

SPD-Ortsverein Bad Belzig

Stadtverwaltung Bad Belzig
Herrn Wildgrube
Wiesenburger Straße 6
14806 Bad Belzig

Bad Belzig, 27.06.2021

Konzept zu Maßnahme 55110 / Attraktivierung Kurpark

Sehr geehrter Herr Wildgrube,

in der 7. Sitzung des Ausschusses für Wirtschaft und Finanzen baten Sie um Vorschläge zur konkreten Umsetzung der Maßnahme 55110 „Attraktivierung Kurpark“. Gern kommen wir dieser Aufforderung mit folgendem Konzept nach.

Grundlagen des Konzepts:

Der Kurpark in seiner aktuellen Gestalt wird meistens lediglich von Spaziergängern und Hundehaltern durchquert. Die vorhandenen Sitz- und Liegemöglichkeiten sind größtenteils so angeordnet, dass sich Einzelpersonen erholen können, eine kommunikative Begegnung aber nur schwer möglich ist.

Die großzügigen Freiflächen des Kurparks werden nur sehr wenig für den längerfristigen Aufenthalt von Familien oder Freundesgruppen (z. B. für Picknick, Ballspiel, Federball oder Frisbee) genutzt. Größtenteils dienen die Freiflächen als Auslauffläche für Hunde.

Mit unserem Konzept möchten wir den Kurpark dahingehend attraktivieren, dass der Kurpark sowohl für die Einheimischen als auch für Besucher unserer Region ein Ort wird, welcher gern gezielt besucht wird und in dem man sich gern trifft. Vorrangige Zielgruppe des Konzepts sind Familien und Kurzurlauber mit Kindern.

Hierdurch möchten wir in der Zeit der auslaufenden Corona-Pandemie die sozialen Kontakte in unserer Stadt und unserer Region fördern und den Kurort Bad Belzig weiter aufwerten. Die Attraktivierung des Kurparks verfolgt somit sowohl soziale als auch wirtschaftliche Ziele. Da regionale Urlaubsziele „Corona-bedingt“ auch im Jahr 2022 noch von großen Interesse sind, sollte die Umsetzung des Konzepts kurzfristig erfolgen.

Elemente des Konzepts:

Die von uns vorgeschlagenen Ausstattungen des Kurparks sind:

Weg-Begleiter:

Entlang des Hauptwegs durch den Kurpark sollen unterschiedliche und selbsterklärende Gegenstände zum Spielen und Ausprobieren anregen. Hierdurch sollen vor allem Kinder den Kurpark als „spannenden Ort“ erfahren.

Spielplatz:

Hiermit soll ein Ort geschaffen werden, welcher für Familien und größere Kinder unserer Stadt ein interessanter Ort zum Spielen und sich begegnen ist. Kurzurlaubern erhalten hierdurch, sofern sie den Spielplatz nicht selbst nutzen, einen guten Einblick in die Lebendigkeit unserer Stadt.

Das ergänzende, aber räumlich getrennte Beach-Volleyball-Feld soll den Kurpark auch für Jugendliche und für junge Erwachsene attraktiv machen. Die ergänzenden Tischtennisplatten sind ein Angebot für Jedermann.

Boule-Platz:

Ein Boule-Platz ist immer ein Treffpunkt – sowohl für die Spielenden als auch die Zuschauer. Auch dieser Ort dürfte regelmäßig und gut genutzt bzw. besucht werden. Der Boule-Platz trägt so entscheidend zur gewünschten größeren Lebendigkeit des Kurparks bei.

Treff-Punkte:

Mehrere „klassische“ Sitzgruppen und „moderne“ Liegekombinationen geben Familien, Gruppen und Pärchen die Möglichkeit sich im Kurpark zu treffen, zu verweilen, zu picknicken usw. Von den Treff-Punkten aus können die Ausstattungsgegenstände des Kurparks oder die – noch reichlich vorhandenen – Freiflächen genutzt werden. Wichtig ist hier auch sicher das Moment des Sehen und Gesehen werden: So wird der Kurpark zu einem zentralen Ort in und für die (Kur-) Stadt Bad Belzig.

