

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

„Bewegte Apotheke“ – lockt die Karlsruher zum Sport INI-Aktion zum Weltdiabetestag

Sieben Apotheken und sieben Sportvereine der Karlsruher Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) luden am vergangenen Samstag in Kooperation mit der AOK, der Stadt Karlsruhe und dem Deutschen Diabetiker Bund anlässlich des Weltdiabetestags zur Aktion „Bewegte Apotheke“.

Bei strahlendem Sonnenschein ging es um 10.30 Uhr los zu einem etwa 60-minütigen Spaziergang, gespickt mit allerlei Übungen, die Atmung, Gleichgewicht, Koordination und die Durchblutung fördern sollten – und bei Interesse auch ganz leicht Zuhause nachgemacht werden können. Wer wollte, konnte sich vor und nach dem Ausflug den Blutzucker messen lassen – für viele ein eindrucksvoller Beweis dafür, wie positiv sich schon ein kleines bisschen Bewegung auf die Gesundheit und den Organismus auswirken kann. Dass auch soziale Kontakte gut für das persönliche Wohlbefinden sind, zeigte sich schnell: Es wurde geschertzt, geschwätzt und gelacht – so dass die einstündige Bewegungseinheit fast wie im Flug vorüberging.

Attila Horvat, stellvertretender Vorsitzender der INI zieht ein durchweg positives Resümee: „Die Aktion `Bewegte Apotheke` war eine wunderbare Bewegungsveranstaltung anlässlich des Weltdiabetestags. Bei bestem Herbstwetter konnten an sieben Treffpunkten über 40 Bürger zu einem Spaziergang mit anschließender, kleiner Gymnastikeinheit motiviert werden. Insgesamt also eine rundum gelungene Aktion unter Beteiligung der INI als Ideengeberin und Netzwerkpartnerin zur Verbesserung des Gesundheitsbewusstseins der Karlsruher Bevölkerung - ein besonderes Dankeschön an die beteiligten Apotheken, Vereine und Übungsleiter für die großartige Unterstützung sowie an die AOK Karlsruhe, den Deutschen Diabetiker Bund und die Stadt Karlsruhe für die Kooperation!“

Und all jene, die bei der Veranstaltung Lust „auf mehr“ bekommen haben, laden die beteiligten INI-Sportvereine herzlich ein zum Besuch einer Diabetessportgruppe oder eines anderen Gesundheitssportangebots.

Infos dazu gibt es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de

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

Bilder (honorarfrei, Bildquelle: Paul Needham)

bew-apo0: Vor und nach dem Spaziergang wurde in der Apotheke der Blutzucker gemessen

bew-apo1: In der Innenstadt führte Bernd Jaeger vom MTV eine Gruppe von zehn Interessierten bei strahlendem Sonnenschein durch den Schlossgarten

bew-apo2: Bei Zwischenstopps wurden kleine gymnastische Übungen gemacht

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.