

BKS-Ausschuss am 16.03.2016

CALISTHENICS

„Hanteln war gestern. Ein neuer Trend aus den Ghettos der US-Städte macht das Pumpen mit schweren Eisen überflüssig. Das Street-Workout, auch bekannt als Calisthenics, erobert jetzt ebenfalls Deutschland. In dem Begriff steckt schon, warum es eigentlich geht: „kalos“ bedeutet im Griechischen „schön“, „sthenos“ heißt so viel wie „Kraft“. Denn die Übungen leben von einer gewissen Eleganz – das macht sie auch für Zuschauer faszinierend. ..Das einzige Eisen bei Calisthenics sind Teppichstangen, Baugerüste und Treppengeländer...“

(Auszug aus FIT FOR FUN)

Calisthenics-Workout Illustration im „FIT FOR FUN“-Artikel



Der Trend hat Potsdam erreicht

Herr Petke berichtet über zwei Anlagen:

1. Volkspark

Kosten für Gerüst, Aufbau, TÜV-Abnahme, Fallschutz = 14.500 EUR

2. Schlaatz Kosten: 16.500 EUR





Calisthenics in Luckenwalde?

Herr Petkes Vorschlag:

„ Als Calisthenics-Anlage kommen nach zahlreichen Rücksprachen mit Sportlern folgende Standorte infrage:

- neben der Halfpipe am Bahnhof
- Nuthepark
- ehemaliger Klettergarten.

Dieses Sportgerät würde in der Stadt gut angenommen. Es ist für Nutzer jeden Alters geeignet.

Es wäre möglich, hier regelmäßig entsprechende Kurse durch einen ehrenamtlich tätigen Trainer anzubieten.“

Idee

- Zwei bereits auf dem Schulhofgelände des Friedrich-Ludwig-Jahn-Schulkomplexes installierte Geräte könnten sich als „Calisthenistauglich“ erweisen.
- Es handelt sich um solide gearbeitete Konstruktionen aus Edelstahl und auch der nötige Fallschutz vorhanden ist.





Problem

Zu bedenken ist, dass der Schulhof eingefriedet und nicht frei zugänglich ist.

Vorschlag

- Um zu testen, in wie weit bei den Luckenwaldern Interesse an Calisthenics-Workout vorhanden ist bzw. geweckt werden kann, bietet es sich an, in den Sommerferien die Tore kontrolliert zu öffnen und vor Ort eine Art „Schnupperkurs“ anzubieten. Vielleicht kann Herr Petke aktive Potsdamer Sportler dafür gewinnen, sich als Übungsleiter zur Verfügung zu stellen.
- Der Stadtsportbund sollte um eine Stellungnahme und Einschätzung gebeten werden.