

Senioren sporteln mit Schwung

Am Sommerfest des Hl.-Geist-Spitals rührt sich was: Neue Geräteanlage



Halten sich an den neuen Sportgeräten fit (v.l.): Bruno Dreistein, Mathilde Sterflinger, Erna Roth. (Foto: Schur)

Burghausen (cl). Mit ihrer Fitness packen es die Senioren an. Im Park des Heilig-Geist-Spitals können sie sich an vier neuen Sportgeräten, die extra für ältere Semester konzipiert sind, in Bewegung halten. Zum Sommerfest am heutigen Freitag ab 15 Uhr wird sich nicht zuletzt deshalb kräftig was rühren im Altenheim.

Oft geht Bruno Dreistein am Wöhrsee spazieren. Wenn er zum Spital zurückkommt, legt er seit kurzem eine extra Einheit Sport ein: An den Bewegungs- und Massagegeräten, die seit vergangener Woche im Park stehen, macht der 84-Jährige Gymnastik. Dabei ist er nicht alleine. Den Spaß

gönnt er sich zusammen mit Mathilde Sterflinger (82) und Erna Roth (73). Die Drei sind inzwischen ein erprobtes Sport-Trio.

„Da ist was los“, sagt Dreistein erfreut und legt seine Handflächen auf die zwei großen, roten Teller in Schulterhöhe, auf denen zahlreiche Noppen angebracht sind. Langsam dreht er die Teller hin und her, dann immer schneller. In seinen Händen, sagt er, prickelt es dann. Neben der Bewegung fördern die Noppen die Durchblutung zusätzlich.

Dreistein und seine zwei Freundinnen sind sich einig: Seit sie an den Geräten üben, ist ihre Kondition besser ge-

worden. Auch wenn nicht alle gleich mit jedem Gerät zurecht kommen. Bei einer Station müssen sie beispielsweise jeweils den linken oder den rechten Fuß anheben. Das schafft bisher nur Mathilde Sterflinger.

„Sicher sind alle Geräte“, sagt Heimleiterin Karin Brunnhuber. Unter dem Motto „Alt werden und trotzdem nicht rosten“ hat sie die Sportanlage aufstellen lassen. Rund 12 000 Euro kostete das. Die Hälfte der Summe, versprach ihr Bürgermeister Hans Steindl, finanziere die Stadt. Brunnhuber ist sich sicher, dass sich die Investition lohnt. Schließlich ziehe die neue Sportecke im Park auch viele Besucher an, die nicht im Heilig-Geist-Spital wohnen. Und genau das wünscht sie sich mit vielen Heimbewohnern zusammen.

Auf dem Sommerfest können alle Neugierigen den Fitness-Parcours ausprobieren. Darüber hinaus können sie ihre Geschicklichkeit an einer Spicker-Bude testen. Eine Simbacher Volkstanzgruppe zeigt Akrobatik-künste. Ruhiger geht's auf dem Floh- und Büchermarkt zu. Für das leibliche Wohl ist mit Kaffee und Kuchen gesorgt. Ihren Kreislauf können die Gäste dann wieder an der Prosecco-Bar in Schwung bringen.