

## Voll im Tritt unter der Dreschhalle

NEUENSTADT Bewegungstreff im Freien startet erfolgreich – Initiative der Stadt und des Seniorenrates



Claudia Kärcher-Schädel (rechts) übergibt Christa Speidel das T-Shirt „Bewegungstreffs im Freien“. In der Mitte ist Seniorenrätin Adelheid Speck.

*Von Waldtraud Langer*

Runter vom Sofa – auf zur Dreschhalle“, mit diesem Motto auf den Lippen schreitet Übungsleiterin Christa Speidel zur Tat, und der Bewegungstreff im Freien kommt in Bewegung. Der Seniorenrat und die Stadt Neuenstadt haben die Veranstaltung ins Leben gerufen. Sie findet bei der Dreschhalle im Pappelwiesenpark statt. Zum ersten Termin sind auch die Gründungsmütter und -väter der Initiative erschienen. „Wir wollten ein unterschwelliges Angebot machen“, sagt Seniorenrätin Adelheid Speck. Unterschwellig bedeutet in diesem Fall, dass man sich nicht anmelden muss und es auch nichts kostet. Man kann einfach vorbeikommen und etwas für seine Beweglichkeit tun.

**Andrang** Der Treff findet jeden Donnerstag von 10 bis 10.30 Uhr statt, immer im Freien und bei jedem Wetter. Beim ersten Treffen der Gruppe herrscht riesiger Andrang. „Damit haben wir gar nicht gerechnet, aber wir freuen uns natürlich sehr“, sagt Heike Schneider, die bei der Stadtverwaltung die Seniorenarbeit verantwortet. Auch die Kinder von der Kindertageseinrichtung Lange-Wiesen-Weg sind gekommen – weil jeder mitmachen kann, der möchte. „Jung und alt so ein bisschen zu verzahnen, das ist uns ein zusätzliches Anliegen“, erklärt Heike Schneider.

Auch von Amts wegen ist Besuch da: Der Leiter vom Gesundheitsamt beim Landratsamt Heilbronn, Gert Schiller, und der Sportkreisvorsitzende Klaus Ranger. „Es sind im Landkreis bereits zwölf Bewegungstreffs eingerichtet. Und wir unterstützen die Kommunen bei der Einrichtung, zum Beispiel bei der Schulung von ehrenamtlichen Übungsleitern“,

sagt Claudia Kärcher-Schädel, die in ihrem Job beim Landratsamt speziell für die Bewegungstreffs zuständig ist.

Natürlich ist auch der Neuenstädter Bürgermeister Norbert Heuser gekommen und bewegt sich mit. Das Stadtoberhaupt ist wegen nachfolgender Termine in Anzug und Krawatte erschienen, aber wie heißt es in Veröffentlichungen über den Treff: Sportkleidung ist nicht erforderlich. Bevor es zum ersten Mal richtig los geht mit der Bewegung, wird viel geredet und gelacht. Ganz im Sinne weiterer Ziele: die Pflege sozialer Kontakte und der gemeinsame Spaß. Seniorenrätin Ellen Sperl bringt es auf den Punkt: „Beweg dich, dann bewegt sich was.“

Die Gründe, mitmachen, sind unterschiedlich. „Mein Doktor hat zu mir gesagt, ich soll was für meine Gelenke tun“, sagt Edeltraud Kelm (83). Sie hat bereits viele feste Termine und ist froh, dass man hierher kommen kann, wann immer es gerade passt. Kurt Langjahr (78) wohnt ganz in der Nähe der Dreschhalle. Er hat vom Bewegungstreff im Amtsblatt gelesen. Jetzt möchte er erst einmal schnuppern. „Wenn das hier nicht mit Musik abläuft, dann komm ich wieder. Bei Musik gerat ich aus dem Tritt.“

Neugierig, was auf ihn zukommt, ist auch der ehemalige Jugendfußballtrainer Werner Thiele (68), den seine Frau zum Mitmachen beim Bewegungstreff animiert hat. „Fangen wir an“, sagt Christa Speidel und lässt die Teilnehmer einen großen Kreis bilden. Und dann geht es los: Knie hoch, Rumpf beugen, Arme strecken – eine halbe Stunde lang.

Hausaufgabe Am Schluss gibt Christa Speidels Ehemann Erich, der sich als Übungsleiterstellvertreter zur Verfügung gestellt hat, den Teilnehmern noch eine Hausaufgabe mit: belebende Finger- und Zehenübungen. Nach der halben Stunde Bewegung meint Seniorenrätin Roswitha Müksch: „Eine tolle Sache und sicherlich eine Bereicherung für das Angebot in der Stadt.“ Sie hat aber auch eine Anregung: „Eine Ablagemöglichkeit für Jacken und Taschen wäre noch gut.“



Jeden Donnerstag von 10 bis 10.30 Uhr findet der Bewegungstreff statt – bei Wind und Wetter. Beim ersten Treffen der Gruppe herrscht großer Andrang. Fotos: Waldtraud Langer