Bewusst haben wir uns gegen folgende Ausstattungen entschieden:

- „klassische“ Kinderspielplätze: diese sind ausreichend in der Stadt vorhanden
- einen Spielplatz für größere Kinder: dieser besteht bereits gegenüber der Therme
- einen zentralen Theater- oder Orchester-Platz: hier soll es zu keinem „Wettbewerb“ zur zukünftigen Außenfläche des Soziokulturellen Zentrums kommen

Kosten:

Die von uns vorgeschlagenen Ausstattungsgegenstände sind – incl. **Montagkosten** und eventueller Planungsleistung – innerhalb der für die Maßnahme eingestellte Summe zu realisieren:

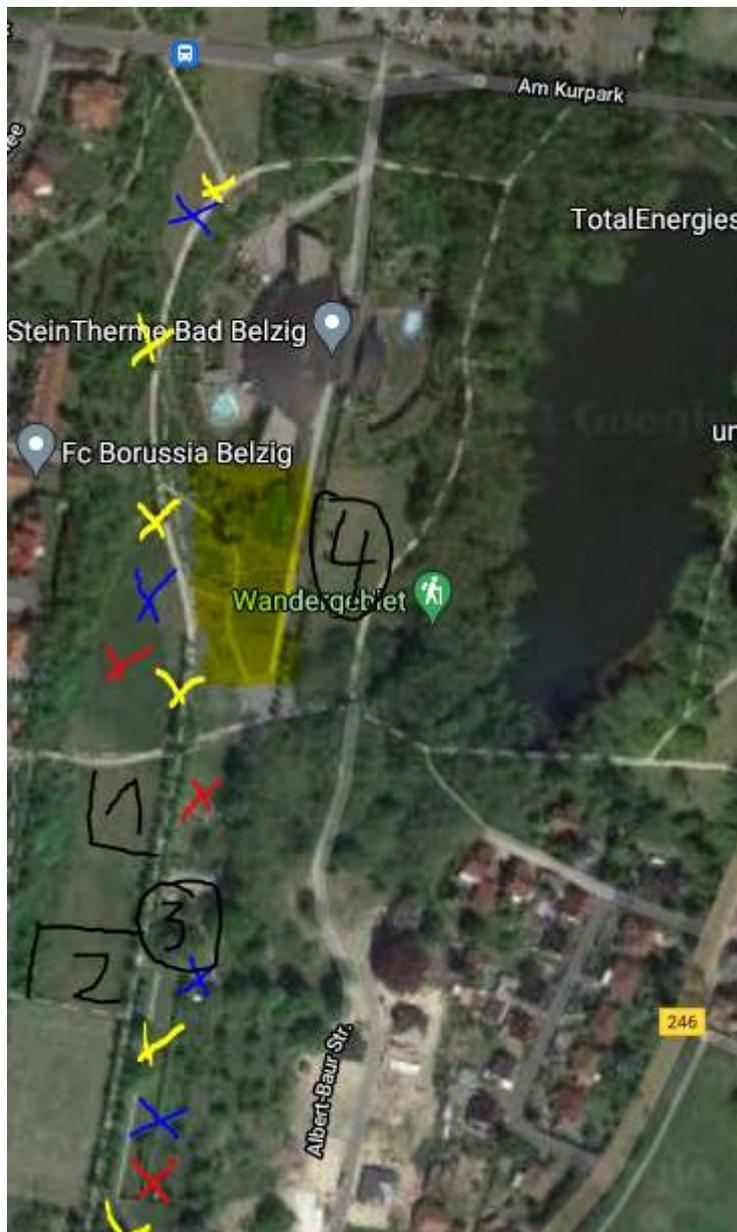
Kostenplan Maßnahme 55110 / Attraktivierung Kurpark					
Menge	Beschreibung	Hersteller	Art.-Nr.	EP	GP
	Spiele-Platz				
1	Spielwürfel Zwirbel	SIK	2.56.1	8.950,00 €	8.950,00 €
1	Vier in einer Reihe	Richter	915.000	5.497,00 €	5.497,00 €
1	Kugellabyrinth	SIK	1.58.1	2.690,00 €	2.690,00 €
1	Zerrspiegel	Richter	910.602	2.227,00 €	2.227,00 €
1	Murmelspiel	Richter	1.101.500	7.164,00 €	7.164,00 €
3	Sitzgruppen	SIK	9.1.11.11.1	895,00 €	2.685,00 €
	Montagekosten, ca.				1.700,00 €
2	Tischtennisplatten	Richter	789.000	3.164,00 €	6.328,00 €
1	Beach-Volleyball-Feld, ca.				10.000,00 €
3	Sitzgruppen	SIK	9.1.11.11.1	895,00 €	2.685,00 €
	Weg-Begleiter				
1	Generationenparcour	SIK	2.15.123.1	7.715,00 €	7.715,00 €
1	Optische Scheibe	SIK	7.150.15	1.075,00 €	1.075,00 €
1	Kaleidoskop	SIK	7.150.31.1	1.850,00 €	1.850,00 €
1	Wasserprisma	SIK	7.150.3.17	2.440,00 €	2.440,00 €
2	Bewegungsgeräte	Resorti		3.648,00 €	7.296,00 €
	Montagekosten, ca.				1.800,00 €
	Treff-Punkte				
4	Sitzgruppen	SIK	9.1.11.11.1	895,00 €	3.580,00 €
3	Wellenbänke	SIK	9.144.1	3.340,00 €	10.020,00 €
	Montagekosten, ca.				1.200,00 €
	Boule-Platz				
1	Herstellung Boule-Platz, ca.			13.000,00 €	13.000,00 €
					99.902,00 €
				Mwst., 19 %	18.981,38 €
					118.883,38 €
ggf. zzgl. Kosten für Detailplanung durch Landschaftsgärtner					

