

	<b>Anfragen-Nr.</b>	
	<b>EAF-0091/2016</b>	

# Einwohneranfrage

Herr  
A. B.  
99817 Eisenach

<b>Betreff</b>
<b>Einwohneranfrage - Fitness-Parcours</b>

## **I. Sachverhalt**

Als Personal Trainer ist mir aufgefallen, dass wir in Eisenach leider keinen Outdoor Fitness-Parcours haben.

Ich denke, dass die Stadt mit einem Bewegungs-Parcours einen Beitrag zur Gesundheit der Bürger leisten könnte. Gleichzeitig wertet ein Parcours auch die Stadt auf.

### **Zitat: „Kommunen schätzen das Potential vom Bewegungsparcours**

All diese Vorzüge vom Bewegungsparcours mit seinen verschiedenen Trainingsgeräten werden in den letzten Jahren vermehrt von den Kommunen erkannt. Eine stetig wachsende Anzahl von Städten integriert einen Bewegungsparcours in ihre Städteplanung, um der Überalterung der Gesellschaft und dessen Folgen entgegenzuwirken. Deswegen werden Parks und Grünflächen immer häufiger mit speziellen Trainingsgeräten ausgestattet.“

Quelle 11/2016 <http://www.playfit.de/bewegungsparcours.html>

Wenn dieses Projekt gestartet wird, wäre es gut, wenn der Parcours den ganzen Tag Sonne hat. Somit können wir während des Trainings ordentlich Vitamin-D tanken. Außerdem erhöht ein sonniger Standort die Langlebigkeit (Moos, Feuchtigkeit).

Aus der Ganzkörper-Trainings-Sicht wären diese Basic-Übungen angebracht:

Bsp.: 8 Stationen einzeln oder als Multi-Stationen

- Rücken (Klimmzug event. mit Unterstützung), Bauch (Sit up, römische Liege)
- Rücken (Rudern), Brust, Rücken und Arme (Liegestütz)
- Beine (Kniebeuge mit Last), Arme, Rücken und Brust (Dips), Schulter und Trapezius (Press)

## **II. Fragestellung**

Umsetzung der Finanzierung:

1. Wie wäre es mit einer Spendenaktion durch Firmen und Krankenkassen, die am meisten von der Gesundheit ihrer Mitarbeiter bzw. ihrer Kunden profitieren würden?
2. Welche Zuschüsse von Bund und Land sind möglich?

Herr  
A. B.  
99817 Eisenach