Der Bewegungspark Frauenfeld bietet Spass und Freude für alle Generationen

Stadt Frauenfeld

Stadtgarten
Raum zum Leben

SWISSLOS
Sport-Toto-Fonds Kanton Thurgau

ALTERSZENTRUM PARK

EGK
Gesund versichert

pfiffner beratung
personal und organisation

VIF
Vitaltraining im Freien

Baumer
Passion for Sensors

CSS
Versicherung

MEDIQ
SUISSE

BRUNNER COACHING
MENTALE STÄRKE IN BERUF UND SPORT

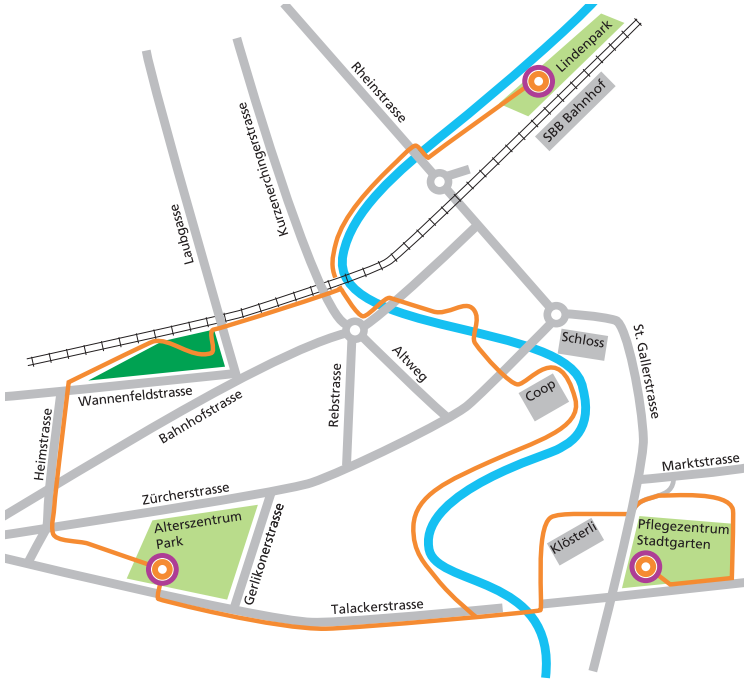
axpo

Stadt Frauenfeld

bewegungspark
frauenfeld

www.bewegungspark-frauenfeld.ch

bewegungspark
frauenfeld



Standorte Bewegungspark in Frauenfeld

Fussweg

Bewegung mitten in der Stadt Frauenfeld

Die Stadt Frauenfeld betreibt als eine der ersten Städte in der Schweiz einen Outdoor-Bewegungspark. An den drei Standorten Lindenpark, Pflegezentrum Stadtgarten sowie Alterszentrum Park werden je vier bis fünf Generationengeräte für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

Der Generationen-Bewegungspark umfasst eine Kombination von Geräten und Anlagen, die für alle Bevölkerungsschichten sowohl spielerisch als auch gesundheitsfördernd als Trainingsgeräte nutzbar sind. Die Standorte der Generationengeräte sind für umfangreichere Trainings mit Wegweisern miteinander verbunden.

Mit dem Bewegungspark der Stadt Frauenfeld

- wird ein generationenübergreifendes und spassorientiertes Bewegungskonzept in der Stadt Frauenfeld realisiert, welches ein zielgerichtetes und effektives Training von Koordination, Kraft, Mobilisation und Beweglichkeit ermöglicht;
- entsteht ein neues Bewegungs-Angebot für alle Bewohnerinnen und Bewohner, unabhängig von Alter und körperlichem Leistungsstand.

Um den Aspekt der Gesundheitsförderung zu erfüllen, wird eine Trainingseinheit von mindestens 20 bis 30 Minuten empfohlen. Der Bewegungspark richtet sich an bewegungsinteressierte Privatpersonen, aber auch an Vereine.

Das Projekt wurde von der Stadt Frauenfeld, Abteilung Gesundheit lanciert. Realisiert wurde dieses in Kooperation mit dem Stadtgarten, dem Verein 55plus und der Fachstelle V-i-F (Vitaltraining im Freien).

Begleitete Trainings

Bewegungsräume werden zu neuen Begegnungsräumen in der Stadt Frauenfeld. Falls Sie sich angesprochen fühlen, sollten Sie auf keinen Fall die begleiteten Trainingsmöglichkeiten verpassen. Die Trainingszeiten und Treffpunkte entnehmen Sie der Homepage.

Homepage

Auf der Homepage www.bewegungspark-frauenfeld.ch finden Sie weitere Informationen rund um den Bewegungspark.

Wir wünschen viel Spass
Stadt Frauenfeld, Abteilung Gesundheit

www.bewegungspark-frauenfeld.ch