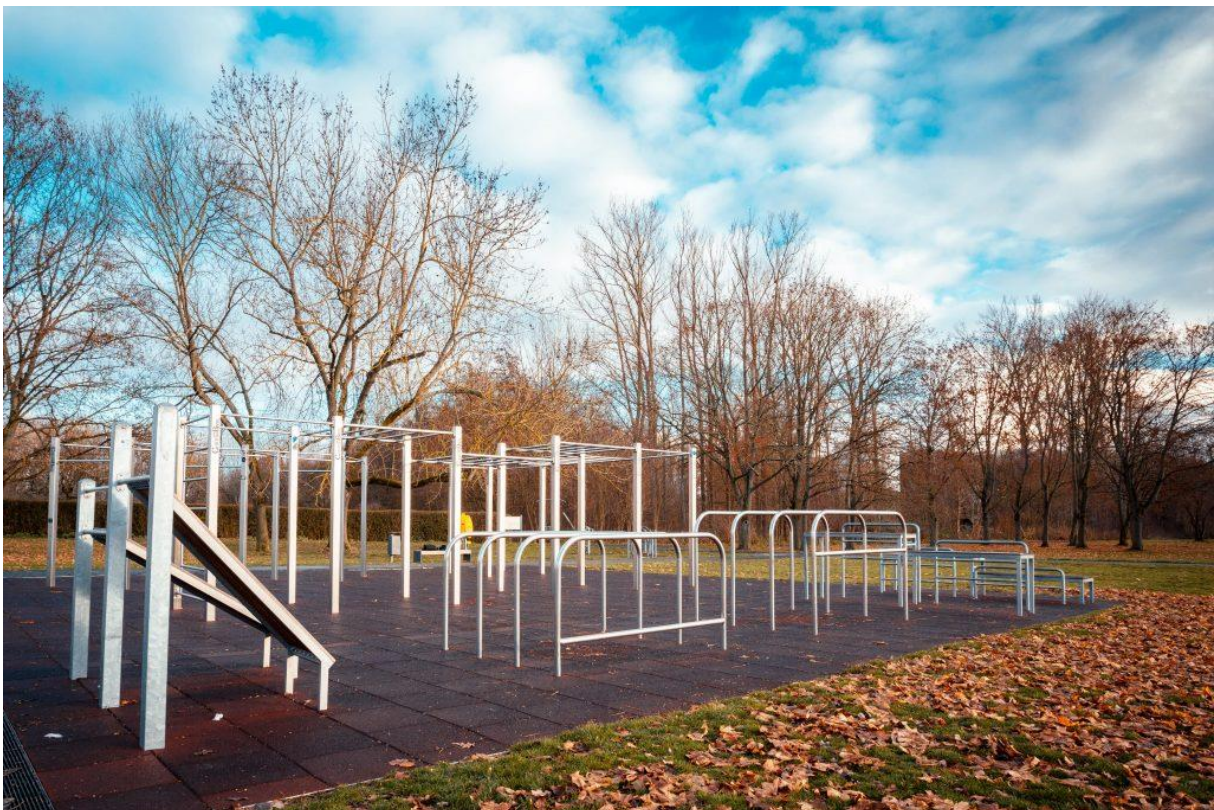


**Mehr Sport im Stadtbezirk- Errichtung einer
Calisthenics Anlage an der Langwieder Seenplatte-
Antrag zur Sitzung am 16.10.2024**



(Bildquelle <https://custombars.de/giessen-wieseckaue/>)

Der Bezirksausschuss 22 bittet die Landeshauptstadt München:

1. An der Langwieder Seenplatte einen Calisthenics-Park nach dem erfolgreichen Vorbild der Anlagen in den Isarauen und der Messestadt Riem o.ä. beliebten Anlagen zu errichten. Ziel dieses Projekts ist es, ein attraktives und modernes Outdoor-Trainingsangebot zu schaffen, das sowohl Freizeit- als auch sportbegeisterte Bürger anzieht und die Lebensqualität im Stadtbezirk nachhaltig verbessert.
2. Nach dem Vorbild der Anlagen in den Isarauen und der Messestadt Riem, die Ausstattung der Fitnessanlage am Krautgartenweg mit fehlenden Geräten wie einer breiten Stange, parallele Barren, Monkey Bars, Liegestütz- und Sit-up-Stationen sowie Boxsäcke ergänzt werden, um ein vollständiges Trainingsangebot zu gewährleisten. Dadurch wird das Sport- und

Freizeitangebot erweitert und die Attraktivität dieser Anlage für sportbegeisterte Bürger erhöht.

