

Mehrgenerationenspielplatz

Jever

Was sind die Beweggründe?

Gesellschaftlichen Veränderungen begegnen

- Anstieg des privat organisierten/informellen Sporttreibens
- Wunsch nach zeitlicher Flexibilität
- Trend zum Outdoorsport
- Bau multifunktionaler Sporträume
- Demographische Entwicklung

BEVÖLKERUNG NACH GEBURTSJAHRGÄNGEN IN JEVER (11.10.2018)

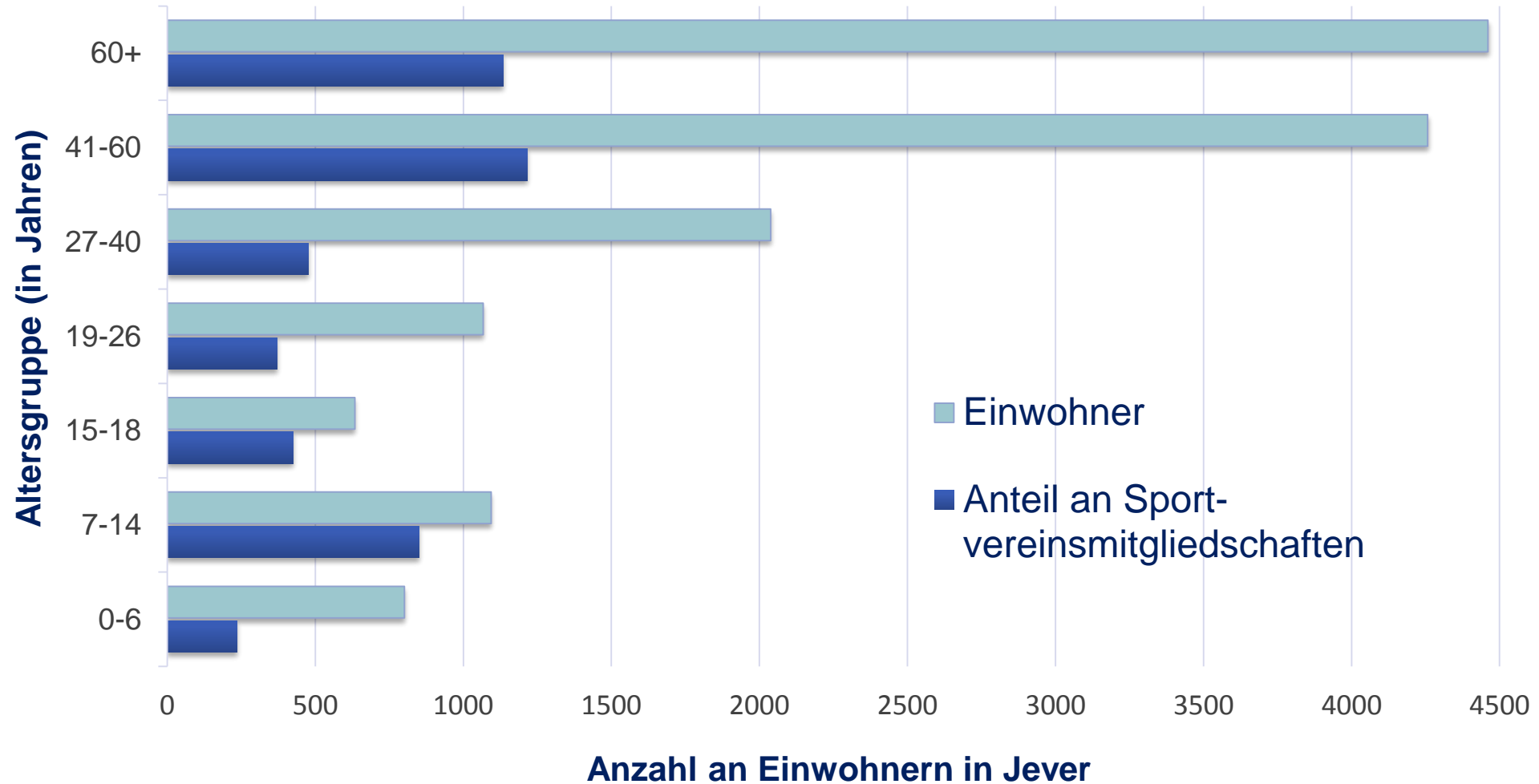




	2012	2020	2030	2030 zu 2012
Jever	45,5	47,8	50,1	+4,6
LK Friesland	45,6	48,0	50,0	+4,4
Niedersachsen	44,0	45,7	47,4	+3,4

Das Durchschnittsalter steigt bis 2030 an.

Mitgliedschaften im Verhältnis zur Einwohnerzahl für die Stadt Jever (Stand 31.12.2016)



Daraus folgt...

- ➔ Dynamische Reaktion auf diese Veränderungen
- ➔ Modernisierung der Sportstätten hin zu nachhaltigen und variablen Sporträumen

Was ist ein Bewegungsparcours ?

