

Nr. 1 8. Juni 2021

„Bewegt im Park“ startet am 14. Juni in die sechste Saison mit 700 kostenlosen Bewegungsangeboten

Bewegungskurse im Freien von Juni bis September in ganz Österreich – ohne Anmeldung, jederzeit und für jeden

Wien, 08. Juni 2021 - Ob Pilates, Yoga, Kräftigungstraining oder Boccia: „Bewegt im Park“ bietet auch heuer wieder zahlreiche Bewegungsangebote an. Erstmals wird das Programm mit Inklusionskursen ergänzt.

Werner Kogler, Vizekanzler und Sportminister, bei der heutigen Auftakt-Pressekonferenz: „Nach den Monaten der Einschränkungen gibt es für mich als Sportminister ein übergeordnetes Ziel: So viele Menschen wie möglich in Bewegung zu halten oder zu bringen. Hierfür braucht es auch und vor allem niedrigschwellige Bewegungsangebote. „Bewegt im Park“ verkörpert diesen barrierefreien Zugang zu Sport perfekt: es ist gratis, erfordert keine Anmeldung und bietet doch ein vielfältiges Programm, das von erfahrenem, qualifiziertem Personal nahe am Wohnort umgesetzt wird. Es ist das richtige Projekt zur richtigen Zeit. Deshalb haben wir als Sportministerium die Budgetmittel für 2021 mit großer Überzeugung um 37 Prozent erhöht. Ich bin sicher, dass die Lust auf Bewegung groß ist und sich die 8.400 Bewegungseinheiten an den über 300 Standorten großer Beliebtheit erfreuen werden.“

„Mehr gesunde Lebensjahre und der Wandel vom Reparatursystem hin zur Prävention – das sind unsere Ziele. Bewegung und Sport sind auf diesem Weg entscheidende Faktoren. Dazu braucht es ein niederschwelliges Bewegungsangebot. Mit ‚Bewegt im Park‘ möchten wir die Menschen mit konkreten und leicht zugänglichen Angeboten erreichen und zum Sport motivieren. Das Programm bringt Bewegung direkt ins Lebensumfeld der Menschen und zeigt, wie einfach Gesundheit in den Alltag integriert werden kann“, sagt Peter Lehner, Vorsitzender der Konferenz des Dachverbandes der Sozialversicherungsträger im Rahmen der Pressekonferenz.

Matthias Krenn, Obmann der Österreichischen Gesundheitskasse, ergänzt: „Bewegung und ein aktiver Lebensstil sind wichtige Bausteine, um die körperliche und mentale Fitness in jedem Alter zu erhalten. ‚Bewegt im Park‘ bietet ein breites Angebot an vielfältigen und abwechslungsreichen Kursen unter professioneller Leitung erfahrener Trainer an leicht erreichbaren Orten an. Dadurch leisten die Projektpartner einen wertvollen Beitrag für mehr Gesundheit und Lebensfreude“.

Bewegung stärkt Körper, Geist und Seele. Besonders in herausfordernden Zeiten mit Einschränkungen aufgrund der Corona-Situation kann regelmäßige Bewegung ausgleichend wirken. Daher wurde das heurige „Bewegt im

Nr. 1 8.Juni 2021

Park“-Programm auf 700 Bewegungsangebote ausgeweitet: In ganz Österreich spornen professionelle Trainer der Sportdachverbände ASKÖ (Arbeitsgemeinschaft für Sport und Körperkultur in Österreich), ASVÖ (Allgemeiner Sportverband Österreich), SPORTUNION zum mitmachen an. Erstmals sind in diesem Jahr der ÖBSV (Österreichischer Behindertensportverband) die Special Olympics Österreich mit Inklusionsangeboten dabei.

