

## **Sport- und Fitnessband / Waldparkour**

Im rechtsrheinischen Äußeren Grüngürtel ist ein Sport- und Fitnessband mit sechs Bewegung-Stationen und einem Bewegungs-Parcour geplant. Das Planungsgebiet erstreckt sich zwischen den Stadtbezirken Vingst und Ostheim bis Höhenhaus. Untereinander verbunden sind die Standorte durch den Grüngürtel-Rundwanderweg G1, der auch als Laufstrecke genutzt werden kann.

Im Kölner Projekt „Grün vernetzen – Grün entwickeln / Waldparkour“ wird zwischen Bewegungs-Parcours und Bewegungs-Stationen unterschieden. Die Bewegungs-Parcours bieten ein umfassendes Angebot für alle Altersgruppen und unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Bewegungs-Stationen sind kleinere Standorte die ein wohnungsnahes Angebot schaffen. Jeder Standort enthält ein in sich stimmiges und umfassendes Bewegungsangebot mit den Komponenten Kraftaufbau aller Muskelgruppen, Mobilisation/Dehnung und Koordination.

### **Planungsvorgaben**

Die Ausstattung mit Sportgeräten der verschiedenen Standorte orientiert sich am Bedarf, der unter Einbeziehung der späteren Nutzer über eine Bürgerbeteiligung ermittelt wurde. Die Bürger wurden durch eine Anzeige im Kölner Stadtanzeiger über die Veranstaltung informiert. Im April 2019 fanden zwei Termine statt, einer für die nördlichen und einer für die südlichen Standorte. Die detaillierte Auswertung der Bürgerbeteiligung liegt als Dokumentation bei. Weitere Vorgaben kamen vom Amt für Landschaftspflege und Grünflächen; die Unterhaltung der Geräte soll gering sein, deshalb werden Geräte aus Metall gegenüber Holz bevorzugt und Geräte mit beweglichen Teilen sind aufgrund der Vandalismusgefahr in manchen Stadtvierteln nicht erwünscht. Als Teil des Landschaftsschutzgebiets „Merheimer Heide und ehemaliger Festungsgürtel Ostheim bis Mülheim“ gelten sowohl Restriktionen zur Reduzierung von Verschlechterung des ökologischen Zustands, als auch Einschränkungen aus denkmalpflegerischer Sicht. Zur Minimierung von Eingriffen in Natur und Landschaft werden die Flächen beinahe ausschließlich in wasserdurchlässigen Holzhackschnitzel hergestellt. Auf massive, raumgreifende Geräte wird auf Wunsch des Denkmalschutzes verzichtet.

### **Entwurf der Standorte**

Melissenweg: Aus der Bürgerbeteiligung ging hervor, dass ein Angebot für alle Altersgruppen gewünscht wird. Aufgrund der Bevölkerungsstruktur werden unter anderem auch Geräte für Senioren und Rollstuhlfahrer vorgesehen.

Buchheimer Park/Fort XI: Ebenso wird im Buchheimer Park vielfältiges Publikum aller Altersklassen erwartet, sodass Geräte geplant sind, die ein schonendes Training für Muskelkraft, Beweglichkeit und Motorik ermöglichen. Für ambitionierte Sportler stehen Geräte mit Eigengewichtsübungen zur Verfügung. Ein weiteres Angebot in dem Park mit altem Baumbestand sind Slacklinepfosten.

Herler Ring/Zwischenwerk XIa: Die Planungen am Herler Ring werden in Abstimmung mit dem Sportverein MTV getroffen. An den angrenzenden Flächen des MTV's sind Geräte für die Trendsportarten Calisthenics und Parkour

vorgesehen, ebenso die Neuplanung der Laufstrecke. Aus der Bürgerbeteiligung wurde der Vorschlag für Zirkeltraining übernommen.

Merheimer Heide: Der Standort Merheimer Heide ist als Bewegungs-Parkour der größte Standort des Projektes. Aus der Bürgerbeteiligung wurden die Vorschläge Parkouranlage, klassische Fitnessgeräte, Seniorensport, Slackline, Trampolin und Koordinationsgeräte in die Planung übernommen und mit passenden Geräten ergänzt.

FORT X: An dem Standort am Fort X sind Geräte mit Schwerpunkt auf Kraft und Ausdauer geplant. Der Wunsch der Bürger nach inklusiven Geräten wurde hier berücksichtigt. Aufgrund der Vandalismusgefahr wurde eine sehr robuste Ausstattung gewählt.

Vingster Berg: Angrenzend an den stark genutzten Spielplatz und an einer gut einsehbaren Wegekreuzung liegt der Bewegungsstation Vingster Berg. Die Vorschläge der Bürger für Zirkeltraining und Kraftaufbau wurden hier berücksichtigt.

Uckermarkstraße. Aufgrund der Abgelegenheit war der Input der Beteiligung für diese Bewegungsstation gering. Mit einer robusten Calisthenics-Anlage wird ein breites Bewegungsangebot geschaffen, dem angrenzenden Fußballverein bietet die Fitnessstation ein erweitertes Angebot zum Dehnen und Aufwärmen.

Köln, den 30.08.2019 (WF/JR/SH)

LILL + SPARLA

LANDSCHAFTSARCHITEKTEN PARTNERSCHAFT MBB  
W. FRIEDRICH J. WAKOB H. SPARLA  
DILLENBURGER STR. 71 D - 51105 KÖLN  
TEL. 0221/93755-0 MAIL@LILL-SPARLA.DE

