

Bewegung bringt das Dorf zusammen

LandFrauenverein Schwarzenbronn

Weitere Informationen:

<https://www.landfrauen-schwarzenbronn.de/>



Die Veranstaltungen finden in einem Raum der Gemeinde statt, der dafür eine sportliche Grundausstattung erhalten soll, um auch nach Ende der Projektzeit für weitere Aktionen gerüstet zu sein.

Projekterfolge:

- Erste sportliche Aktion „Fit in den Frühling“ im April gestartet. Von Montag bis Freitag täglich erhielten Teilnehmende ein kleines Fitnessvideo zum Mitturnen für daheim per WhatsApp.
- Errichtung eines „Fitten Rastplatz“ an der beliebten Nordic Walking/Jogger- und Wanderunde.
- Am 12.09.2021 fand der Drehtermin für das Filmporträt statt. Das Video ist [hier](#) zu sehen.
- Weitere sportliche Angebote wie Qi-Gong, Yoga und SlowJogging wurden realisiert.

Projektbeschreibung:

Mit dem Projekt „Bewegung bringt das Dorf zusammen!“ lädt der Landfrauenverein Schwarzenbronn alle Dorfbewohnerinnen und Dorfbewohner von Schwarzenbronn ein, kostenlos Gesundheitsangebote zu nutzen. Dabei zielt das Projekt auf ehrenamtliches Engagement bei der Umsetzung ab, etwa bei der Gestaltung und beim Anlegen des Barfußpfades. Zudem sollen halbjährlich Kurse zur Gesundheitsprävention angeboten werden. Jeder achtwöchige Kurs startet mit einem Impulsvortrag zum jeweiligen Thema und wird mit einer gemeinsamen Aktion abgeschlossen. So gibt es beispielsweise im Themenfeld „Gut zu Fuß“ neben dem Impulsvortrag Fußgymnastik und eine gemeinsame Wanderung, beim Thema „Kein Kreuz mit dem Kreuz“ finden ein Impulsvortrag und Rücken- gymnastik mit Entspannungsexkursion statt.

Eindruck aus dem Projekt „Bewegung bringt das Dorf zusammen“

