

„Sich an frischer Luft zu bewegen ist das A und O!“ Ein Jahr Bewegungstreffs

Seit einem Jahr gibt es nun schon die beiden Bewegungstreffs im Freien in Emmendingen. Jeden Mittwoch im Bürkle/Bleiche, jeden Donnerstag im Stadtgarten und seit dem 25. September auch noch in Wasser an der Elzhalle treffen sich bis zu 25 Emmendingerinnen und Emmendinger bei Wind und Wetter, um eine halbe Stunde lang einfache, aber effektive Bewegungsübungen zu machen. Die Motivation ist bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern sowie den ehrenamtlichen Anleiterinnen hoch.

Dabei steht die Freude an der Bewegung im Vordergrund :“Es geht fröhlich zu“, „man hat Spaß miteinander und verschiedene Generationen kommen zusammen“, so blicken die Teilnehmer auf das letzte Jahr zurück. Außerdem eröffnen sich noch ganz andere Möglichkeiten: Beim anschließenden Kaffeetrinken kann man sich austauschen, nette Menschen kennen lernen und neue Freundschaften schließen.

So war es ein dringendes Anliegen, auch in den Ortschaften für „Bewegung“ zu sorgen. Dafür bot sich die Ortschaft Wasser mit der Elzhalle als idealer Ort an. Am 25. September startete mit einer überraschend große Teilnehmerzahl der Bewegungstreff in Wasser. Rund 30 Menschen trafen sich vor der Elzhalle. Eine besondere Attraktion war die Einführung durch die Ringerlegende Adolf Seeger, der Schirmherr der Bewegungstreffs in Freiburg.

Unterstützt werden die Bewegungstreffs in Emmendingen vom AWO-Kreisverband, dem Caritasverband, dem Stadt seniorenrat und der Stadt Emmendingen.

Neue Gesichter sind immer willkommen – es gibt keine Verpflichtung, keine Mitgliedschaft – einfach vorbei kommen und mitmachen.

Die Treffpunkte: Montag, 10 Uhr an der Elzhalle in Wasser, Mittwoch 10 Uhr am Caritas-Seniorenzentrum Bürkle-Bleiche, Donnerstag 10 Uhr im Stadtgarten am Pavillon.

Kontakte und weitere Informationen:

E-Mail: bewegungstreff-em@web.de, Ruth Schilling, Tel. 9330426 (Bürkle-Bleiche, Irene Speitel, Tel. 6804 (Stadtgarten), Sigrid Klapper Tel. 51922 (Wasser)