



Stellten den Senioren-Sport-Wegweiser vor (von links): Marion Gramm (VHS), David Littmann (Sportverwaltung Lünen), Ursula Rempe, Rainer Majewski (beide Stadtsportverband) und Erster Beigeordneter Horst Müller-Baß. Foto: Wagner

Aktiv bleiben! Senioren in Bewegung bringen

Sport-Wegweiser für die ältere Generation erschienen

Lünen. Von A wie Aerobic bis W wie Wirbelsäulengymnastik: Die Stadt Lünen, der Stadtsportverband und die VHS Lünen haben einen Sport-Wegweiser für Senioren mit 80 Angeboten – verteilt über das gesamte Stadtgebiet. „Wir haben 18 Anbieter mit 19 verschiedenen Bewegungsarten“, sagt David Littmann von der Sportverwaltung. Die Gruppe möchte über das informative und übersichtlich gestaltete Heft Menschen ab 50 Jahren zu Sportmöglichkeiten in ihrer Umgebung informieren und zum Mitmachen animieren.

„Wir wollen einfach öffentlich machen, was es alles für Angebote gibt, den viele sind den Menschen unbekannt. Dabei sind noch nicht einmal alle erfasst“, so David Littmann weiter. Senioren in Bewegung bringen, ihnen den Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand zu erleichtern, das ist die Idee, die hinter dem Wegweiser steckt.

Rainer Majewski empfiehlt allen Vereinen, einen Seniorenbeauftragten zu instal-

lieren. „Denn diese Gruppe wird immer größer“, weiß der Mann vom Stadtsportverband Lünen: „Im Verein werden Freundschaften und sozialer Zusammenhalt gepflegt. Hier ist jeder willkommen.“ Ursula Rempe ergänzt: „Sport ist im Verein am schönsten.“ Doch auch Marion Gramm von der VHS stellt in den Kur-

en eine große Solidarität untereinander fest.

Die große Auflage von 15 000 Exemplaren zeigt, dass der Sport-Wegweiser für Senioren nicht kurzfristig angelegt ist. Das handliche Heft gibt es an vielen öffentlichen Plätzen (Rathaus, Sparkassen, Sportvereine, VHS etc.). Allein 8000 Mieter der WBG und des Bauvereins zu Lünen werden erreicht. Horst Müller-Baß, Erster Beigeordneter der Stadt Lünen, wünscht sich auch, dass Ärzte ihre älteren Patienten auf die Sportangebote hinweisen.

Der Sportwegweiser, in dem auch Rad- und Wandertouren verzeichnet sind, wurde gemeinschaftlich vom Stadtsportverband, der Volkshochschule Lünen und der Sportverwaltung der Stadt Lünen im Rahmen des Bildungs- und Präventionsberichtes entwickelt.

Nach Genehmigung des städtischen Haushaltes ist er nun auch endlich erhältlich. ■ awa



Foto: Fotolia