



## „Platzwechsel – Bewege dein Leben in Korbach“

**Runter vom Sofa, rein in die Bewegung: In Korbach gab es nach den Sommerferien zahlreiche kostenfreie Bewegungsangebote.**

In der Zeit vom 06.08. – 30.09.2018 bot der TSV Korbach kostenlose Schnupperangebote im Rahmen der bundesweiten Kampagne „Platzwechsel – Bewege dein Leben“ an. Initiiert und geleitet von der Team Gesundheit GmbH in Partnerschaft mit dem Deutschen Olympischen Sportbund wird das Projekt von der pronova BKK gefördert und vom TSV Korbach, dem Landkreis Waldeck-Frankenberg sowie der Stadt Korbach unterstützt. Durch das Projekt sollen Erwachsene wieder zu mehr Bewegung motiviert werden und dadurch den Platz wechseln – von der Couch in den Sportverein oder raus an die frische Luft in den wiederbelebten Bewegungsparcours am Eisenberg in Goldhausen. Von klassischem Vereinssport wie Badminton oder Fechten, Auspowern beim Drums Alive, Spaß und Bewegung beim Streetbasketball oder Baseball als Event für die ganze Familie konnte jede/r, auch ohne sportliche Vorerfahrung an den kostenfreien Bewegungsangeboten teilnehmen. Nicht die sportliche Leistung, sondern der Spaß stand hier an erster Stelle.

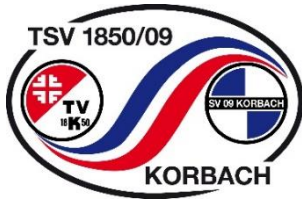
In insgesamt 12 verschiedenen Angeboten haben über 500 Personen im Zeitraum zwischen den Sommer- und Herbstferien den Platz gewechselt. Die Teilnehmezahl liegt sogar bei 956. Dies ist ein tolles Resultat.

Auch die Wiederbelebung des Bewegungsparcours am Eisenberg in Goldhausen, welche im Rahmen des Projekts realisiert wurde, stellt sich als Erfolg dar. Nach den Sommerferien wurden zahlreiche „Platzwechsler/innen“ am Eisenberg gesichtet.

Der Erfolg des Projekts und die hervorragende Zusammenarbeit des Projektteams motiviert alle Projektpartner zur weiteren Zusammenarbeit, sodass die Korbacher Bürgerinnen und Bürger gespannt sein können, welche „Platzwechsel“ demnächst noch in Korbach ausprobiert werden können.



## PROJEKTPARTNER



Mit mehr als 2600 Mitgliedern zählt der **TSV 1850/09 Korbach** zu den größten Sportvereinen Nordhessens und bietet mit 19 Abteilungen ein umfangreiches Sportangebot. Klassische Ballsportarten wie Fußball, Handball, Volleyball und Basketball gehören ebenso zur Angebotspalette, wie Turnen und Gymnastik, Badminton und Leichtathletik. Auch Kampfsportarten wie Boxen,

Taekwondo, Fechten, Judo und Lubky gehören zum Programm des Vereins. Darüber hinaus runden Parkour, Baseball, Fitness- und Gesundheitssport sowie Tanzen das Angebot ab. Weitere Informationen unter <http://www.tsv-korbach.de>

### Der TSV zu Platzwechsel:

**Mark König-Philipp, Sportkoordinator TSV Korbach:** „Dank Platzwechsel konnten wir unseren Slogan „... mehr als ein Verein“ mit Leben füllen und viele Menschen erreichen, die uns vorher nur mit Fußball oder Handball in Verbindung gebracht haben. Wir freuen uns darüber, dass die Angebote das Interesse an den vielen "kleineren" Abteilungen geweckt hat, die in unserem Verein für ein vielfältiges Angebot sorgen. Viele Teilnehmer/innen haben tatsächlich den "Platzwechsel" geschafft und tauschen das heimische Sofa - zumindest zeitweilig- mit einem Platz in einem unserer Sportangebote.“



