

NRW / Städte / Wassenberg

Kreissportbund Heinsberg ist in Wassenberg aktiv

Fit werden mit Bewegung an der frischen Luft

22. Juli 2020 um 05:10 Uhr | Lesedauer: Eine Minute



Sport im Park ist auch in Wassenberg möglich. Foto: Marvin Wibbeke

Wassenberg. Mit dem Projekt „Sport im Park“ ist der Kreissportbund Heinsberg auch in Wassenberg aktiv. Die verschiedenen Angebote des Sommers sind kostenfrei. Wegen der Corona-Beschränkungen sind Anmeldungen nötig.

Von Anke Backhaus

Bewegung an der frischen Luft und dabei Gutes für Körper und Geist tun: Das Konzept „Sport im Park“, das der Kreissportbund Heinsberg schon kreisweit etabliert hat, findet immer mehr Anhänger. Auch in Wassenberg stehen in diesem Sommer noch einige Angebote auf dem Programm. Wichtig dabei zu wissen: Wer mitmachen möchte, kann dies kostenlos tun. Die Angebote richten sich an alle Altersgruppen, an untrainierte Menschen und an sportliche aktive Menschen. „Wir möchten auf diese Weise die Bürgerinnen und Bürger zum Sporttreiben animieren und ein Bewusstsein für Gesundheit und Bewegung schaffen“, erklären die Organisatoren beim Kreissportbund Heinsberg.

Und das ist in den nächsten Wochen in Wassenberg bei „Sport im Park“ los: Sein Anfang Juli läuft das Freestyle Workout, auch die Walking-Entdeckungstouren sowie Qi Gong haben schon begonnen. Am 8. August ist Wandern auf dem Premium-Wanderweg „Rode Beek“ angesagt. „Summer running around“ ist für den 19. August terminiert. Schließlich ist die Herbstwanderung am 4. September im Rahmen von „Sport im Park“ vorgesehen.

Bei allen Angeboten gilt: Nötig sind Sportkleidung und Sportschuhe sowie ausreichend Getränke. Für das Wanderangebot empfiehlt der KSB, einen kleinen Snack dabei zu haben.

„Sport im Park“ ist ein vom Landessportbund (LSB) Nordrhein-Westfalen initiiertes Projekt, das der Kreissportbund Heinsberg vor Ort mit der AOK Rheinland/Hamburg und den Städten sowie Stadt sportverbänden und Sportvereinen umsetzt. Gerade die Sportvereine sind es, die ihre qualifizierten Trainer für die Aktionen immer wieder abstellen. Sponsoren unterstützen die verschiedenen Angebote ebenfalls. Wegen der Corona-Beschränkungen ist eine Anmeldung zu den Kursen wichtig. Mehr unter www.ksb-heinsberg.de.
