



Bezirksbürgermeister Klaus Kalthoff (v.l.), Ratsfrau Gabriele Schmeer, Oberbürgermeister Bernd Tischler, Ratsherr Bastian Hirschfelder und Ratsfrau Lore Jacobi weihen das Sportgerüst ein.

Foto: Kappi

Klimmzüge unter freiem Himmel

Sportgerüst für Krafttraining am Hallenbad

BOTTROP. Calisthenics ist Krafttraining, bei dem das eigene Körpergewicht genutzt wird. In der Parkstraße hat Oberbürgermeister Bernd Tischler neben dem Hallenbad jetzt eine Calisthenics-Anlage eröffnet.

Tischler lobte die politische Initiative zu dieser Anlage. „In Deutschland gibt es rund 800 solcher Anlagen. Da ist es Zeit, dass es so ein Trainingsangebot auch in Bottrop gibt.“ Sowohl Jogger aus dem benachbarten

Stadtgarten als auch Sportgruppen können das Edelstahlgerüst für Übungen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade nutzen. Ein wenig ähnelt das Angebot an das Zirkeltraining in Sporthallen. Unter freiem Himmel können Klimmzüge gemacht werden. Es gibt eine Sprossenwand und ein Reck. Welche Übungen an den einzelnen Stationen möglich sind, erklärt eine Schautafel.

Begeisterte Calisthenics-

Sportlerin ist Mara Post, die beim städtischen Fachbereich Umwelt und Grün angestellt ist. Sie freut sich, dass sie künftig für die Übungen nicht mehr nach Essen fahren muss. „Man trainiert nicht nur einzelne Muskeln, sondern den ganzen Körper“, erklärt sie. Bei der Einweihung des Sportgerüsts zeigt sie ein paar Übungen, an denen sich denen auch Oberbürgermeister Tischler beteiligt hat.