Bei den hier genannten Preisen handelt es sich um Listenpreise bzw. Internet-Preise. Die Montagekosten wurden geschätzt (Grundlage Katalog der Fa. SIK), der Kosten für den Boule-Platz und das Beach-Volleyball-Feld wurde dem Internet entnommen.

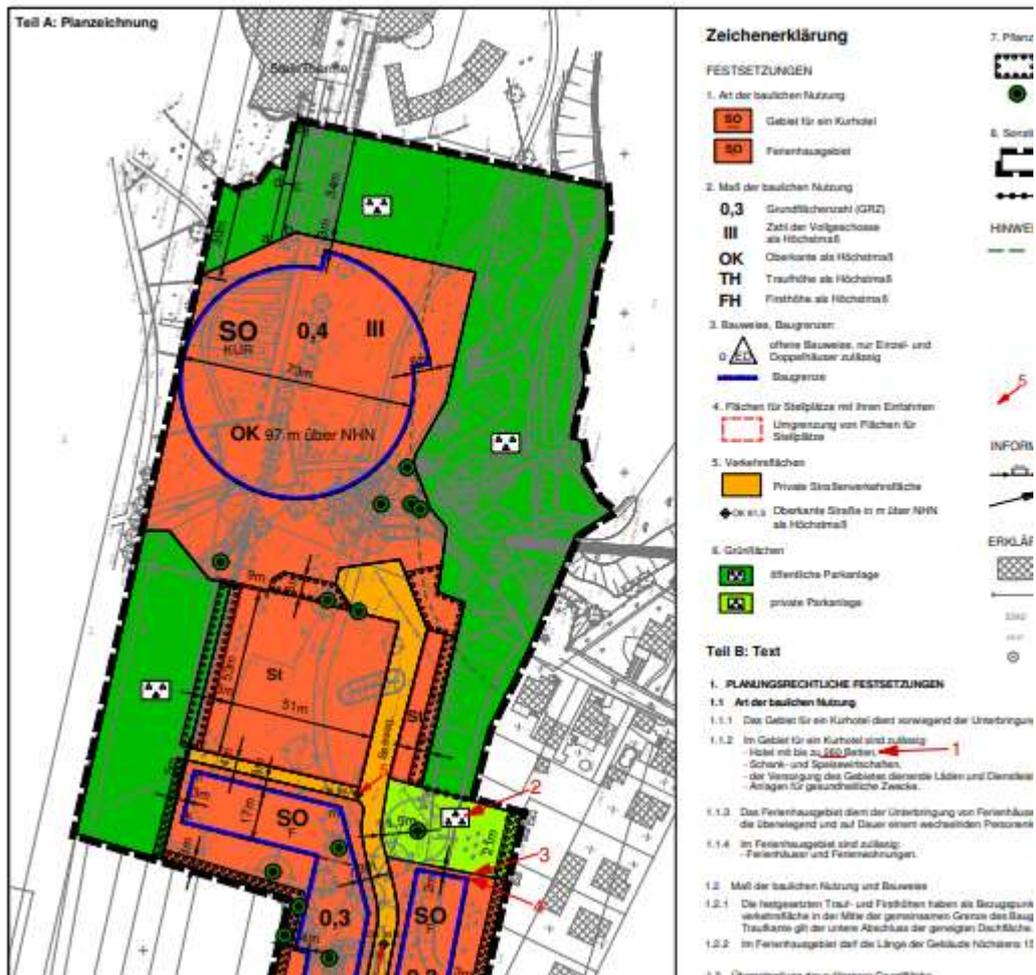
Anordnung der Ausstattungsgegenstände:

