

Fitness für alle im Park

Generationenparks sind eine Antwort auf das altersgruppenübergreifende Bedürfnis, in der Freizeit Sport zu treiben.

Max Leuprecht

Seniorenspielplätze, Generationenparks, oder Bewegungsparks für Jung und Alt, was verbrigt sich hinter diesen Schlagworten? Es ist ein Konzept, Parks mit senioren-gerechten Spiel- und Bewegungsgeräten auszustatten. Die Idee stammt aus China. Dort ist es Tradition, öffentlich im Freien gemeinsam mit anderen Sport zu treiben. Das Bild von Menschentrauben beim morgendlichen Tai-Chi im chinesischen Stadtpark ist bestens bekannt.

Vor über 20 Jahren wurden in China erstmals Freiluft-Geräteparcours für Erwachsene und Senioren eingerichtet. Über Spanien, wo es derzeit mehr als 40 solcher Anlagen in den Vorstädten von Madrid gibt, und die Schweiz, in der sie Vitaparcours genannt werden, kam das Konzept bereits vor knapp zehn Jahren nach Deutschland. Einrichtungen dieser Art gibt es heute in Berlin und Nürnberg, und geplant sind sie unter anderem in Hamburg, München, Frankfurt und Bonn.

Man könnte denken, dass kluge Werbefachleute für Outdoor-Geräte die Zielgruppe der Senioren entdeckt haben, oder Marketingstrategen älteren Mitmenschen das Leben in der Stadt schmackhaft machen wollen. Bei genauerer Betrachtung stellt man allerdings fest, dass sich auch bei uns die Lebensstile ändern, und das nicht erst in der wachsenden Gruppe der Senioren. Noch bevor Planer, Soziologen und Kommunalpolitiker die Renaissance der Stadt ausmachten, hat eine junge Avantgarde die Stadt als Raum zur Selbstverwirklichung entdeckt. Neue Sport- und Freizeitbeschäftigungen sind Ausdruck ihrer Lebensfreude und ihres Entdeckergeists. Mobil sein bedeutet für sie, nicht bloß am Verkehr teilzunehmen. Beim „Parcouring“ quer durch die Stadt, „Geocaching“ bis in versteckte Straßenwinkel, „Bouldern“ an



Leichtathleten – Ljudia & Porcari (2)

Der Generationenpark Wiley entstand nach Entwürfen des Berliner Büros plancontext zur diesjährigen Landesgartenschau in Neu-Ulm.

Gebäudefassaden oder „Surfen“ auf der Flusswelle wird die Stadt zum großen Sport- und Abenteuerpark umfunktioniert. Auch Senioren erobern sich mit neuen Bedürfnissen öffentliche Grünanlagen. Die Devise lautet: Freiluftsport im Fitnesspfad oder Spaß und Spiel im Bewegungsparcours statt bloß Spaziergehen im Stadtpark. Die Trimm-Dich-Bewegung der 1970er-Jahre scheint sich in zeitgemäßer Form neu zu erfinden. Die Grenzen zwischen Freizeitspaß, Gesundheitsvorsorge und Alltag verschwimmen, gezieltes Sporttreiben in Vereinen und Studios weicht den beiläufigen Bewegungsformen, die selbstverständlich in den Tagesablauf integriert und in den öffentlichen Raum verlagert werden. Wie die entsprechenden Parks dazu aussehen können, zeigen die folgenden Beispiele.

Generationenpark Wiley Neu-Ulm
 In Neu-Ulm ist auf dem Gelände der ehemaligen US-Kaserne Wiley im Zuge der Landesgartenschau 2008 der Generationenpark Wiley entstanden (siehe auch *Garten + Landschaft* 6/2008). Ursprünglich hatte das Landschaftsarchitekturbüro plancontext aus Berlin ein klassisches Sportgelände entworfen. Im Laufe der Planung entwickelte es sich aber zu einem Park mit einem altersübergreifenden Angebot an Sport- und Spieleinrichtungen. Sportvereine und Interessengruppen brachten ihre Vorstellungen und Wünsche für den Park an einem neuen Wohngebiet im Stadtteil Ludwigsfelde ein. Die Fläche des Generationenparks umfasst insgesamt 16,4 Hektar. In der Mitte befinden sich ein großes Rasenspielfeld und ein Hartplatz, umrundet von einem asphaltier-

ten Skaterparcours. Daran entlang ordnen sich Spiel- und Sportbereiche an, benannt nach bekannten amerikanischen Fernsehserien aus den vergangenen vier Jahrzehnten. Das ist nicht nur eine Reminiszenz an die Nutzung des Geländes durch die US-Streitkräfte für mehr als 40 Jahre, sondern macht auch das spielerisch ausgerichtete Fitnessangebot für die breite Bevölkerung mit einem Augenzwinkern attraktiver. Hinter Bezeichnungen wie „Bonanza“, „Baywatch“, „Miami Beach“, „Melrose Place“ oder „Ein Colt für alle Fälle“ verbergen sich Themen-Spielplätze, ausgestattet mit Design-Geräten zum Plantschen, Wippen, Schaukeln, Klettern oder Balancieren. Angesprochen sind nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern auch Erwachsene. Marterpfähle wollen erklimmen werden, in Kanus im Kies-Trockendock wird das