- Outdooranlage mit Geräten zum Trainieren
- Jederzeit in Alltags-und Bürokleidung nutzbar
- Integraler Bestandteil von Grünanlagen, Parks
- Stärkung von Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer

Calisthenics-Parks



Playfit



Gesundheitsförderliche Wirkungen

(bei regelmäßiger Nutzung)

Körperlicher Nutzen


 Verbesserung der funktionellen Leistungen

Bezeichnung	Wirkt vorwiegend auf	Ausdauer	Koordination/ Gleichgewicht	Kraft	Dehnen Beweglichkeit	Massage Lockerung der Muskeln
Beintrainer	Beine, Unteren Rücken					
Ganzkörpertrainer	Ganzen Körper					
Rückentrainer	Rücken, Bauch, Hüfte					
DUPLEX Rückentrainer	Rücken, Bauch, Hüfte					
Schultertrainer	Schultern, Hände					

Psychische Wirkungen

- Steigerung des psychischen Wohlbefindens
- Erhöhte Stresstoleranz
- Verbesserung der Grundstimmung
- Verminderung von Ängsten und Depression

Soziale Wirkungen

- Treffpunkt für Menschen mit selben Interessen
- Bietet Chance sich bei Sport und Bewegung zu begegnen
- Entgegenwirken der sozialen Isolation und Ausgrenzung im Alter

Die Planung

Checkliste

- Zielgruppe: Für wen?
- Beteiligung/Partizipation: Bürgerinnen und Bürger?
- Zentraler Standort, ruhig, immissionsfrei, sicher
- Gute, barrierefreie Erreichbarkeit: Radwegenetz?
- Grünanlage, Freifläche, kein „Präsentierteller“
- Auswahl der Geräte

Checkliste

- Spielplätze in der Nähe, andere Attraktionen?
- Attraktivität: Anzahl der Geräte?
- Ausstattung: Sitzmöglichkeit? Beleuchtung?
- Übungsstunden durch Fachpersonal: Sportvereine?
- Information: An die Bürger?
- Finanzierung sichern

Finanzierung

- Planungskosten
- ggf. Kosten für Untergrund
- Einbau der Geräte
- Wartung, Haftung
- ggf. Kosten für Infrastruktur: z.B. Licht
- 1 Gerät = 1.500 € bis 6.000€ je nach Funktion

Preisliste playfit® (Stand: 01.08.2018)

Modell	Bezeichnung	Description	* VK Einzelgeräte (EUR)
JS-0231D	Beintrainer	Walker	4.495,-
JS-0922DIII	Ganzkörpertrainer	Elliptical	3.985,-
JS-0234D	Rückentrainer	Twister	2.985,-
JS-0234C	Duplex Rückentrainer	Duplex Twister	3.050,-
JS-0285D	Schultertrainer	Taiji Massage Machine	2.785,-
JS-0285C	Duplex Schultertrainer	Duplex Taiji Massage Machine	2.785,-
JS-0502D	Rücken-Massage-Gerät	Waist Back Massage Machine	2.975,-
JS-0503D	Massage-Gerät für Hände, Arme, Beine	Massage Rub Machine	2.465,-
JS-0299D	Beweglichkeitstrainer	Happy Big Wheel	2.875,-
JS-0683D	Rollstuhltrainer	Drive In and Turn	3.275,-
JS-0672D	Armfahrrad	Arm Cycle	3.165,-
JS-0555D	Sitzfahrrad	Sit and Cycle	4.235,-
JS-6014D	Gleichgewichtstrainer	Balance Trainer	2.465,-

Finanzierung

Möglichkeiten:

- ...Mitwirkung von Sportvereinen, Unternehmen, Stiftungen
- ...künftige Nutzerinnen und Nutzer
- ...Einrichtungen der Altenhilfe/Seniorenorganisationen; Aktion Mensch
- ...örtliche Kostenträger der Gesundheitsversorgung
- ...Stadt Jever
- ...Gerätepatenschaften, Sponsoring, Crowdfunding

Fazit

Mehrgenerationenspielplatz steigert die
Attraktivität der Stadt Jever

Kann einen gesundheitlichen Nutzen,
sowie sozial positiv wirksam sein

Gestaltung und Standort wichtig

Regelmäßige Einbindung des Platzes in
Aktivitäten und Veranstaltungen von
Bedeutung

Vereine anregen den Platz zu nutzen



© LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

Gibt es noch Fragen?

Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit

Quellen

- Hessisches Sozialministerium (Hrsg.). (2012). *Bewegung für Gesundheit im Alter. Leitfaden für die Einrichtung von Bewegungsparcours*. Wiesbaden.
- *Home of bars. Calisthenics-Parks.com*. Zugriff am 12. Oktober 2018 unter <https://calisthenics-parks.com/de>
- Langer, K. & Hähnel, J. (2018, 14. Mai). *Sportentwicklungsbericht für den Landkreis Friesland* (KreisSportBund Friesland e.V., Hrsg.).
- Playfit GmbH (Hrsg.). (2018). *playfit. outdoor - fitness*. Zugriff am 12. Oktober 2018 unter <https://www.playfit.de/>
- Preisliste Playfit persönlich übermittelt am 15.10.2018
- Stadt Jever (2018). *Alterspyramide Stadt Jever Jahrgänge 1915-2018*
- Statistische Ämter der Länder, ies, Deest GmbH. (2016). *Durchschnittsalter Eigene Berechnungen*