

Bewegung leicht gemacht: die Fitnessbänke von Moveuments auf der LAGA

21.10.2022

Die ‚Fitnessbänke‘ der Firma Moveuments schaffen mehr Bewegungsmöglichkeiten für jedermann. Zwei der gelben Bänke, die Moveuments in Kooperation mit dem Experten für Allwetter und Freizeitanlagen Playparc aus Bad Driburg herstellt, stehen jetzt im Spiel- und Sportpark der Landesgartenschau Bad Gandersheim.

Sie fallen auf! Knallgelb leuchten sie vor der grünen Kulisse im Spiel- und Sportpark der Landesgartenschau Bad Gandersheim: die ‚Fitnessbänke‘ der Firma Moveuments. Was vom Weitem aussieht wie eine ganz normale Parkbank, entpuppt sich beim Näherkommen als Sportgerät – oder besser: als niederschwelliges Bewegungsangebot. Denn das ist das wichtigste Anliegen ihres Erfinders Moritz Fuhrmann: „Bewegung ist für alle da und muss für Jedermann kostenlos und überall zugänglich sein!“, erläutert der Gründer von Moveuments, so der Name seiner Firma. Der aus dem Raum Frankfurt am Main stammende Sport- und Gesundheitswissenschaftler hat die ‚Fitnessbank‘ im Rahmen seiner Abschlussarbeit entwickelt. Seine Vision: die Erhöhung der gesundheitlichen Chancengleichheit durch einen flächendeckenden Beitrag zu einer gesünderen und bewegteren Gesellschaft.

Wie drängend das Thema gerade in Deutschland ist, unterstreicht eine aktuelle Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Sie stellt Deutschland in Sachen Fitness ein verheerendes Zeugnis aus. Demnach schaffen es 44 Prozent der Frauen und 40 Prozent der Männer über 18 Jahren nicht, sich mindestens 150 Minuten pro Woche körperlich zu betätigen. Noch schlimmer sieht es laut WHO bei den 11- bis 17-Jährigen aus: 88 Prozent der Mädchen und 80 Prozent der Jungen bewegten sich zu wenig. Zum Vergleich: In Finnland, das die WHO als leuchtendes Beispiel herausstellt, verpassen nur 16 Prozent der Frauen und 17 Prozent der Männer das Bewegungsziel.

Hier können die ‚Fitnessbänke‘ einen wertvollen Beitrag leisten. Sie stellen niedrigschwellige, vielseitige und – entsprechende Verbreitung vorausgesetzt – flächendeckende Bewegungsmöglichkeiten für die Bürgerinnen und Bürger in Städten, Kommunen und Parkanlagen dar.

Unterstützt durch:



Sparkassen
in Niedersachsen
Braunschweigische
Landessparkasse
Sparkasse Einbeck
Kreis-Sparkasse
Northeim



Seite 1/3

Geschäftsführung

Thomas Hellingrath
Ursula Hobbie

Aufsichtsratsvorsitzende

Franziska Schwarz

Registergericht

Amtsgericht Braunschweig
HRB 207870

USt-ID DE325015057

Bankverbindungen

Kreis-Sparkasse Northeim
IBAN DE48 2625 0001 0172 2476 52

Volksbank eG
IBAN DE50 2789 3760 1044 2022 00

An ihr können unterschiedlichste Fitnessübungen für alle großen Muskelgruppen durchgeführt werden. Durch verschiedene Features, wie beispielsweise einem Übungsschild als Lehne mit QR-Code, zusätzliche Griffe auf der Sitzfläche als Unterstützung oder Schwierigkeitsvariante, können Menschen aller Altersgruppen und Fitnesslevels, ob Einsteiger, Fortgeschrittener oder Profi-Sportler, an der Fitnessbank direkt trainieren.

Hergestellt wird die Fitnessbank von der Firma Playparc mit Sitz in Bad Driburg-Siebenstern, in der Nähe von Paderborn. Durch die hochwertigen Materialien und nachhaltige Produktionsverfahren ist die Fitnessbank nicht nur besonders robust und langlebig, sie ist so auch Vandalismus-resistent und eignet sich ideal zur Bewegungsförderung im öffentlichen Raum.

„Es geht bei der Fitnessbank insbesondere darum, Bewegungsneulinge ganz niedrigschwellig zu motivieren und die Barrieren für Bewegung flächendeckend abzubauen“, sagt Steffen Strasser, Geschäftsführer von Playparc. „Als wir Moritz Fuhrmann begegneten und von seiner Idee hörten eine Bank zu entwickeln, die Menschen zu mehr Bewegung animieren soll und das ganz einfach und im Alltag integriert, waren wir sofort von diesem Gedanken überzeugt und wussten, dass diese Idee auch sehr gut zu PLAYPARC passt. Nach einigen Wochen der gemeinsamen Entwicklungsarbeit ist die Fitnessbank entstanden, wie sie heute auf dem LAGA-Gelände in Bad Gandersheim zweimal zu finden ist. Wir freuen uns hier ein Teil zu sein und einen kleinen Beitrag geleistet zu haben für eine erfolgreiche und bewegende Landesgartenschau 2023“.

Dass das Konzept der Bänke tatsächlich aufgeht, konnten Mitarbeiter:innen der LAGA auf den letzten Baustellenführungen bereits erleben. Claudia Rische von der Marketingabteilung: „Die Besucher:innen wurden sofort auf die Bänke aufmerksam und forderten sich gegenseitig auf, die Übungen, die auf der Rückenlehne vorgestellt werden, auszuprobieren. Sobald der erste sich ein Herz gefasst hatte, wollten es die anderen auch versuchen. Besonders auf Kinder und Jugendliche üben die Bänke eine hohe Anziehungskraft aus“.

Bei aller Animation zur Bewegung sollte eines nicht vergessen: Man kann natürlich auch einfach auf den Fitnessbänken sitzen, allerdings so Fuhrmann schmunzelnd: „Am besten erst nachdem man sich bewegt hat!“



Seite 3/3

Bad Gandersheim ist vom 14. April bis 15. Oktober 2023 Gastgeberin der 7. Niedersächsischen Landesgartenschau. GARTEN. FEST. SPIELE. lautet das Motto der LAGA, zu der die Veranstalter rund 450.000 Besuche erwarten. An 185 Tagen wird hier Spaß und Lebensfreude großgeschrieben. Gärtnerische Highlights, spannende Mitmachangebote und ein vielseitiges Veranstaltungsprogramm lassen den Besuch für alle Generationen zu einem besonderen Erlebnis werden.

www.laga-bad-gandersheim.de

www.moveuments.de

www.playparc.de

Kontakt:

Frank Terhorst, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: 05382 / 73-560

Mobil: 0151 / 7448 4868

Mail: f.terhorst@bad-gandersheim.de

Web: www.laga-bad-gandersheim.de