

# Bewegung unter freiem Himmel - nicht nur in Rio de Janeiro / Neue playfit® Bewegungsparcours in Dingolfing und Wien begeistern Besucher (FOTO)

2016-08-24 08:35:00

Hamburg (ots) - Die Olympischen Sommerspiele in Rio de Janeiro sind vorbei. Besucher aus aller Welt verfolgten diese Wettkämpfe. Zahlreiche Olympia-Fans nutzten auch Outdoor-Fitnessangebote an der Copacabana, die sich seit vielen Jahren bei den Brasilianern großer Beliebtheit erfreuen.

Doch nicht nur in südlichen Gefilden ist Bewegung und Training unter freiem Himmel angesagt. Die mehr als 950 Plätze, an denen playfit@ Geräte in ganz Deutschland und in angrenzenden Ländern wie der Schweiz und Österreich installiert sind, sprechen für sich. Neu hinzugekommen sind die beiden Anlagen in Dingolfing und Wien.

Jugendliche und Erwachsene trainieren mit Begeisterung an den stylischen Designergeräten. Das Gerätespektrum von playfit@ wurde in letzter Zeit sogar weiterentwickelt, u.a. auch mit verstärkt kraftorientierten Modellen und seit kurzem sogar mit Calisthenicsanlagen. ([www.playfit.de](http://www.playfit.de))

Bewegungsräume als neues Lebensgefühl: Bewegungsparcours als ernstzunehmender Beitrag zur gesundheitlichen Prävention Outdoor-Fitnessgeräte sprechen ganz verschiedene Altersgruppen an und haben als "Instrument der Prävention" eine gesundheitspolitische Relevanz. Sie können in urbanen Räumen aufgestellt werden und fördern die sozialen Kontakte. Jugendliche, Erwachsene und Senioren sind allesamt die



### Weiterführende Informationen

<http://www.playfit.eu>

Das Presseportal ist ein Service von news aktuell und die Datenbank für Presseinformationen im deutschsprachigen Raum.  
[www.presseportal.de](http://www.presseportal.de)

## Zielgruppen.

Ganz aktuelle Studien belegen, dass nur noch 45% der Deutschen ausreichend aktiv sind (Gesundheitsreport der Deutschen Krankenversicherung 2016). Besonders betroffen sind Menschen mit Bürojobs am Schreibtisch: das Risiko für Arbeitnehmer soll, laut einem jetzt gerade in der britischen medizinischen Fachzeitschrift "The Lancet" veröffentlichten Bericht, für sitzende Tätigkeit von mehr als 8 Stunden am Tag besonders hoch sein. Demnach wäre es als "Gegenmittel" auch nicht unbedingt erforderlich, ausgiebig Sport zu treiben oder schwere Workouts durchzuführen - "moderate intensity exercise" wie Fahrradfahren oder stramme Spaziergänge wären schon eine große Hilfe.

Hier bieten die Bewegungsparcours von playfit® einen exzellenten Ansatz: "Sport unter freiem Himmel" lautet das Motto, denn die Geräte bieten einen schonenden und ganzheitlichen Ansatz, mit dem Kreislauf, Beweglichkeit, Kraft und Koordination gestärkt werden. Für den organisierten Sport bieten diese Anlagen ebenfalls Chancen, einen Brückenschlag zwischen Sportvereine und einer breiteren Öffentlichkeit in den Gemeinden zu schlagen: sogar die "couch-potatoes" könnten die Vereine mittels der playfit® Anlagen direkt vor der eigenen Haustür zum niederschweligen Training anfeuern.

## Neuer Bewegungsparcours in Dingolfing

Der Park in Dingolfing ist ein echtes Vorzeige-Objekt. Er wird ein übergreifender Treffpunkt für die Zielgruppen. Die Komponenten Aufwärmen, Koordination, Kraft, Ausdauer, Dehnen und Massage sind perfekt aufeinander abgestimmt. Sie ermöglichen im komplett barrierefreien Parcours ein individuell angepasstes Training. "Unsere Bewegungsparcours sprechen vor allen Dingen Menschen an, die gerne draußen in der Natur trainieren wollen", so die Geschäftsführerin von playfit® Renate Zeumer

## Vitalitäts- und Fitnessparcours in Wien Bodenstedtgasse eröffnet

Der neue 7000 m<sup>2</sup> große Parcours in Wien ist Teil der größten Grünraumoffensive der Stadt Wien. Zwei Zonen mit den playfit@ Fitnessgeräten sind dort ein echter Blickfang.

Pressekontakt:

playfit GmbH Telefon + 49 (0)40 3750 3519

eMail: [info@playfit.eu](mailto:info@playfit.eu) [www.playfit.de](http://www.playfit.de)

Pressekontakt: Karin Thiemann /

[karin.thiemann@playfit.eu](mailto:karin.thiemann@playfit.eu)

**Permalink:**



<http://www.presseportal.de/pm/121559/3411215>

---

**PRESSEPORTAL**