

VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT



PRESSEKONTAKT
Heike Schwitalla
0171 9129415
presse-ini@gmx.net

Vereine:

ESG Frankonia , In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Northwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach

Kooperationspartner:

Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

Frühsport am Karlsruher Schloss: Kommen, mitmachen, Spaß haben...

Das beliebte Stadtgeburtstag-Projekt geht in die zweite Runde

Eines der größten Erfolgsprojekte des Stadtgeburtstags im vergangenen Jahr ist zurück: Vom 1. Juli bis 31. August ist auf den Rasenflächen vor dem Karlsruher Schloss wieder Frühsport angesagt.

Organisiert und durchgeführt vom Schul- und Sportamt der Stadt Karlsruhe in Zusammenarbeit mit der Vereinsinitiative Gesundheits-sport (INI) und den dort zusammengeschlossenen Sportvereinen wird es das kostenlose Angebot montags, mittwochs und freitags – immer jeweils zwei Stunden lang geben.

„Dass der Frühsport im Schlosspark nach dem Festivalsommer 2015 auch im Sommer 2016 wieder stattfinden soll, war für die Verantwortlichen der Stadt Karlsruhe nach der überwältigenden Resonanz aus der Bevölkerung klar. Es ist ein prima Start in den Tag, wenn sich morgens um 7 Uhr bis zu einhundert Menschen im Schlosspark treffen, um Yoga, Qi Gong oder Rückengymnastik zu praktizieren“, erklärt Bürgermeister Dr. Martin Lenz. „Ich freue mich, dass wir mit der Vereinsinitiative Gesundheits-sport wieder eine kompetente Partnerin haben, auf deren qualifizierte Sportangebote wir bauen können“, so Karlsruhes Sportbürgermeister weiter.

Viele Übungsleiter aus dem vergangenen Jahr sind wieder dabei und auch viele Frühsportfans freuen sich schon auf die Neuauflage des Angebots. „Mitmachen kann wirklich jeder“, sagt Diana Marusic von der Vereinsinitiative Gesundheits-sport. „Junge, Alte, Junggebliebene, Altgewordene, Männlein und Weiblein, Fitte und nicht so Fitte – dahinter steckt auch der Inklusionsgedanke ganz nach unserem INI-Motto:

KOMMEN.MITMACHEN.SPASS HABEN“.

Das Frühsportprogramm am Karlsruher Schloss sieht dieses Jahr so aus:

Montag: 7 Uhr Qi Gong, 8 Uhr Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch: 7 Uhr Pilates, 8 Uhr La Gym oder Zumba

Freitag: 7 Uhr Yoga, 8 Uhr Funktionsgymnastik

Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Voranmeldung möglich, jeder Teilnehmer sollte sich eine eigene Matte mitbringen. Bei Regen findet der Frühsport nicht statt.

VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT



PRESSEKONTAKT
Heike Schwitalla
0171 9129415
presse-ini@gmx.net

Vereine:

ESG Frankonia , In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Northwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach

Kooperationspartner:

Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

Über die Vereinsinitiative Gesundheitssport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheitssportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereines ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen.

Das Kursprogramm 2015 der INI bietet über 300 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.