Bewegung für alle !

Die **SPD Witzhelden** hat einen Antrag für Fitnessangebote angeregt, der durch die **SPD Fraktion** im Juli gestellt wurde:

Die **SPD** beantragt die Aufwertung des Spielplatzes am Wasserturm mit einer Calisthenicsanlage und einem Bodentrampolin.

**Begründung:**

Der seinerzeit in Abstimmung mit dem Jugendamt errichtete Spielplatz hat leider durch die Umgestaltungen deutlich an Attraktivität verloren. Fühlten sich vorher durch Kletterangebot und Basketballkorb auch ältere Kinder/Jugendliche angesprochen, ist dies nun nicht mehr der Fall.

Daneben ist aus der Bevölkerung der Wunsch nach einer Krafttrainings-/Fitness-Station geäußert worden. Beide Aspekte ließen sich in unseren Augen mit einer Calisthenicsanlage und einem Bodentrampolin berücksichtigen.

Ein Bodentrampolin wird von Kindern und Jugendlichen gerne genutzt und kann darüber hinaus für Aufwärm- und Fitnesstraining verwendet werden. Calistenicsanlagen führen als Eigengewichtstraining zu Muskelaufbau, mehr Kraft, Stabilisierung des Bewegungsapparats, Dehnung der Faszien, strafferem Körper, verbesserter Fitness und Koordinationsfähigkeit. Darüber hinaus sind sie aber auch zum Beklettern u.a. geeignet und stellen damit einen Spielwert für ältere Kinder/Jugendliche dar.

Beide Angebote können auch von Menschen mit Handikap genutzt werden.