

# Generationenplatz jetzt auch in Clarholz

Herzebrock-Clarholz (br). Jetzt hat auch Clarholz seinen Generationenplatz. Nach dem Spielplatz an der Le-Chambonstraße im Ortsteil Herzebrock, der im November 2014 eingeweiht und für rund 10 000 Euro mit drei Fitnessgeräten bestückt worden war, ist nun auch das Gelände an der Wulfbrede in Clarholz um zwei Fitnessgeräte bereichert worden.

Es handelt sich um einen Wellenläufer – wie in Herzebrock – und einen Schultertrainer. „Der Wellenläufer soll zur Mobilisierung der unteren Rücken-, Hüft- und Beckenbereiche beitragen“, erläuterte Gabriele Höft von der Gemeindeverwaltung auf Nachfrage der „Glocke“. Das Gerät solle den Gleichgewichtssinn aktivieren und die Beinmuskulatur stärken. Der Schultrainer sei zur Massage und Lockerung der Muskulatur gedacht. Mit diesem Gerät sollen das Koordinationsvermögen und die Körperbalance trainiert werden.

Auf einer Tafel sind präzise Anleitungen zu lesen, welche Übungen man an den Geräten absolvieren kann. Dort ist auch detailliert beschrieben, welche Muskelgruppen trainiert werden. Die aufgelisteten Trainingsbeispiele sind in die Stufen leicht, mittel und

schwer untergliedert. Dabei wird auch die Zahl der Wiederholungen und der Zyklen vorgeschlagen.

Die Kosten für die neuen Geräte auf dem zweiten Generationenplatz von Herzebrock-Clarholz belaufen sich auf 9000 Euro. Sie mussten nicht von der Gemeinde allein gestemmt werden. Verschiedene Sponsoren haben sich beteiligt. Das Geld kommt außer aus Haushaltsmitteln aus dem Ortskernfonds Clarholz, von der Bürgerstiftung Herzebrock-Clarholz, von der Kreissparkasse Wiedenbrück, von der Volksbank Clarholz und von der Grünen Alternativen Liste (GAL).

Beim Vorsitzenden des Seniorenbeirats, Josef Böcker, der sich seit Jahren für die Einrichtung der Mehrgenerationenplätze in beiden Ortsteilen stark gemacht hat, herrscht Freude über die neuen Fitnessgeräte an der Wulfbrede. „Opas und Omas sowie Väter und Mütter können sich, während die Kinder spielen, an den Bewegungsgeräten betätigen“, so Böcker. „Von den Geräten aus hat man die Kinder gut im Blick und außer spazieren gehen, ist das Training von Armen und Beinen eine zusätzliche, angenehme Betätigung.“ Der Initiator hofft nun, dass die Geräte ausgiebig genutzt werden.



Die neuen Geräte auf dem Mehrgenerationenplatz an der Wulfbrede Clarholz: Auf dem Wellenläufer im Vordergrund werden die unteren Extremitäten trainiert. Der Schultertrainer im Hintergrund mobilisiert die oberen Extremitäten.  
Bild: Schäfer