war. Auf Informationstafeln finden Interessierte Beschreibungen für den Trainingsablauf an den Stationen. Nach Fertigstellung durch die Fa. Niehaus GmbH & Co. KG aus Borken, die auch den benachbarten Kunstrasenplatz erstellt, wird die Trainingsanlage noch im Herbst 2021 eröffnet.

Bildunterschrift: von links: Christoph Schlarmann, Dennis Sonne, Helga Wagner (Stadt Lüdinghausen), Henrik Mertens und Beigeordneter Matthias Kortendieck