

Fitness im Freien

Im Preußenpark gibt es jetzt den ersten Berliner Spiel- und Sportplatz für Erwachsene. Die Idee kommt gut an

Von Cay Dobberke

Der ungewöhnliche Trainingsplatz im Wilmersdorfer Preußenpark hat schon mehrere Namen: Von einem „Outdoor-Fitness-Platz“ für Menschen ab 16 spricht Renate Zeumer vom Hamburger Hersteller playfit, während der Bezirk die Anlage den „ersten Spielplatz für Erwachsene“ nennt. Und viele Parkbesucher sagen einfach „Seniorenspielplatz“. In der Praxis jedoch kamen dorthin in den vorigen Tagen auch jauchzende Kinder und Familien. Den Altersrekord hält bislang ein 90-jähriger Anwohner.

Die Idee stammt aus China. In Deutschland ist das Projekt fast das erste. Renate Zeumer ließ nur nahe Hamburg eine „Referenzanlage“ bauen. Berlin soll das Sprungbrett zur Expansion werden. „Wir haben alles durch Sponsoren finanziert“, sagt die Unternehmerin.

Das Training diene „einfach und spielerisch der Stärkung von Kreislauf, Beweglichkeit, Koordination und der Lockerung von Muskeln“, erklärt Zeumer. An den Maschinen wird gedrückt und gezogen oder am Rad gedreht. Nur Kraftprotze sind fehl am Platz, denn richtig stählen lassen sich Muskeln so kaum.

Im Park gibt es noch mehr Neues. In einem „Milchhäuschen“ nach historischem Vorbild eröffneten die Wirte des nahen Parkcafés einen Imbissstand. Und für Erwachsene, die unter Sport nicht unbedingt viel Bewegung verstehen, kamen ein Skattisch und ein Groß-Schachfeld hinzu.