

„Kerlgesund!“ in Schaumburg

Kreissportbund Schaumburg lädt zu einem Erlebnissporttag für Männer ein

Landkreis. Männer, die bislang wenig Ambitionen hatten, sich sportlich zu betätigen, haben am Sonnabend, 14. Juni, Gelegenheit, in unterschiedliche attraktive Sportarten hineinzu schnuppern. Der Kreissportbund (KSB), der Landes-sportbund, die BKK 24 und die Sparkasse Schaumburg laden unter dem Titel „Kerlgesund!“ zu einem Erlebnissporttag für Männer ein. Treffpunkt ist um 10 Uhr in der Lounge der BKK 24 in Obernkirchen, Sülbecker Brand 1.

Der Workshop, den Jan Dudek, der beim KSB seinen Bundesfreiwilligendienst ableistet, organisiert, beginnt mit zwei Vorträgen. Dr. Jürgen Weimann stellt die vier Säulen des BKK 24-Präventionsprogramm „Länger besser leben.“ vor: Bewegung, gesunde Ernährung, Verzicht auf Nikotin und nur mäßigen Alkoholkonsum. Physiotherapeut Jens-Oliver Adam hat in seinem Referat „Muskeln und Sehnen“ im Blick.

Nach einem gemeinsamen Mittagessen geht es ab 13 Uhr zu den einzelnen Workshops im Landkreis. Dieses werden – bis auf die Trendsportarten Headis (Kopfballschittennis), Crossboccia, Discgolf und Bumball – jeweils von Referenten hiesiger Sportvereine betreut. Auf dem Mittellandkanal wird gerudert,



Programm für „Kerle“:
Jan Dudek organisiert
den Erlebnissporttag für
Männer. sk

im Harrl gewandert, um Bogenschießen geht es beim SSV Auetal. Auf der Tennisanlage des TC Obernkirchen steht ein Trainer bereit, ebenso beim Golfclub Obernkirchen. Die brasilianische Tanz-Kampfkunst Capoeira stellt Paulo Roberto Moreira de Oliviera beim TSV Krainhagen vor.

Der Männersporttag klingt mit einem Grillen im Vereinsheim des TC Obernkirchens aus. Die Teilnahme an „Kerlgesund!“ kostet inklusive Essen zehn Euro. Wer teilnehmen möchte, muss sich beim KSB verbindlich anmelden. Ein Anmeldeformular kann unter der Telefonnummer (057 21)

993 0962 und per E-Mail an fsj-ksb-schaumburg.de angefordert werden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Es ist bereits das zweite Event dieser Art. Die Premiere des „Männersporttages“ fand 2013 – exklusiv für Niedersachsen – ebenfalls in Obernkirchen statt. „Damals machten 32

Männer mit, die meisten davon waren über 40 Jahre alt“, berichtet Dudek. Diesmal heißt das Ziel: 50 plus „x“.

„Der Tag“, sagt KSB-Chef Dieter Fischer, „ist unsere Antwort auf das ‚Sportforum‘, das mit 90 Prozent weiblicher Teilnehmer etwas frauenlastig ist.“ sk, tw