Der Bewegungsparcours im Wiley, in dem Mobilität und Geschicklichkeit trainiert werden können, richtet sich zwar speziell an Senioren, nutzen können ihn aber alle Besucher.



Generationenpark Wiley, Neu-Ulm
 Bauherr: Landesgartenschau Neu-Ulm 2008 GmbH
 Planung: plancontext landschaftsarchitektur, Berlin
 Baukosten: 2,8 Millionen Euro
 Fläche: 16,4 Hektar
 Realisierung: 2005 bis 2007

Generationenspielpark Meissnergasse
 Wien Donaustadt
 Bauherr: Stadt Wien, MA 42 Wiener Stadtgärten
 Planung: Karl Grimm Ingenieurkonsulent für Landschaftsplanung, Wien
 Mitarbeit: Erika M. Klosterhuber
 Baujahr: 2007
 Fläche: 6 820 Quadratmeter
 Baukosten: 740 000 Euro

Generationenpark Gempt
 Bauherr: Stadt Lengerich
 Planung: Ingenieurbüro Augé & Partner, Lengerich
 Baujahr: 2007
 Fläche: 2 500 Quadratmeter
 Baukosten: 92 000 Euro

Paddeln geübt, und auf Sprungbrettern und Trampolinen können sich angehende Stuntmen versuchen. Entlang der Skater- und Skateboardstrecke animiert ein Bewegungsparcours, der vom Bein-, Rücken- und Schultertrainer bis hin zum Sprungkraftgerät reicht, körperliche Mobilität und Geschicklichkeit zu testen und Muskelpartien zu trainieren. Zwar richtet sich dieses spezielle Angebot vorrangig an Senioren, nutzen kann es aber jeder.

Ob das Begleitprogramm mit Schnuppertrainings und die Möglichkeit, zusätzlich auch mobile, handliche Sportgeräte auszuleihen nach der Gartenschau bestehen bleibt, hängt maßgeblich vom Engagement der ortsansässigen Sportvereine ab. Sie haben sich zunächst bereiterklärt, einzelne Bewegungsstationen während der Gartenschau zu betreuen. Für den Kiosk

konnte bisher noch kein Betreiber für die Zeit nach der Schau gewonnen werden. Das Konzept des Generationenparks Wiley verbindet die Zonen für unterschiedliche Altersgruppen nicht nur räumlich miteinander. Die Bewegungsangebote können von allen Besuchern unkompliziert genutzt werden, ohne Kosten, mit minimalem Aufwand und häufig auch in Alltagskleidung. Das Augenmerk liegt dabei nicht auf Breiten- oder gar Leistungssport, sondern auf Freizeitspaß.

Generationenspielpark Meissnergasse Wien

Dass der soziale Aspekt eine maßgebliche Rolle spielt, zeigt das Beispiel des Generationenspielparks Meissnergasse in Wien-Donaustadt, gestaltet vom Planungsbüro Karl Grimm aus Wien. Der Park liegt in einem Stadtviertel, das aus alten Wohn-

häusern besteht, in denen vor allem ältere Menschen leben, und einer neueren Bebauung, in der vorwiegend junge Familien wohnen. Zwei Schulen grenzen an den Park. Ziel war es zum einen, einen Ort zu schaffen, der von allen Bevölkerungsgruppen genutzt wird. Zum anderen wurde ein Pilotprojekt für Bewegung und körperliche Mobilität für Ältere initiiert. Daraus entwickelte sich das Konzept, einen Bewegungs- und Begegnungsraum für alle Altersstufen zu schaffen.

Karl Grimm stimmte die Planung mit den unterschiedlichen Nutzergruppen ab, auf der Basis des Vorentwurfs gab es einen mehrstufigen Beteiligungsprozess. Örtliche Einrichtungen schlossen sich zu einer Arbeitsgruppe zusammen, die die Ideen aus der Bürgerschaft zusammentrug und Beiträge zur Entwicklung des Generationenspiel-



Karl Grimm (2)

Der Generationenspielplatz Meissnergasse in Wien wurde als Begegnungsplatz für junge und alte Menschen geplant. Auf der Fitnesswiese gibt es unter anderem Balancierbalken.



