



Freuen sich auf die nächste Auflage von „Sport im Park“ in Dorsten: Petra Völker (M.) vom KSB Recklinghausen sowie die Organisatoren des Dorstener LC und des Stadtsportverbandes Dorsten.

FOTO LEISTNER

Ferienzeit ist Sportzeit

Beine hoch legen in den Sommerferien? Das kann man zumindest an den Sonntagen getrost vergessen. Denn dann ist bei „Sport im Park“ wieder für alle Altersklassen Bewegung angesagt.

Von Andreas Leistner,
Dorsten

Gymnastik speziell für Senioren – so steht es auf dem offiziellen Flyer für „Sport im Park“. Doch die Erfahrung aus dem Vorjahr hat die Organisatoren gelehrt: Das Angebot an den Sonntagen in den Sommerferien stößt in allen Altersklassen auf Interesse.

„Wir haben im vergangenen Jahr Kinder genauso hier gehabt wie Senioren“, berichtet Petra Völker, Geschäftsführerin des Kreissportbundes Recklinghausen, der das Angebot in verschiedenen Kreisstädten an-

bietet, in Dorsten zusammen mit dem Stadtsportverband und dem Dorstener Leichtathletik-Club (DLC).

Hier, das bedeutet in der Lippestadt Bürgerpark Maria Lindenhof. Das in den vergangenen Jahren umgestaltete Gelände bietet vielfältige Sportmöglichkeiten von der Gymnastik übers Laufen bis zu Calisthenics.

Treffpunkt ist jeweils um 10 Uhr die alte Verkehrsschule am östlichen Ein-



gang des Areals in unmittelbarer Nachbarschaft zum Altenheim Maria Lindenhof. Dort bietet eine überdachte Fläche sogar Sportmöglichkeiten bei Regen, die Teilnehmer können sich also unabhängig vom Wetter auf den Weg zum Training machen.

Das dauert zwei Stunden



auf die Teilnehmer zugeschnitten, die sie je nach Leistungsstand in mehrere Gruppen aufteilen.

Mitbringen sollten die Teilnehmer leichte Sportkleidung sowie nach Möglichkeit eine eigene Matte für die Gymnastik. Handtuch und etwas zu trinken sollten ebenfalls zur Grundausstattung gehören.

„Sport im Park“ ist ein kostenloses Angebot. Eine

und wird von den erfahrenen Übungsleitern des DLC

Voranmeldung oder Vereinszugehörigkeit sind für die Teilnahme nicht nötig. So mancher kommt aber bei den Übungen im Bürgerpark auch auf den Geschmack: „Zwei Damen, die letztes Jahr teilgenommen haben, sind später auch beim Dorstener LC aufgetaucht“, weiß Petra Völker.

Und selbst international stieß das Angebot in Dorsten im vergangenen Jahr auf Interesse: Ein Mann, der im nahen Altenheim Verwandte besuchte, wurde auf die Sportgruppe im Park aufmerksam und nahm kurzentschlossen teil – er kam aus Liverpool.