

TAGBLATT

5. Mai 2018, 05:19 Uhr

Gehen wir Knochen stärken im Park



Stadträtin Elsbeth Aepli, Ehemann Hansjörg Stettler und Esther Hanselmann von «Perspektive Thurgau» üben Kniebeugen mit Trainerin Manuela Möhl (2. v. r.). (Bild: Bild: Stefan Hilzinger)

FRAUENFELD Wer rastet, der rostet. Das gilt nicht nur für Menschen, sondern auch für die Bewegungsgeräte, die bis vor Kurzem im Lindenpark standen. «Die Geräte sind nicht so häufig genutzt worden, wie wir es uns bei der Eröffnung des Bewegungsparcours 2012 versprochen hatten», sagt Stadträtin Elsbeth Aepli (Departement Alter und Gesundheit) an der Eröffnung des neu gestalteten Parcours im Alterszentrum Park (AZP) am Freitag. Die Geräte aus dem Lindenpark stehen nun in der Grünalagen des AZP und des Stadtgartens.

Aus zwei wurden drei Standorte. Neu ist auch, dass an beiden Orten in der Gruppe und unter Anleitung trainiert werden kann. Manuala Möhl (Park) und Gonçalo Fernandes (Stadtgarten) leiten die Übungen zu festen Zeiten. «Leute genießen sich in der Gruppe weniger, an die Geräte zu gehen als allein», sagt Urban Kaiser, Amtsleiter Alter und Gesundheit. Geräte und Trainings sind ein niederschwelliges Angebot, um sich möglichst lange fit und beweglich zu halten. (hil)

Kostenlose Schnuppertrainings am Montag, 7. Mai, 14 Uhr, im AZ Park und am Freitag, 11. Mai, 10 Uhr, im Pflegezentrum Stadtgarten. Weitere Info unter www.bewegungspark-frauenfeld.ch.

Diesen Artikel finden Sie auf St.Galler Tagblatt Online unter:

<http://www.tagblatt.ch/ostschweiz/thurgau/frauenfeld/gehen-wir-knochen-staerken-im-park;art347111,5285795>

COPYRIGHT © ST.GALLER TAGBLATT AG
ALLE RECHTE VORBEHALTEN. EINE WEITERVERARBEITUNG,

WIEDERVERÖFFENTLICHUNG ODER DAUERHAFTESPEICHERUNG ZU
GEWERBLICHEN ODER ANDEREN ZWECKEN OHNE VORHERIGE
AUSDRÜCKLICHE ERLAUBNIS VON ST.GALLER TAGBLATT ONLINE IST
NICHT GESTATTET.