

Druckdatum: 25.5.2016 9:09 Uhr - URL: <http://www.ka-news.de/region/karlsruhe/Karlsruhe~/Fruehsport-am-Karlsruher-Schloss-Projekt-geht-in-die-zweite-Runde;art6066,1891079>

## Frühsport am Karlsruher Schloss: Projekt geht in die zweite Runde

25.05.2016 06:00 **Karlsruhe (ps/flk) - 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. Alle die Lust an der Bewegung haben, können kostenlos teilnehmen, so die organisierende Vereinsinitiative Gesundheitssport in einer Pressemeldung.**



Frühsport im Karlsruher Schlossgarten

Bild:Paul Needham

Organisiert und durchgeführt vom Schul- und Sportamt der Stadt Karlsruhe in Zusammenarbeit mit der Vereinsinitiative Gesundheitssport (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 Martin Lenz.

"Ich freue mich, dass wir mit der Vereinsinitiative Gesundheitssport 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.

So sieht das Frühsportprogramm am Karlsruher Schloss dieses Jahr 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.