

# „Speck weg Eck“ mit Vorbildcharakter

Rodauer Vereine realisieren gemeinsam mit Stadt Zwingenberg  
ein generationsübergreifendes Fitnessstudio im Freien

Im Rodauer Volksmund nennen sie es liebevoll „Speck weg Eck“. Doch was eher lustig klingt, ist in Wahrheit ein echtes Vorzeigeprojekt: In Rodau, einem Ortsteil der Stadt Zwingenberg im Sportkreis Bergstraße, haben der Sportclub Rodau 1972 e. V., der Verschönerungsverein Rodau und die Freiwillige Feuerwehr Rodau mit Unterstützung der Stadt Zwingenberg und zahlreicher Sponsoren einen generationsübergreifenden Bewegungsparcours im Freien gebaut. Seit nunmehr zwei Jahren können Jung und Alt, Trainierte und sportliche Neueinsteiger dort gleichermaßen trainieren. Auf 500 Quadratmetern Fläche stehen – in direkter Nähe zu den sonstigen Sportanlagen – elf Geräte zur Verfügung.

„Wir wollten einen Fitnessparcours im Freien schaffen, der für die breite Öffentlichkeit zugänglich ist, aber auch von den örtlichen Vereinen genutzt werden kann“, erklärt der Mann, der das Ganze initiiert hat: Kurt Schmidt war Kassierer des SC Rodau 1972 e. V. und sechs Jahre der Vorsitzende. Heute ist er eines von knapp 300 ganz normalen Mitgliedern. Von seiner Idee bis zur Einweihung der Anlage im Sommer 2017 vergingen gerade mal elf Monate. „Dass dieses Projekt dank zahlreicher Ehrenamtlicher realisiert wurde, macht es zu einem Paradebeispiel in der Region“, findet Schmidt.

Jens Prüller, Geschäftsbereichsleiter Sportinfrastruktur des Landessportbundes Hessen (lsb h) geht einen Schritt weiter: „Das ist ein Paradebeispiel für ganz Hessen“, sagt er. Denn selten arbeiteten Kommune, Vereine und Sponsoren bei der Umsetzung einer solchen Anlage so gut zusammen wie in Rodau. Nicht zuletzt deshalb habe der Landessportbund beschlossen, die Verantwortlichen 2018 zur Sportstättenmesse und Fachtagung „sportinfra“ nach Frankfurt einzuladen, wo sie ausführlich über die Anlage berichteten.

## Eigenleistung in Höhe von 18.000 Euro

Die Gesamtkosten für die Anlage beliefen sich demnach auf rund 75.000 Euro, wobei die elf wetterfesten Sportgeräte aus Edelstahl mit netto rund 50.000 den größten Teil ausmachten. Weil sie von den Vereinsmitgliedern selbst montiert wurden, konnten die Montagekosten in Höhe von 18.000 Euro eingespart werden. „Die Geräte sind sportwissenschaftlich fundiert und vom Allgemeinen Deutschen Hochschulsportverband und dem Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) empfohlen“, weiß Initiator Schmidt. Weitere 7.000



Euro fielen für Rollrasen, Hackschnitzel, Anpflanzungen und sonstige Infrastrukturmaßnahmen an.

Die Stadt Zwingenberg förderte die Anlage mit einem Zuschuss in Höhe von 25.000 Euro. Der Differenzbetrag wurde von Großsponsoren wie der AOK, der Sparkasse oder dem örtlichen Energieversorger GGEW sowie zahlreichen Kleinsponsoren übernommen. Aus haftungstechnischen Gründen wurde die gesamte Anlage nach Fertigstellung der Kommune übereignet. Die Pflegearbeiten werden von der Kommune sowie den beteiligten Vereinen gemeinsam übernommen.

## Vier Module

Die Anlage besteht aus vier Modulen: Koordination, Mobilisation und Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer. Zu jedem Gerät gibt es eine aufgestellte Tafel, die zeigt, welche Übungen dort sinnvoll sind. Erweitert werden diese Informationen durch kurze Clips, die über

## OBEN

Das Alter spielt auf dem Bewegungsparcours keine Rolle.  
Fotos: Kurt Schmidt

## RECHTS

Ob individuell oder in der Gruppe – der Park wird gut genutzt.

einen auf jeder Tafel angebrachten QR-Code auf dem Smartphone abgespielt werden können.

