

Wie die „Kerle“ länger leben

Erlebnissporttag für Männer: Bis zu 80 können am 6. Juni dabei sein

VON THOMAS WÜNSCHE

Obernkirchen. Die Lebenserwartung von Männern liegt im Durchschnitt fünf Jahre unter der von Frauen – weil Männer oft Bewegungsmuffel sind oder nicht zur Vorsorge gehen. „Dagegen“ hat die BKK 24 im Wortsinn etwas: „Kerlgesund!“, einen Erlebnissporttag für Männer, den sie am Samstag, 6. Juni, zusammen mit Landessportbund, Kreissportbund und Sparkasse in der Bergstadt anbietet. Die „Kerle“ haben dabei die Wahl zwischen acht Sportangeboten und zwei Gesundheitsvorträgen; ein Abendprogramm schließt sich an.

„Es ist bereits das dritte Mal, dass wir diese Offerte machen“, sagt Friedrich Schütte. Der BKK-Vorstand berichtet von Teilnehmerzahlen, die sich imposant entwickelt haben: 25 Männer zählte die Erstauflage, nur ein Jahr später waren es mit 50 bereits doppelt so viele. „Die Zahl der Teilnehmer ist nur durch die Größe unserer Lounge begrenzt, in der die beiden Vorträge und das Mittagessen stattfinden“, sagt Schütte. Die Lounge fasst 80 Personen – und der Vorstand wünscht sich für den 6. Juni, dass „Kerlgesund!“ sie sprengt.

Organisatorische Seele des Erlebnissporttages ist der BFDler Marco Vehling aus Hesse, der beim Kreissportbund ein freiwilliges soziales Jahr ableistet: „Ganz neu im Angebot für den 6. Juni ist diesmal CrossFit“, sagt er; Nordic Wal-

king, das im vergangenen Jahr pausiert, wurde wieder aufgenommen. Bei „Kerlgesund!“ 2016 soll dann erstmals Discgolf mit dabei sein.

„Erfahrungsgemäß spricht das Angebot Männer im Alter zwischen 19 und 70 plus an“, berichtet Matthias Liebrecht, der bei der BKK 24 die Leitung Vertriebslogistik hat. Das Gros indes sei zwischen Mitte/Ende 30 und etwa 60. „Das“, sagt Liebrecht, „ist auch genau unsere Zielgruppe.“ Erwartet werden erneut Teilnehmer aus ganz Schaumburg und darüber hinaus. „Im letzten Jahr kamen zwei sogar aus Hannover“, freut sich Dieter Fischer, Chef des Kreissportbunds.

Der Kerlgesund-Erlebnissporttag für Männer in Obernkirchen bildet den Auftakt zur Kerlgesund-Tour 2015. Unter der Schirmherrschaft des Niedersächsischen Ministers für Inneres und Sport, Boris Pistorius, folgen im Herbst weitere

Veranstaltungen in Verden, Osnabrück, Göttingen, Uelzen, Nienburg und der Sportregion Friesland/Wilhelmshaven/Wittmund. Die Kerlgesund-Tour ist ein Präventionsprojekt mit dem Ziel, Männer für Gesundheit zu sensibilisieren, für Bewegung zu begeistern und mit den Sportvereinen vor Ort in Kontakt zu bringen.

Zum Start der Kerlgesund-Tour wird der Präsident des Landessportbundes, Prof. Wolf-Rüdiger Umbach, in Obernkirchen sein.

Das Programm: 10 Uhr, Begrüßung. 10.10 Uhr, Vortrag: „Der bewegte Mann“ von Diplom-Sportwissenschaftler Markus Grote. 11.15 Uhr, Vortrag: „Gesunde Energie“ von Ernährungsberaterin Nina Schulz. 12.15 Uhr, Mittagessen. 13.15 bis 17.30 Uhr Workshops. 18 Uhr, Grillabend im Vereinsheim des TC Obernkirchen.

Bei den Workshops können

die Männer unter diesen acht Angeboten jeweils eines wählen:

Tennis (Bernd Köhler, TC Obernkirchen); Capoeira (Paulo Roberto Moreira de Oliveira, TSV Krainhagen); CrossFit (Heike Radecke, Kneipp-Verein Obernkirchen); Rudern (Andreas Bültmann, Ruderriege Schaumburgia); Bogenschießen Lutz Monden, SSV Auetal); Wandern (Karl-Martin Pacholek, TS Steinbergen); Nordic Walking (Gerhard Warnke, Kneipp-Verein Obernkirchen); Golf (Sebastian Neuhaus, Golfclub Obernkirchen).

Das Beste zum Schluss: Für den Erlebnissporttag zahlen die „Kerle“ nur zehn Euro – inklusive Mittagessen, Getränken, Kaffee & Kuchen.

► **Anmeldung:** KSB Schaumburg, Marco Vehling, BFDler, Telefon (0 57 21): 9 93 09 62, Fax: (0 57 21) 99 50 77, E-Mail: fsj@ksb-schaumburg.de



Premiere 2013: Teilnehmer aus dem ganzen Landkreis nutzen den ersten Männergesundheitstag in Schaumburg, um aktiv zu werden und sich über Gesundheitsthemen zu informieren.

Archiv