

BewegungsFestSpiele
Einzigartiges Event für ganz Vorarlberg

Mit einer einzigartigen Veranstaltung für alle Familien sowie sportbegeisterten Senioren, Jugendlichen und Erwachsenen will das Sportreferat des Landes zusammen mit „Fit für Österreich“ und unter dem Dach von „Kinder in die Mitte“ der Bevölkerung die Bereiche Bewegung, Ernährung und Entspannung näher bringen. Im Rahmen der kürzlich gestarteten Initiative „Vorarlberg bewegt“, sind alle Vorarlberger am Sonntag, 22. Oktober 2006, von 10 bis 17 Uhr eingeladen, die 1. „BewegungsFestSpiele“ Österreichs im Festspielhaus Bregenz zu besuchen.



Seien Sie dabei, wenn sich am 22. Oktober 2006 das Festspielhaus Bregenz in eine einzigartige Spielwiese verwandelt. Testen Sie die größte aufblasbare Rutsche der Welt, eine Skisprungschanze, das Bungee-Trampolin oder die Kletterwand. Die Besucher sind bei den verschiedensten Sport- und Gesundheitstest zum Mitmachen aufgefordert – also, Trainingskleidung nicht vergessen!

Die „BewegungsFestSpiele“ starten mit einem Frühstückslauf. Alle Besucher sind aufgerufen, eine Runde am Seeufer zu drehen. Und das ganz wie sie möchten: Nordic Walking, Laufen, Spazieren, Skaten, Joggen usw., alles ist erlaubt. Zur Belohnung gibt es dann ein Gratis-Frühstück.

Die einmalige Gelegenheit, sich über die eigene Fitness bewusst zu werden, bieten die beiden Schwerpunkte „Gesundheit leben“ und „Bewegung erfahren“. Dabei besteht nicht nur die Möglichkeit, einen individuellen Gesundheitscheck durchzuführen, auch Sportkoordinatoren stehen für Fragen und Antwort bereit. Ziel ist, den Besuchern aufzuzeigen, wie man auch ohne Vereinszugehörigkeit fit und gesund bleiben kann. Dabei werden jede Menge sportlicher Test, wie ein „2km Walking Test“, Muskelfunktionstest, PWC-Test, Laktattest, Spinemax – Test für Rücken und Bauch, Laufanalysen und vieles mehr angeboten.

Unter dem Motto „Gesunde Ernährung“ haben Kinder und Erwachsene Gelegenheit, bei Kochworkshops verschiedene Gerichte zu lernen, die nicht nur gesund sind, sondern vor allem auch vorzüglich schmecken. Unter anderem werden Kinder leichte Gerichte kochen, es besteht aber auch die Chance, sich das ein oder andere gesunde Rezept von einem Spitzenkoch abzuschauen. Auch werden ein Genuss-Quiz und eine Ernährungsinformation angeboten.



Stars zum Anfassen

Außerdem besteht unter dem Motto „Bewegen mit Stars“ die einmalige Chance, sich mit bekannten Sportstars, wie Markus Rogan zu bewegen und Tipps und Infos einzuholen. Wer wollte nicht schon einmal den Stars so nahe sein?

Als besondere Highlights werden den Besuchern bei den „BewegungsFestSpielen“ eine Schisprungschanze von 20 Metern und die größte aufblasbare Rutsche sowie ein Bungee-Trampolin zur Verfügung stehen.

Wir würden uns freuen, zahlreiche Mitglieder der Vorarlberger Sportverbände und –vereine am 22. Oktober, 10 bis 17 Uhr, bei den „BewegungsFestSpielen“ im Festspielhaus begrüßen zu dürfen und bitten um Weiterleitung an alle Sportvereine.

Mit sportlichen Grüßen

gez. Martin Kessler

Leiter des Sportreferates

