

Drei Vereine laden ein zur Kerlgesund-Tour

Das Programm in Holtorf richtet sich nur an Männer: zwei Vorträge, neun Workshops, aktive Mittagspause und Grillabschluss

VON MATTHIAS BROSCH

Nienburg. Die ersten Plakate hängen, die Flyer liegen aus – und gestern stellten die drei beteiligten Vereine die Details zur Kerlgesund-Tour vor, die am 12. September zum Zuhören und Mitmachen einlädt. Ein Programm ausschließlich für Männer. Ein Blick in das Programm zeigt jedoch, dass Frauen als Referentinnen stark vertreten sind. Es wird also an diesem Sonnabend nicht darum gehen, dass die Teilnehmer unter sich sind. Intention ist vielmehr, alle in Bewegung zu bringen und auf die vielen Möglichkeiten und Vorzüge im organisierten Sport aufmerksam zu machen.

Der Kreissportbund Nienburg um seinen Vorsitzenden Rudolf Sudhop freut sich, dass mit dem RV Nienburg, SC Marklohe und die gastgebende Holtorfer SV drei Vereine gefunden wurden, die ihre Angebote präsentieren. Die Koordination liegt in den Händen von Nacera Belala, die seit Jahresbeginn für die Sportregion Diepholz-Nienburg als Referentin fungiert. Die Veranstaltung ist in zwei Blöcke unterteilt: Am Vormittag findet Theorie ab 10 Uhr statt. Einmal zeigt der Diplom-Sportwissenschaftler Markus Grote einige Ideen auf, wie man seinen Kreislauf nicht nur durch Laufen und Radfahren in Schwung bringen kann. Es folgt ein zweiter Vortrag von der Ernährungsberaterin Nina Schulz, in dem es um gesundes Essen und Trinken geht.



Initiatoren und die Vertreter der durchführenden Vereine: Rudolf Sudhop (KSB-Vorsitzender), Nacera Belala (Referentin der Sportregion Diepholz-Nienburg), Malte Losert (Landessportbund) und Jörg Nielaczny (BKK24, von links) freuen sich, dass Reiner Schaper vom RV Nienburg, Dietmar Kewersun und Elke Klein vom SC Marklohe sowie Silke Pielhop von der Holtorfer SV am 12. September die Männer mit Angeboten informieren und bewegen wollen.

Danach können sich die Teilnehmer bei einem Mittagsimbiss stärken, um dann in der Pause erstmals selbst aktiv werden zu können. Die Holtorfer SV lädt an die Kletterwand, zum Bosseln und höchstwahrscheinlich zum Rhönradturmen ein.

Für den Nachmittag entscheiden sich die Interessierten für einen Workshop, der gut drei Stunden dauern wird; die Teilnahmezeit ist teilweise begrenzt. Belala: „Wir haben etwas auf dem und im Wasser, im Sand, auf der Straße oder in der Halle – da steht eine schöne Mischung zur Wahl.“

Das umfangreichste Angebot

stellte die Holtorfer SV zusammen. „Wir hatten tatsächlich überlegt, dass wir mehr für Männer machen müssen. Da passte es, auf die Kerlgesund-Tour aufzuspringen“, berichtete die HSV-Vorsitzende Silke Pielhop. Die vom Landessportbund unterstützte Veranstaltungsreihe hatte ihren Ursprung vor drei Jahren im Kreis Schaumburg – und findet in diesem Jahr erstmals an insgesamt sieben Orten in ganz Niedersachsen statt. Neben Nienburg sind Obernkirchen, Osnabrück, Uelzen, Bovenden, Wittmund und Verden als Orte dabei. „Das Konzept passt, deshalb sind wir gern Partner. Denn:

Wenn etwas unseren Vereinen gut tut, freut uns das natürlich auch“, sagte LSB-Referent Malte Losert im gestrigen Pressegespräch.

Die Holtorfer sind für sechs der insgesamt neun Workshops am 12. September zuständig. Beim Triathlon gibt es eine Einführung ins Laufen und Radfahren, auf Schwimmen wird verzichtet. Dazu wird Badminton und Indica angeboten, das auf der Beachanlage gespielt wird. Nordic Walking führt ins Waldgebiet „Krähe“. Und auch die vielen nicht bekannte Kanu-Sparte präsentiert sich, „das ist keine Wettkampfgruppe, sondern sie unternehmen vielmehr Erlebnis-

turen“, informierte Pielhop. Etwas vollkommen Neues und im Grunde die beste Eigenwerbung ist der unter dem Arbeitstitel laufende „Fitnesszirkel“. Pielhop: „Mit Beginn der Hallensaison im September ist von uns ohnehin geplant, mit diesem Programm die Männer an ihre Grenzen zu bringen“. Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit sind Schwerpunkte des Trainings, das Andreas Horn künftig immer mittwochs anbieten wird.

Die kleinste Gruppe kann der RV Nienburg beschäftigen, schließlich sind die Anforderungen beim Rudern sehr hoch. In den Vierern sind zwei Plätze

für Teilnehmer frei, die anderen sind mit Vereinsmitgliedern besetzt, die im Notfall auf dem Wasser eingreifen könnten. „Immerhin geht es auf die Bundeswasserstraße Weser“, verdeutlichte Reiner Schaper. Jeder benötigt – wie beim Kanu – das Schwimmabzeichen Bronze.

Der SC Marklohe bietet Aquafitness im beheizten Wietzener Freibad unter der Regie von Elke Klein und Tennis unter Anleitung der leistungsstarken Sina Müller an. „Was in unserem Verein abgesehen von Fußball und Tischtennis für die Männer angeboten wird, ist gering. Deshalb wollen wir mit unserer Teilnahme an der Kerlgesund-Tour aufzeigen, was sonst noch möglich ist“, erzählte der Vorsitzende Dietmar Kewersun, der für die Fahrt nach Wietzen einen Shuttle-Service anbietet.

Zum Abschluss steigt ein After-Workshop mit Inge Balland zum Thema „Business-Yoga“. Und wer Lust hat, kann den Tag ab 18 Uhr bei einem Grillabend auf dem Gelände der HSV am Dobben ausklingen zu lassen.

Wer sich für die Kerlgesund-Tour in Nienburg interessiert, findet im Internet unter www.ksb-nienburg.de weitere Informationen. Anmeldeschluss ist am 7. September. Fragen beantwortet Nacera Belala telefonisch unter (0 50 21) 9 03 60 78 oder per Mail an nacera-belala@sportregion-ni-dh.de. Der Mittagsimbiss, Getränke, Kaffee und Kuchen sind übrigens in der Teilnahmegebühr von zehn Euro enthalten.

Brosch