Da die SPD-Fraktion in der Stadt Bad Belzig nach wie vor ein Hotel an der Stein-Therme befürwortet und für möglich hält, haben wir den vorgesehenen Standort für das Hotel (entsprechend dem bestehenden Bebauungsplan 22.1) in unserem Konzept berücksichtigt (gelb markiert):

- | | |
|------------------|---|
| Gelbe Kreuzchen: | Weg-Begleiter |
| Blaue Kreuzchen: | Sitzgruppen |
| Rote Kreuzchen: | Wellenbänke |
| 1) | Spiele-Platz |
| 2) | Erweiterung: Beach-Volleyball-Feld und Tischtennisplatten |
| 3) | Boule-Platz |
| 4) | Generationen-Spielplatz (Maßnahme 55120 -> siehe unten) |



Zur Info: Ausschnitt aus Bebauungsplan 22.1 „Hotel an der Stein-Therme“:



Die Anordnung der Ausstattungsgegenstände wäre noch im Detail abzustimmen.

Es wurde jedoch bereits geprüft, dass der jeweils erforderliche Platz gegeben ist.

In Zusammenhang mit diesem Konzept haben wir auch einen Ausstattungs-Vorschlag für die Maßnahme 55120 „Generationen-Spielplatz“ entwickelt. Dieser würde beinhalten:

Kostenplan Maßnahme 55120 / Generationenspielplatz					
Menge	Beschreibung	Hersteller	Art.-Nr.	EP	GP
1	Übungseinheit Beinpresse	Richter	11.50100	8.913,00 €	8.914,00 €
1	Übungseinheit Rudergerät	Richter	11.50101	7.521,00 €	7.522,00 €
1	Übungseinheit Kugelspiel	Richter	11.50200	6.311,00 €	6.312,00 €
1	Übungseinheit Straßenbahn	Richter	11.50202	4.382,00 €	4.383,00 €
1	Balancierpfad	Richter	11.50203	2.719,00 €	2.720,00 €
2	Sitzgruppen	SIK	9.1.11.11.1	895,00 €	1.790,00 €
	Montage, ca.				5.000,00 €
					36.641,00 €
				Mwst., 19 %	6.961,79 €
					43.602,79 €
ggf. zzgl. Kosten für Detailplanung durch Landschaftsgärtner					



Anlage Ausstattungsgegenstände:

Spiele-Platz:



2.56.1 Spielwürfel »Zwirbel«

Spielwert:



Maße:

Länge:	2,5 m
Breite:	2,5 m
Höhe:	2,5 m
Altersangabe:	ab 3 Jahre
Nutzeranzahl:	ca. 7 Personen
Freie Fallhöhe:	-
Untergrund:	ab 1
Mindestraum:	31,5 m ²
Gewicht:	ca. 300 kg; gr. Teil ca. 30 kg
Montagezeit:	2 AK à 8 h
Fundamente:	8
Beton:	ca. 1,2 m ³



Spielwert

„Vier in einer Reihe“ dient zur Förderung des logischen Denkens und des taktischen Vorgehens. Agiert wird auf einem senkrecht stehenden, hohlen Spielfeld, auf dem die Spieler abwechselnd ihre Chips verschieben, nicht jedoch entfernen können. Das Spielfeld besteht aus sieben senkrechten und sechs waagerechten Reihen. Jeder Spieler besitzt 21 gleichfarbige Spielsteine. Wenn ein Spieler einen Spielstein in eine Spalte fallen lässt, besetzt dieser den untersten freien Platz der Reihe. Gewinner ist derjenige, der es als erster schafft, vier oder mehr seiner Spielsteine waagrecht, senkrecht oder diagonal in eine Linie zu bringen. Das Spiel endet unentschieden, wenn das Feld komplett gefüllt ist, ohne dass ein Spieler eine Viererlinie gebildet hat.

Empfohlen für

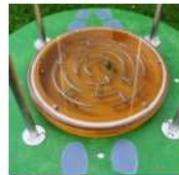
- Kindergartenkinder
- Schulkinder
- Jugendliche
- Erwachsene
- Senioren
- Betreute Spielbereiche, wie Kindergärten, Schulen, Kinderhorte o.ä.
- Öffentliche Spielbereiche ohne Betreuung, wie Spielplätze, Parkanlagen o.ä.