3. Das Programm „Fit im Park“ auf die Aubinger Lohe, die Langwieder Seenplatte und das Grünband in Freiham auszuweiten. Bei „Fit im Park“ bieten Trainer der Stadt zwischen Mai und September verschiedene Sportkurse für die Menschen in Grünanlagen kostenlos an. Das Angebot reicht von Fitnesstraining über Zumba, Pilates und Gymnastik bis zu Yoga.

Begründung:

Calisthenics-Anlagen sowie die „Fit im Park“ Programme bieten eine hervorragende Möglichkeit, die körperliche Fitness zu fördern, indem sie ein effektives Ganzkörpertraining ermöglichen, das für Menschen aller Altersgruppen zugänglich ist. Ein Calisthenics Park könnte als frei zugängliches Bewegungsangebot dienen, das unabhängig von Wetterbedingungen oder Öffnungszeiten genutzt werden kann. Dies würde die Bürger zu einem gesünderen, aktiveren Lebensstil motivieren. Die Erfolge und die große Beliebtheit der bestehenden Anlagen in den Isarauen und der Messestadt Riem zeigen, dass solche Einrichtungen stark nachgefragt werden.

Ein Calisthenics-Park an der Langwieder Seenplatte kann zudem als Treffpunkt für Sportler, Familien und Freundeskreise dienen. Gemeinsame Trainingseinheiten im Freien fördern nicht nur die körperliche Aktivität, sondern auch das soziale Miteinander, indem sie den Austausch und das Gemeinschaftsgefühl stärken. Die Langwieder Seenplatte bietet sich aufgrund ihrer Nähe zu Erholungsflächen wie den Seen als idealer Standort an, ähnlich wie es bei den Isarauen und der Messestadt Riem der Fall ist.

Nach dem Vorbild der Calisthenics-Parks in den Isarauen und der Messestadt Riem sollten folgende Geräte und Trainingsbereiche installiert werden:

- Klimmzugstangen in verschiedenen Höhen
- Parallele Barren und Dip-Stangen
- Monkey Bars
- Liegestütz- und Sit-up-Stationen
- Freie Flächen für Bodenübungen wie Planks und Stretching
- Boxsäcke, wie sie auch bei der Calisthenics-Anlage in den Isarauen vorhanden sind.

Der Park sollte außerdem über eine rutschfeste und stoßdämpfende Oberfläche verfügen, um die Sicherheit der Nutzer zu gewährleisten.

Die Calisthenics-Anlage sollte barrierefrei gestaltet werden, um auch Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder älteren Bürgern einen Zugang zu ermöglichen. Das Training sollte für alle zugänglich sein, unabhängig von Fitnessniveau oder Alter.

Um eine sichere und effektive Nutzung der Geräte zu gewährleisten, sollten Informationstafeln mit Trainingsanleitungen und Tipps zur richtigen Nutzung der

Geräte installiert werden. Eine digitale Erweiterung könnte durch QR-Codes an den Geräten realisiert werden, die Nutzer zu Erklärvideos führen.

Die Finanzierung des Projekts könnte durch städtische Sport- und Freizeitmittel unterstützt werden. Eine Kooperation mit Unternehmen oder Sponsoren wäre ebenfalls möglich, wie eine Crowdfunding Aktion, um zusätzliche Mittel für den Bau und die Pflege der Anlage zu gewinnen. Darüber hinaus könnten Fördermittel aus Landes- oder Bundesprogrammen für Sportprojekte beantragt werden.

Die Errichtung eines Calisthenics-Parks an der Langwieder Seenplatte bietet eine hervorragende Gelegenheit, die Freizeit- und Fitnessangebote im Stadtbezirk 22 zu erweitern. Ein solcher Park würde nicht nur die Attraktivität der Langwieder Seenplatte als Erholungs- und Freizeitgebiet steigern, sondern auch aktiv zur Gesundheit und zum Wohlbefinden der Bürger beitragen.

Der Bezirkssauschuss 22 bietet die Stadt München diesen Antrag wohlwollend zu prüfen und die vorgeschlagenen Maßnahmen für mehr Sport im Stadtbezirk umzusetzen, um die Gesundheit der Menschen zu fördern.

Für den Antrag

Leopold Arning

Quellen:

<https://www.prinz-sportlich.de/lexikon/was-ist-calisthenics/>

<https://muenchen.mitvergnuegen.com/tipps/fitness-parcours-isarauen/>

<https://custombars.de/giessen-wieseckaue/>

<https://parkinspector.de/blog/?id=28>