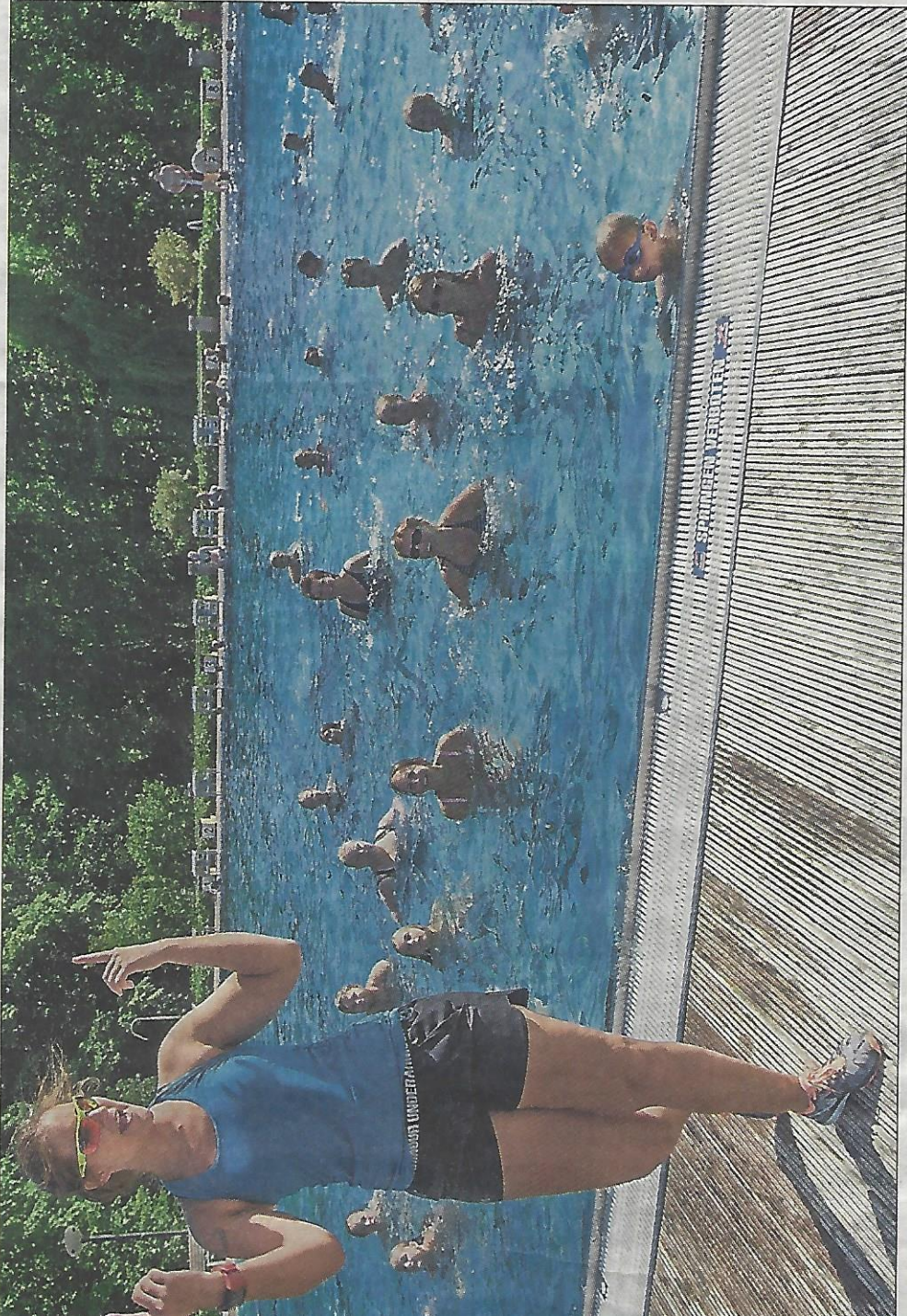


stag im Freibad



der Sporttherapeutin Andrea Koch war eines der Bewegungsangebote am Samstag im Freibad.

Bild: Poschmann

Freibadgäste bei Top-Wetter stets in Bewegung

Warendorf (ap). Body Shape, Step Aerobic, Breakletics – am Samstag stand bei vielen der rund 1400 Freibadbesucher der Sport ganz hoch im Kurs. Eingeladen hatten die Stadtwerke in Kooperation mit der Warendorfer Sportunion (WSU) und der Barmer Krankenkasse zu einem Bewegungstag.

Nachdem der erste Termin im Juni verschoben werden musste, war der neue am Samstagnachmittag perfekt. Bei blauem Himmel, Sonnenschein und angenehmen Temperaturen war das Freibad gut besucht. Unter dem Leitgedanken „Bewegungstag“ durften die Badegäste ohne Anmeldung aus sieben verschiedenen Kursen wählen, darunter Cross-Boccia, Zumba und Yoga.

Unter der professionellen Anleitung von Übungsleiterin und WSU-Trainerin Sabine Schäfer sowie Sporttherapeutin Andrea Koch und weiteren Trainern

nutzten Interessierte den ganzen Tag über das umfangreiche Kursangebot. Wer es auf die Spitzentreiben wollte, nahm im halbstündigen Wechsel an allen Kursen für jeweils 30 Minuten teil. Zusätzlich bestand noch die Möglichkeit, sich im Balancieren auf der Slag-Line zu üben.

Angestoßen hatte den Bewegungstag der Förderverein Bürgerbad, der im vorigen Jahr das sportliche Angebot als Geburtstagsgeschenk zum Zehnjährigen den Gästen des Freibades gemacht hatte. Aufgrund der guten Resonanz hatten die Stadtwerke jetzt den Ball aufgenommen und eine Wiederauflage angeboten.

Die nächsten Aktionen im Freibad sind das Familientauchen (28. Juli), Schnuppertauchen (4. August) und Moonlight-Schwimmen (24. August). Das Zephyrus-Disco-Team wird zudem am 28. August zur Poolparty das Freibad in ein Spielparadies verwandeln.