Barrierefrei

- Selbsttätiges Spiel

Vier in einer Reihe





1.58.1 Kugellabyrinth

Spielwert:



Maße:

Länge:	∅ 1,25 m
Höhe:	ca. 1,3 m
Altersangabe:	alle Altersgruppen
Nutzeranzahl:	ca. 2 Personen
Freie Fallhöhe:	0,3 m
Untergrund:	ab 3
Mindestraum:	15,0 m ²
Gewicht:	ca. 90 kg
Montagezeit:	2 AK à 1,5 h
Fundamente:	evtl. 1
Beton:	1 BA; evtl. 0,15 m ³ (je nach Bodenart)

Funktion und Spielwert

Strecken, dehnen, Körperkonturen verändern: Der Zerspiegel lässt den Betrachter die eigene Person in ganz ungewohnten Formen und Figuren erleben. Konkav, konvex oder oben konvex und unten konkav sowie umgekehrt – die Zerspiegel gewähren Jung und Alt eine Vielfalt an Möglichkeiten, sich neu, mit ungewohntem Aussehen zu entdecken. So werden auf unterhaltsame Weise Sinneswahrnehmung und Phantasie gefördert, und Freude an der Verwandlung des eigenen Ichs und anderer Menschen vermittelt – ein herzliches Lachen inbegriffen. Ob in der Fußgängerzone, vor oder in öffentlichen Gebäuden, in Schulen, Betrieben oder Freizeitanlagen aufgestellt, wirkt eine Zerspiegelgruppe als Blickfang und Magnet, dem sich das Auge nur schwer entziehen kann.

Wesentliche Merkmale

- Entstehung von überraschenden Spiegelbildern
- Förderung der visuellen Wahrnehmung
- Kommunikationsanreiz, soziales Erleben

Empfohlen

- für alle Altersgruppen ab 4 Jahren
- für Eingangsbereiche von öffentlichen Gebäuden, Schulen, Betrieben
- für Fußgängerzonen
öffentliche Plätze
Freizeitanlagen, Parks
Wartebereiche an Bushaltestellen, Bahnhöfen etc.



Best.-Nr. 9.10600 Zerspiegel



Best.-Nr. 9.10600 Zerspiegel

Zerspiegel



Best.-Nr. 9.10600 Zerspiegel



Funktion

Das Murremspiel ist vergleichbar mit der bekannten „Mäusejagd“. Durch das Bewegen des Spieltisches mit den Armen kann man die Murremseln in dafür vorgesehene Vertiefungen versenken. Hier sind Geschicklichkeit und Koordination gefragt, vor allem, wenn dieses Spiel von mehreren Personen gespielt wird.

Barrierefrei

- selbsttätiges Spiel

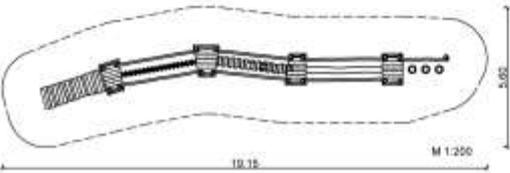


Murremtisch



Beach-Volleyball-Feld und Tischtennisplatten für den Außenbereich wie allgemein bekannt.
Sitzgruppen siehe „Treff-Punkte“.

Ausstattung Weg-Begleiter:

<p>2.15.123.1 Generationenparcours 1</p> 	
	
<p>Lieferumfang:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 Wellensteg; l ca. 2,5 m 1 Spielturm; 1,2 x 0,8/0,65 m; Ph = 0,4 m 1 Balanciesteg; l = 3,0 m 1 Spielturm; 1,2 x 1,0/0,65 m; Ph = 0,55 m 1 Wackelsteg; l = 3,0 m 1 Spielturm; 1,2 x 0,8/0,65 m; Ph = 0,55 m 1 Balancierbalken; l = 3,4 m 1 Spielturm; 1,2 x 0,8 m; Ph = 0,4 m 3 Poller; h = 0,1 – 0,3 m <p>Farbe: Robinie hell Seile: blau</p>	<ul style="list-style-type: none">  2 – Kletter- und Turmgeräte  ab 3 Jahre  ca. 12 Personen  0,55 m  ab 1  110,0 m²  ca. 1100 kg; gr. Teil ca. 200 kg  2 AK à 20 h; + Technik  22  ca. 1,75 m³
<p>Hinweis:</p> <p>Die Standardfarbe der Pfosten ist Robinie hell. Die Abbildung zeigt ein nach Kundenwünschen angepasstes Produkt.</p>	<p>SIK-Holz* – Qualitätsabnahme nach DIN EN 176 erfolgt im Werk durch einen qualifizierten Spielplatzprüfer.</p>  <p><small>Meisterbetrieb des Holzbildhauerhandwerks © SIK-Holzgestaltung GmbH</small></p>
 <p>Stand: 01/2011</p>	
<p><small>Weitere Informationen: SIK-Holzgestaltung GmbH, Lange Altpark 54A, D-14709 Niedergörsdorf, +49 (0)33762-799 0, info@sik-holz.de, www.sik-holz.de</small></p>	



