



KOSTENLOSE SPORTANGEBOTE IN SECHS LÜBECKER GRÜNANLAGEN BIS ENDE AUGUST 2021

Veröffentlicht am 10.06.2021 um 10:00 Uhr

Unter dem Motto „Sport im Park – Lübeck bewegt sich!“ bieten der Bereich Schule und Sport und der Turn- und Sportbund Lübeck in Kooperation mit sechs Lübecker Sportvereinen vom 15. Juni bis 31. August 2021 kostenlose Sportangebote in Lübecker Grün- und Parkanlagen an.

Der Spaß steht bei den rund einstündigen Trainingseinheiten im Vordergrund. Erfahrene Übungsleiter:innen der Sportvereine gestalten die jeweiligen Angebote. Ob jung oder alt, sportlich oder weniger sportlich, mit oder ohne Handicap: Alle Lübecker:innen und Gäste der Hansestadt Lübeck sind herzlich eingeladen, beim Sport im Park dabei zu sein.



/ Foto: Dariusz Sankowski/Pixabay

Die Angebote reichen von Parcour im Lunapark, Ganzkörpergymnastik im Drägerpark bis hin zur Bewegungsfreude am Meer auf dem Grünstrand in Travemünde. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Tipps und Ansprechpartner:innen sind online abrufbar unter www.luebeck.de/sportimpark.

Monika Frank, Senatorin für Kultur und Bildung, ist begeistert vom neuen Angebot: „Sport im Park bringt Schwung in die Stadt und wird das Leben in Lübeck noch lebenswerter machen. Wenn das Angebot gut angenommen wird, soll es im nächsten Jahr noch mehr Trainingseinheiten in weiteren Parks geben.“

Die Angebote werden im Rahmen des landesweiten Projekts „Sport im Park“ des Landessportverbands Schleswig-Holstein mit Unterstützung der AOK NordWest umgesetzt. Thomas Niggemann, Geschäftsführer Vereins-/Verbandsentwicklung und Breitensport im LSV: „Wir freuen uns, dass in Lübeck beispielhaft an mehreren Standorten das Projekt „Sport im Park“ unter Beteiligung der Lübecker Sportvereine umgesetzt wird. Gerade jetzt sind Outdoor-Angebote eine gute Möglichkeit, Menschen wieder in Bewegung zu bringen. Ich hoffe, dass sich viele Lübecker:innen über das umfangreiche Sportangebot der Vereine in-formieren und ein passendes Bewegungsangebot für sich finden.“

Folgende Angebote stehen zur Auswahl:

Bewegung und Koordination (kräftigende Bewegungselemente und Koordinations-übungen mit Bällen, Hütchen u.ä.), montags um 18 Uhr auf der Krähenteich-Wiese

Ganzkörpergymnastik (Erwärmung, Kräftigung und Dehnung fast aller Muskeln vom Kopf bis zu den Füßen), dienstags um 16.30 Uhr im Drägerpark

Parkour (effizientes und akrobatisches Fortbewegen – über Mauern, an Stangen u.v.a.m.), dienstags um 16.30 Uhr im Lunapark (beim Hanseplatz)

Laufen - mit und ohne Schnaufen (Laufen mit Spaß – abwechslungsreiches Training in der Gruppe), mittwochs um 17.30 Uhr im Stadtpark

Fit durch den Sommer (vielfältige Bewegungsformen von Balance über Tai Chi bis Zumba), donnerstags um 18 Uhr im Carlebachpark

Bewegungsfreude am Meer (einfache und leichte Bewegungen im Einklang mit den Wellen am Strand), donnerstags um 18 Uhr am Grünstrand (in Travemünde)