Mittlerweile hat sich der Parcours zu einem beliebten Sportler-Treff entwickelt, der von der Bevölkerung gut angenommen wird. „Man trifft Sportler aus der gesamten Umgebung. Personaltrainer verlegen die eine oder andere Trainingseinheit auf die Anlage, unsere Fußballvereine nutzen das Areal z. B. im Rahmen der Saisonvorbereitung und immer wieder trifft man Familien mit Kindern“, sagt Schmidt und lächelt. Kurzum: Der Outdoor-Park ist zu einem frequentierten Treffpunkt für alle Altersstufen geworden. „Genau das ist das Ziel solcher Anlagen“, sagt Geschäftsbereichsleiter Prüller. Sie irgendwo hinzubauen reiche nicht – man müsse sie auch mit Leben füllen. „Das geht durch die Einbeziehung von Vereinen am besten“, ist er überzeugt.

### Französisches Flair

In unmittelbarer Nachbarschaft des Rodauer Fitnessparcours wurde inzwischen ein Boule-Platz angelegt, bei dessen Nutzung Geschicklichkeit und Präzision eine tragende Rolle spielen. Man spürt förmlich das Savoir-vivre, die Solidarität und Gemeinschaft und auch ein Stück Gelassenheit, wenn es darum geht, die eigene Kugeln näher an die kleine Zielkugel zu platzieren. Passend zum „Speck weg Eck“ hat die einen niedlichen Namen: „Cochonnet“ ist französisch und bedeutet ins Deutsche übersetzt „Schweinchen“.

Für die engagierten Ehrenamtlichen der Rodauer Vereine ist aber noch lange nicht Schluss. Auch das Thema Umweltschutz und Nachhaltigkeit ist ihnen wichtig. Deshalb haben sie im vergangenen Herbst zwischen dem Sportgelände und dem angrenzenden Niederwald eine Wildblumenwiese angelegt, die Bienen und andere Insekten lockt. Schon in diesem Sommer sorgt sie dafür, dass der gesamte Komplex der Freizeitanlage eine runde Sache ist – und immer wieder zu einem Kurzbesuch nach Rodau einlädt.

*Michael Willig/ Isabell Boger*



**Der Sportclub Rodau** lädt am Dienstag, 27. August, 15.30 bis 17 Uhr, zu einer Informationsveranstaltung ein, bei der die Anlage angeschaut und getestet werden kann. Treffpunkt ist am Sportplatz, Im Wiesengrund, 64673 Zwingenberg. Fragen zur Veranstaltung und Anmeldung beantwortet Kurt Schmidt, Mobil: 0177 6124498, E-Mail: kurt.schmidt-rodau@t-online.



## Körper und Geist in Bewegung

„Sensenstein“ bietet optimale Bedingungen für Lehrgänge

**Bewegung für Kopf und Körper – das versprechen die Aus- und Fortbildungen des Landessportbundes Hessen. Von Bewegung für das Auto ist hingegen nicht die Rede! Insbesondere für die Mitarbeiter nordhessischer Vereine ist es deshalb ein Gewinn, dass in der Sportbildungsstätte Sensenstein regelmäßig Ausbildungen angeboten werden.**

Die Übungsleiterausbildungen für die Bereiche Erwachsene/Ältere sowie Kinder/Jugendliche gehören schon seit Jahren zum Standardrepertoire. Erstmals wird auf dem Sensenstein – nur wenige Kilometer von Kassel entfernt – dieses Jahr auch eine Vereinsmanager C-Ausbildung angeboten (siehe S. 18). „Die Teilnehmer sind froh, dass sie für die sechs Termine nicht jedes Mal nach Frankfurt fahren müssen und fühlen sich hier richtig wohl“, sagt die zuständige Referentin Diana Bruch.

Sie ermutigt auch die Fachverbände, für ihre Ausbildungen und Fortbildungen auf den Standort Sensenstein zurückzugreifen. Mit diversen Seminarräumen, der modernen Dreifeldhalle und Übernachtungsmöglichkeiten steht auf dem Sensenstein alles Nötige bereit. Gerade im Sommer punktet auch die idyllische Lage, die zu Ausbildungseinheiten im Grünen einlädt. *ib*



**Mehr Infos und Buchung** unter [www.sensenstein.de](http://www.sensenstein.de)