7.150.15 Optische Scheibe

Spielwert:



Maße:

Länge:	∅ 0,8 m
Höhe:	1,5 m
Altersangabe:	alle Altersgruppen
Nutzeranzahl:	1 Person
Freie Fallhöhe:	-
Untergrund:	ab 1
Mindestraum:	-
Gewicht:	ca. 40 kg
Montagezeit:	2 AK à 1 h
Fundamente:	1
Beton:	ca. 0,1 m ³



7.150-31.1 Kaleidoskop

<p>Maße: Durchmesser: 11 cm Länge: 35 cm Dreh- und Abgabeb., aus Edelstahl 1 Pfosten, Ø ca. 10 cm; H = 0,95 cm Sichthöhe ca. 1,1 m Farbe: Roboter hell</p> <p>alternativ: 7.150.31.1.1 Kaleidoskop (Pfostenlos)</p> <p>Stand: 09/2021</p>	<ul style="list-style-type: none"> 7 – Spielstrukturen und Sinnspiele alle Altersgruppen 1 Person - ab 1 - ca. 40 kg 2 AK à 1 h 1 ca. 0,1 m³ <p>SIK-Holz®-Qualitätsbestimmungen nach DIN EN 1709 erfolgt im Werk durch einen qualifizierten Spielplatzprüfer.</p> <div style="text-align: center;"> <p>SIK-Holz® Spielplatz - Individualität - Neugierde</p> <p><small>Heidehofstr. 66, Holzkiel/Itzehoe/Hamburg © SIK-Holzpark Rump/Gröbe</small></p> </div>
--	---

Weitere Informationen: SIK Holzgestaltung GmbH, Langebrückel 10a, D-44193 Nordberg/Itzehoe, +49 (0)2204 789 4, info@sik-holz.de, www.sik-holz.de



7.150.3.17 Wasserprisma

Spielwert:



Maße:

Breite:	0,5 m
Höhe:	1,25 m (gesamt)
Altersangabe:	alle Altersgruppen
Nutzeranzahl:	1 Person
Freie Fallhöhe:	-
Untergrund:	ab 1
Mindestraum:	-
Gewicht:	ca. 40 kg
Montagezeit:	1 AK à 1h
Fundamente:	1
Beton:	ca. 0,1 m ³

Outdoor Bewegungsgerät Spaziergänger Inox



Ausstattung Treff-Punkte:



9.1.11.11 Sitzgruppe »Rastplatz 1«

Spielwert:



Maße:

Länge:	2,0 m
Breite:	1,25 m
Höhe:	0,7 m
Altersangabe:	alle Altersgruppen
Nutzeranzahl:	ca. 6 Personen
Freie Fallhöhe:	-
Untergrund:	-
Mindestraum:	-
Gewicht:	ca. 90 kg
Montagezeit:	2 AK à 2 h
Fundamente:	4
Beton:	ca. 0,1 m ³

(Optional im Randbereich des Kurparks: **Sitzgruppe mit Dach**)

Wellenbänke

9.1.44 Wellenbank

Maße:
Länge (gesamt): 3,0 m
Breite (gesamt): 1,0 m
5 Stoffflächen - wellenförmig; inkl. 7 Sitzpfosten
l = 3,0 m; b = 0,5 m; h ca. 0,3 - 0,6 m
Farbe: Robine hell

9.1.44.1 Wellenbank mit Grashalmfosten

Maße:
Länge (gesamt): 3,0 m
Breite (gesamt): 1,0 m
5 Stoffflächen - wellenförmig; inkl. 5 Sitzpfosten
l = 3,0 m; b = 0,5 m; h ca. 0,3 - 0,6 m
2 Pfosten als Grashalmfosten gesteckt; h ca. 1,5 / 2,0 m
Farbe: Robine hell / grün