Der Wiener Landschaftsarchitekt Karl Grimm stimmte die Planung mit den Anwohnern ab. Das Bild zeigt einen kleinen Platz mit Fontänen, den die Kinder auch als Spielplatz nutzen.

parks erarbeitete. Anwohnerbefragungen wurden ausgewertet, öffentlich präsentiert und diskutiert. Wesentliche Ergebnisse daraus flossen in den Parkentwurf ein. Auf einer Fläche von 6 800 Quadratmeter entstand so ein Stadtteilpark mit vielen Teilräumen. Jugendliche und Senioren finden eigene, ihnen zugeordnete Orte, die durch sogenannte Überlappungszonen miteinander verbunden sind. Die überschaubaren Räume sorgen dafür, dass die soziale Kontrolle auf der Fläche funktioniert und die Nutzer aufeinander achten können. Die zahlreichen Geräte stehen entlang eines Spazierwegs, eine Parkbetreuung des Vereins Wiener Kinderfreunde ergänzt das Angebot. Der Verein öffnete seine Betreuungsleistung für Senioren. Er entwickelte ein spezielles Animationsprogramm, damit ältere Menschen die Hemmschwellen gegenüber Spiel- oder Bewegungsgeräten leichter überwinden und die Übungsmöglichkeiten annehmen. Viele Installationen erlauben ein sogenanntes Nutzer-Crossover, so können beispielsweise Abgrenzungen für Bocciabahnen auch zum Balancieren und Hüpfen, ein Kletternetz als Hängematten oder gespannte Ballnetze sowohl für Volleyball als auch für Federball genutzt werden.

Generationenpark Gempt

Einen konsequenten Weg beschritt Lengerich, eine Kleinstadt mit 23 000 Einwohnern in Nordrhein-Westfalen zwischen Münster und Osnabrück. Im Stadtpark wurde auf einer 2 500 Quadratmeter großen Rasenfläche im August vergangenen Jahres der Generationenpark Gempt eingeweiht, dessen Geräteparcours für verschiedene Nutzergruppen konzipiert ist. Auf Einrichtungen explizit nur für Kinder und Jugendliche wurde bewusst verzichtet. Stattdessen sollen die Großeltern mit den Enkelkindern an ein und denselben Geräten spielen, so lautet das Motto. Anfangs hatten die Bewohner der benachbarten Senioreneinrichtungen Vorbehalte, die Aktivzonen mit jüngeren Menschen zu teilen. Doch auch in diesem Fall half das Angebot eines Fitness- und Begleitprogramms, Bedenken abzubauen und Verständnis füreinander zu fördern. Heute werden die Bewegungsangebote selbstverständlich von allen genutzt. Der Generationenpark in Lengerich hat sich zu einem Treffpunkt entwickelt. Kommunikation und Austausch mit anderen steht im Vordergrund, die gemeinsame sportliche Betätigung bringt viele Bevölkerungs- und Altersgruppen zusammen.

Gesellschaftliche Trends werden immer stärker zum Impulsgeber für die Planung und damit kristallisieren sich auch für die Landschaftsarchitektur neue planerische Aufgaben heraus. Die beschriebenen Beispiele zeigen, dass die Konzepte für Generationenparks mehr beinhalten, als nur eine beschönigende Bezeichnung für seniorengerechte Spiel- und Bewegungsparcours. Sie liefern eine Antwort auf das steigende gesellschaftliche Bedürfnis nach Gesundheit und Fitness.

Soziale Integration durch Fitness

Darüber hinaus scheinen Sport und Bewegung geeignete Mittel zu sein, um verschiedene Bevölkerungsgruppen zusammenzubringen. Und nicht zuletzt wirken Aktivitäten einer Vereinsamung im Alter entgegen. Körperlich fit zu sein, bedeutet auch, geistig aktiv und sozial eingebunden zu bleiben. Generationenparks tragen dazu bei, dass das Alter in der Öffentlichkeit ganz selbstverständlich sichtbar bleibt. Bereits jetzt werden die Generationenparks mit der Entwicklung von Kinderspielplätzen vor mehr als 100 Jahren verglichen – Kinderspielplätze sind heute aus dem wohnungsnahen Freiflächenangebot nicht mehr wegzudenken. □



Im Generationenpark Gempt in Lengerich verzichtete die Stadt auf Kinderspielplätze, sondern sah ausschließlich generationenübergreifend gestaltete Bereiche vor.