

Hamburgischer Morgenpost vom 1. Juli 2008



Schnelle Schritte: Heike Fuchs (68) und Jürgen Schniebel (69) kräftigen ihre Muskulatur mit dem Beintrainer.

Ein Spielplatz für Rentner

In Buchholz eröffnet heute die erste Senioren-Fitnessanlage der Region / Geplante Anlage in Eimsbüttel sorgt für Finanzstreit

Ein Spielplatz für Senioren? Das klingt komisch, wird aber immer beliebter. In China und Spanien ist es völlig normal, dass sich Rentner in Parks an den speziellen Fitnessgeräten austoben. Hamburgs Senioren werden heute neidisch nach Buchholz gucken. Dort eröffnet auf 100 Quadratmetern die erste Senioren-Fitnessanlage der Region. Die MOPO hat sich dort umgesehen.

Buchholz in der Nordheide, der Rathauspark neben dem Rathaus. Auf der Wiese stehen sechs Geräte, das Ensemble erinnert in der Tat mehr an einen Spielplatz als an eine Sportfläche. Die Fit-Macher bestehen aus dicken Edelstahlrohren. Hier trainieren die Benutzer spielerisch Kreislauf, Beweglichkeit und Muskeln. An jedem Gerät hängt eine Übungsanleitung, geturnt wird in Straßenkleidung.



Margot Wulf (77) kurbelt am Schultertrainer: Die Scheiben werden mit kreisenden Bewegungen der Hände in Schwung gebracht.

Heute wird die Senioren-Fitnessanlage offiziell eingeweiht, vorab probierte Heike Fuchs (68) u. a. schon einmal den Ganzkörpertrainer aus. „Man muss sich erst ein wenig überwinden, aber jetzt macht es großen Spaß“, sagt sie zufrieden.

Initiiert hat den Platz die

Seniorenstiftung Buchholz. Ein siebtes Gerät wird innerhalb der nächsten zwei Wochen aufgestellt, für das achtet sucht man noch Sponsoren.

Ein leichtes Training unter freiem Himmel für ein gesundes Leben – im niedersächsischen Schöningen



Mit dem Ganzkörpertrainer stärkt Heike Fuchs alle Muskelgruppen und die Kondition.

gibt es schon seit 1999 einen Seniorensportplatz, der Andrang ist groß. Unter anderem auch in Berlin und

Nürnberg turnen sich Senioren fit. Und in Hamburg? Bei uns gibt es bislang gerade mal ein einziges Gerät. Es steht in einem Park in Neuwiedenthal.

Dabei kommen alle Geräte aus Hamburg. Das Unternehmen Playfit aus der Neustadt hat sich auf die Fitnessgeräte für Senioren spezialisiert. Chefin Renate Zeumer lobt auch deren kommunikativen Charakter: „Wir stellen fest, dass auch jüngere Menschen die Geräte nutzen. Die Anlage wird so zum Kontaktpunkt für Alt und Jung.“

Eigentlich sollte es auch im Bezirk Eimsbüttel schon längst eine Senioren-Fitnessanlage geben, Politik und Verwaltung konnten sich aber bislang noch nicht über die Finanzierung einigen. Bleibt Hamburgs Senioren bislang also nur, zum Turnen nach Buchholz zu fahren. **SIMONE PAULS**



„Der Spielplatz ist ein neues Ausflugsziel für mich“, sagt die 77-jährige Margot Wulf, während sie sich selbst den Rücken massiert.