9.1.44.1.1 Wellenbank mit Pfostenaufbauten

Maße:
Länge (gesamt): 3,0 m
Breite (gesamt): 1,0 m
5 Stoffflächen - wellenförmig; inkl. 5 Sitzpfosten
l = 3,0 m; b = 0,5 m; h ca. 0,3 - 0,6 m
2 Pfosten mit Skulptur; 1 x »Blume«; 1 x »Blume«
h ca. 0,85 / 1,0 m
fertig gesteckt

Stand: 09/2020

9.1.44.7 Wellenbank, mit Grashalmfosten

- 5 - Parkausstattungen
- alle Altersgruppen
- ca. 6 Personen
-
- ab 1
-
- ca. 280 - 320 kg
- 2 AK à a, h; + Technik
- 7
- ca. 0,45 m³

SIK-Holz® Qualitätsnachweise nach DIN EN 12916 erfolgt im Werk durch einen qualifizierten Spielplatzprüfer.

Holzwerkstatt der Holzwerkstätten-Landschaft
© SIK-Holzparking GmbH

Ausstattung Generationen-Spielplatz:

Unser Konzept ist angelehnt an folgende Paket-Ausstattung der Richter Spielgeräte GmbH:

RICHTER SPIELGERÄTE GMBH · D-83112 FRASDORF · TELEFON +49-8052/17980 · FAX 4180

BasisPlus-Konzept **Best.-Nr. 11.51000**

Das **BasisPlus-Konzept** beinhaltet alle Bereiche umfassender Gesundheitsförderung nach dem Konzept des **Generationen-Aktiv-Parks®**. Eine körperliche Bewegungsförderung erfolgt durch sechs Übungen, welche die Muskeln stärken und die Geschicklichkeit verbessern. Fünf Stationen fordern das Gehirn mit all seinen Fähigkeiten, und der Weg mit zwei Stationen unterstützt die alltagsrelevante Geschicklichkeit. **BasisPlus** ist ein Konzept mit dreizehn Geräten für das vielseitige Aktivsein und zur Erhöhung der Lebensqualität für Jung und Alt.



Stationen zur Stärkung der körperlichen Gesundheit

1. Beinpresse
2. Rudergerät
3. Bauch-Rücken-Trainer

Geräte zur Verbesserung der Geschicklichkeit und Koordination

4. Kugelspiel
5. Kling-Klang
6. Straßenbahn

Geräte zur Verbesserung der Denk- und Merkfähigkeit

7. 5 Stationen Kopftraining
inkl. je 4 Jahreszeittafeln zum Austausch

Stationen zum Üben von Alltagsanforderungen

8. Lebensweg mit 2 Geh- und Balancestationen

Ergänzende Geräte als Treffpunkt und Ort zur Kommunikation und zum Entspannen

- A Informationstafel
Schach- und Mühletisch
nicht im Lieferumfang enthalten!

Aus diesem Konzept wurden folgende Geräte ausgewählt, die Anordnung könnte entlang des vorhandenen Gehwegs zwischen Theme/Kurpark und Stadienteich verlaufen:



Wirkung

Die Beinpresse dient zur Verbesserung der Kraft in den größten und wichtigsten Bein- und Gesäßmuskeln. Gleichzeitig wird der Knochenaufbau gefördert.



Sinn

Vom ersten Schritt an tragen uns die Beine durch das Leben. Gesunde Beine sind deshalb die Voraussetzung für Unabhängigkeit und Mobilität. Unsere Muskeln dienen dabei als Motor. Bereits einfaches Strecken und Beugen der Beine bei leichter Belastung hält diesen Motor in Schwung und bringt ihn auf Touren. Nicht nur Muskeln reagieren positiv darauf, sondern auch die Knochen werden widerstandsfähiger und belastbarer.

Funktion

Menschen sind unterschiedlich. Egal ob alt, jung, geübt oder ungeübt, unser intelligentes und zugleich simples System „denkt“ mit. Der Widerstand passt sich automatisch dem Kräftelevel der Übenden Personen an. Gut lesbare Übungshinweise unterstützen die optimale Nutzung.

Beinpresse



11.50100

Wirkung

Hier werden die Arm-, Schulter-, Brust- und Rumpfmuskulatur gekräftigt, und damit die wichtigsten Muskelgruppen des gesamten Oberkörpers aktiviert und trainiert. Zudem wird der Knochenaufbau positiv angeregt.

