

Sportbund will die Männer vom Sofa holen

Erlebnissporttag „Kerlgesund“ mit Capoeira, Rudern, Bogenschießen / Fachvorträge, viel Bewegung und Grillabend

LANDKREIS (bb). Unter dem Motto „Kerlgesund“ will der Kreissportbund Schaumburg (KSB) die Männer des Landkreises mit einem Erlebnis-Sporttag unter anderem ins Ruderboot und auf den Golfplatz bringen. Organisator Jan Dudek, der sich im Bundesfreiwilligendienst beim KSB engagiert, hofft auf viele Anmeldungen von Interessierten.

„Von Trend-Sportarten bis Wandern, wir haben für jeden etwas dabei“, erklärte Jan Dudek bei der Vorstellung des Programmes. Der Erlebnissporttag soll am Sonnabend, dem 14. Juni, in Obernkirchen stattfinden. Los geht es um 10 Uhr in der BKK24-Lounge in Obernkirchen.

Nach der Begrüßung durch den Vorsitzenden des KSB Dieter Fischer und den Vorstand der BKK24 Friedrich Schütte folgen zunächst zwei Fachvorträge. Doktor Jürgen Weimann klärt über den „Länger-besser-Leben-Code“ auf, erläutert die Bedeutung von Bewegung, gesunder Ernährung, Verzicht auf Nikotin und mäßigen Alkoholkonsum für die Gesundheit. Anschließend informiert Jens-Oliver Adam unter dem Motto „Locker bleiben“ über Thema Muskel und Sehen im Sport.



Jan Dudek vom Kreissportbund Schaumburg hofft auf viele Anmeldungen zum Erlebnissporttag für Männer „Kerlgesund“.

Nach dem Mittagessen werden die Teilnehmer dann bis gegen 17.30 Uhr in den verschiedenen Kursen aktiv. Zur Auswahl stehen sieben Angebote. Die Ruderriege Schaumburgia lädt zum Rudern auf dem Mittellandkanal ein. Der

SSV Auetal führt in die Kunst des Bogenschießens ein. Mit dem TSV Steinbergen geht es zum Wandern in den Harri. Der ASC Göttingen stellt Trendsportarten vor wie etwa Kopfballschittennis, Cross-Boccia oder das Frisbee-

Ähnliche Disc-Golf. Auf der Anlage des Golfclubs Obernkirchen werde Bälle über das gepflegte Grün geschlagen. Der TC Obernkirchen führt auf seinen Plätzen in das Tennisspiel ein. Den Tanz-Kampf-Stil Capoeira stellt

Trainer Paulo Roberto Moreira (05721/9930962 oder fsj@ksb-schaumburg.de).

Die Teilnehmer müssen sich für einen von sieben Kursen entscheiden. Jan Dudek betonte, dass niemand vor einem Angebot zurückschauen brauche. Alle Kurse seien auf Anfänger ausgerichtet.

Den Erlebnissporttag für Männer wird dann ab 18 Uhr ein gemeinsamer Grillabend beenden. Die Teilnahmegebühr beträgt 10 Euro. Die Anmeldung sollte möglichst bis zum 6. Juni erfolgen. Den Anmeldeschein erhalten Interessierte beim KSB

Der KSB bietet nach dem Auftakt im Vorjahr den zweiten Männer-sporttag an. Männer würden sich für gewöhnlich weit weniger um ihre Gesundheit kümmern als Frauen, so Dudek. Dies schlage sich auch in einer merklich niedrigeren Lebenserwartung nieder. Mit der Veranstaltung wolle der KSB auf das Thema Gesundheitsprävention aufmerksam machen und Lust auf Sport wecken. Der Erlebnissporttag werde von der BKK24 unterstützt.

Foto: bb