Christian Purrer, Verbandspräsident des ASVÖ: „Die Unterstützung der Vereine bei ihren vielfältigen Aufgaben ist unsere Kernaufgabe als Breitensportverband. Bewegt im Park ist das ideale Programm, um Sport und Bewegung unter Anleitung von qualifizierten Vereinstrainerinnen und -trainern im öffentlichen Raum zu ermöglichen und so das soziale Miteinander wieder zu stärken. Die Vereine als Herzstück für Bewegung und Sport mit allgemein zugänglichem Training im Freien zu kombinieren, gelingt uns hier gemeinsam seit fünf Jahren.“

Ähnlich sieht das Michaela Huber, Verbands-Vizepräsident der Sportunion: „Nach über einem Jahr in der Corona-Krise, braucht es mehr denn je eine Sportoffensive für Österreich. 'Bewegt im Park' leistet dazu einen entscheidenden Beitrag, um unser Land wieder in Bewegung zu bringen, damit wir die gesunden Lebensjahre der Menschen in Österreich steigern. Dafür brauchen auch unsere Sportvereine dringend weitere Maßnahmen, um ihnen ein entsprechendes Comeback zu erleichtern.“

Überzeugt ist auch ASKÖ-Verbandspräsident Hermann Krist: „Bei ‚Bewegt im Park‘ können unsere Sportvereine ihren bunten Mix an Bewegungsangeboten auch im Sommer allen interessierten Teilnehmer wohnortnahe zur Verfügung stellen – ganz nach dem ASKÖ-Motto ‚Sport in seiner Vielfalt‘. Bewegung ist ein idealer Begleiter im Alltag und hat vielfältige positive Auswirkungen auf die Gesundheit, psychisch als auch physisch. Dass ‚Bewegt im Park‘ outdoor stattfindet, ist aktuell mehr denn je von Bedeutung.“

Bewegungsangebot für alle

Bei „Bewegt im Park“ sind Bewegungsfreudige aller Altersgruppen willkommen. Anfänger genauso wie Fortgeschrittene, Dauergäste und Kurzentschlossene. Einfach vorbeikommen und mitmachen! Ab sofort sind alle Infos zu den österreichweiten Kursen unter <https://www.bewegt-im-park.at/> verfügbar, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das vielfältige Angebot reicht von Kräftigungstraining und Rückenfit über Pilates und Tai-Chi bis hin zu bunten Bewegungskursen für die ganze Familie und Fitness für Senioren. Boccia, Yoga und vieles mehr werden heuer erstmals auch als Inklusionskurse angeboten.

Peter Ritter, Verbandspräsident von Special Olympics Österreich freut sich: „Special Olympics Österreich ist erstmals Teil von ‚Bewegt im Park‘. Das macht mich sehr stolz, weil wir mit solchen Initiativen einen weiteren

Nr. 1 8.Juni 2021

Schritt in puncto Inklusion machen können. Einige unserer Special-Olympics-Sportler werden bei den verschiedensten Einheiten mit dabei sein, daher lade ich alle Sportfans ein, dass sie im Sommer mit unseren Athleten gemeinsam tanzen, Ball spielen oder Fitnessübungen absolvieren.“

Brigitte Jank, Verbandspräsidentin des ÖBSV, ergänzt: "Der Österreichische Behindertensportverband bietet bei ‚Bewegt im Park‘ in acht Bundesländern ein vielfältiges Bewegungsprogramm für Menschen mit Behinderung an. Das Angebot reicht dabei von Boccia bis Tennis. Natürlich sind auch Menschen ohne Behinderung herzlich eingeladen, dabei mitzumachen."

Erfolgsstory bewegt im Park: Teilnehmerzahlen haben sich mehr als verfünffacht

Die Zusammenarbeit der Sozialversicherung mit dem organisierten Sport im Bereich der gesundheitsorientierten Bewegung erweist sich als Erfolgsmodell: Wurden bei der ersten Veranstaltung im Jahr 2016 mit 121 Bewegungsangeboten rund 14.000 Menschen erreicht, konnte die Teilnehmerzahl 2020 mit 500 angebotenen Kursen mehr als verfünffacht werden. 2021 werden bereits 700 Bewegungskurse angeboten. Damit wird deutlich: „Bewegt im Park“ bewegt die Menschen.

Die Kurse finden unter Berücksichtigung der aktuellen Corona-Bestimmungen statt.