Sinn

Heben, Tragen, Drücken und Ziehen sind Alltagsbewegungen. Ohne die Kraft unserer Hände, Arme und Schultern wären diese Bewegungen nicht möglich. Jedoch führen einseitige Belastungen oftmals zu Problemen und Beschwerden.



Die Ruderbewegung eignet sich bestens, um die zugehörigen Muskeln bequem und effizient zu stärken. Abgeschwächte Muskeln werden wieder kräftiger und muskuläre Ungleichgewichte ausgeglichen.

Funktion

Egal ob Junior, Senior, Anfänger oder Profi, unser intelligentes und zugleich simples System „denkt“ mit. Im Gegensatz zum Rudern im Wasser passt sich der Widerstand automatisch dem Kräftelevel der übenden Personen an. Diese können wahlweise in oder gegen die „Fahrtrichtung“ rudern. So werden neben den Arm- und Schultermuskeln auch die Bauch- und Rückenmuskeln gleichermaßen beansprucht. Gut lesbare Übungshinweise unterstützen die optimale Nutzung.

Ruderggerät



11.50101



Wirkung

Das Kugelspiel fördert den Gleichgewichtssinn und verbessert das Zusammenspiel von Augen und Beinen. Gleichzeitig wird die Beinmuskulatur gekräftigt und die Geschicklichkeit verbessert.

Sinn

Sicher auf einem Bein stehen zu können, ist wichtig. Diese Fertigkeit hilft, Stürzen vorzubeugen und schwerwiegende Verletzungen zu vermeiden. Doch das Üben des Einbeinstandes ist oftmals schwierig und bereitet keinen Spaß. Es sei denn, es wird eine spannende und unterhaltsame Aufgabe gestellt. Idealerweise trainiert man in einer Gruppe.

Funktion

Beim Stehen auf einem Bein wird der Gleichgewichtssinn verbessert und die Muskulatur gekräftigt. Das Bewegen der geführten Bälle schult gleichzeitig die Koordination und das Zusammenspiel von Augen und Beinen, für Kinder und auch Erwachsene eine schwierige und zugleich unterhaltsame Aufgabe. Gut lesbare Übungshinweise unterstützen die optimale Nutzung.



Kugelspiel



Wirkung

Die Straßenbahn fördert das Gleichgewichtssystem. Der Wechsel zwischen Stabilität und Instabilität verbessert das Zusammenspiel von Beinen und Augen in einer alltagsbezogenen Situation.

Sinn

Mit beiden Beinen am Boden zu stehen, ist nicht schwer. Bewegt sich jedoch der Untergrund, ist dies nicht mehr ganz so leicht. Im fahrenden Bus, der Straßenbahn oder im Zug das Gleichgewicht zu halten, ist keine einfache Aufgabe. Durch das bewusste Erfahren und Fühlen von Momenten, in denen das Gleichgewicht verloren geht, lernt der Körper. Nur durch Üben in geschützter Umgebung bekommt man die notwendige Sicherheit.

Funktion

Es gilt, eine wackelige Scheibe in Balance zu halten. Der Schwierigkeitsgrad ist individuell wählbar. Ob mit oder ohne Festhalten mit den Händen, mit offenen oder geschlossenen Augen, ist jedem selbst überlassen. Die Übung ist eine unterhaltsame Herausforderung für Jung und Alt. Gut lesbare Übungshinweise unterstützen die optimale Nutzung.



Straßenbahn



Wirkung

Der Balancierpfad fördert das Gleichgewicht und die Sicherheit beim Gehen. Das Balancieren verbessert insbesondere das Zusammenspiel der Beine und die gesamte Motorik.

Sinn

Stehen bedeutet Verharren im Gleichgewicht. Zum Gehen muss dieser Zustand verlassen werden, und um nicht zu stürzen, muss die entstehende Instabilität beherrscht werden.



Ein sicheres und sturzfreies Bewegung kann durch zweckmäßiges und kontrolliertes Üben verbessert werden. Das Üben in geschützter Umgebung ist dabei ebenso wichtig wie das Lösen unterschiedlich schwieriger Aufgaben.

Funktion

Beim Gehen über schmale Balken und Pflöcke wird das Balancegefühl gefördert. Die niedrige Höhe nimmt die Angst vor einem Fehltritt. Der weiche Untergrund und der beidseitige Handlauf sorgen für eine höchstmögliche Sicherheit und minimieren die Verletzungsgefahr. Gut lesbare Übungshinweise unterstützen die optimale Nutzung für Jung und Alt.

Balancierpfad