Die **pronova BKK** ist aus Zusammenschlüssen der Betriebskrankenkassen namhafter Weltkonzerne wie beispielsweise Ford, Bayer, BASF und Continental entstanden. Die Kasse ist bundesweit für alle Interessierten geöffnet. Rund 660.000 Kundinnen und Kunden schätzen die persönliche

Betreuung, den exzellenten Service und die umfassenden Leistungen. Die pronova BKK ist mit einem dichten Geschäftsstellennetz an über 60 Kundenservice- und Beratungsstellen vertreten. Sie zählt zu den fünf größten Betriebskrankenkassen und den größten Krankenkassen in Deutschland. Weitere Informationen unter [www.pronova.de](http://www.pronova.de)

### Die pronova BKK zu Platzwechsel:

Gesundheitsfördernde Aktionen tragen dazu bei, Wohlbefinden, Mobilität und Lebensqualität zu steigern. Mit attraktiven Präventionsmaßnahmen motiviert die pronova BKK Menschen, etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Mit dem Team von Platzwechsel wurde ein geeigneter Kooperationspartner gefunden, der zum Beispiel mit interessanten Schnupperangeboten und einem modernen Bewegungsparcours am Eisenberg die Lust an Sport wecken will.



**Sonja Trautmann, Gesundheitsförderung Nord, Projektverantwortliche bei der pronova BKK:** „Ich bin begeistert, wie viele Korbacher wir mit den Platzwechsel-Angeboten beim TSV Korbach in Bewegung bringen konnten. Mein Wehrmutstropfen war, dass ich persönlich nicht an allen Angeboten teilnehmen konnte, weil die Anreise aus Hannover für mich zu weit gewesen wäre. Aber zum Kraulen bin ich angereist und war begeistert, wie gut mir diese Schwimmtechnik von den Trainern erklärt wurde. Meine Korbacher Kolleginnen und Kollegen und ich freuen uns schon auf die nachfolgenden Bewegungs-Events an ungewöhnlichen Orten.“



Das gute Leben: in Waldeck-Frankenberg kann man es finden! Ob Genießer, Naturfans, Kulturliebhaber, Familienmenschen, Freizeitsportler, Karrieremacher oder Freunde der Geselligkeit: Waldeck-Frankenberg bietet als eine der schönsten Regionen Deutschlands Platz

für unterschiedlichste Lebensentwürfe. Erfrischend abwechslungsreich: in seiner Freizeit kann man sich so richtig auspowern. Egal bei welchen Temperaturen. Sowohl drinnen als auch draußen. Ob Segeln, Surfen oder Wasserski im Sommer - Snowboarden, Langlauf oder Skifahren im Winter: in Waldeck-Frankenberg kann man sich so richtig auspowern. Weitere Infos gibt's online unter [www.landkreis-waldeck-frankenberg.de](http://www.landkreis-waldeck-frankenberg.de) und [www.das-gute-leben.de](http://www.das-gute-leben.de)

#### **Der Landkreis Waldeck-Frankenberg zu Platzwechsel:**

**Matthias Schäfer, Leiter Fachdienst Sport:** "Erwachsene sollten regelmäßig körperlich aktiv sein. Sie können dadurch bedeutsame Gesundheitswirkungen erzielen! Der größte gesundheitliche Nutzen entsteht bereits dann, wenn Personen, die gänzlich körperlich inaktiv waren, in geringem Umfang aktiv werden. Das heißt, jede zusätzliche Bewegung ist mit gesundheitlichem Nutzen verbunden. Jeder auch noch so kleine Schritt weg vom Bewegungsmangel ist wichtig und fördert die Gesundheit. Hierauf zielt das vielfältige Angebot von Platzwechsel ab - Runter vom Sofa, raus und bewegen!" Aus diesem Grund unterstützt der Landkreis Waldeck-Frankenberg das Projekt in Korbach tatkräftig.



**Svenja Lotze, Fachdienst Schulen und Bildung, HESSENCAMPUS Waldeck-Frankenberg:**

„PLATZWECHSEL ist eine tolle Initiative, um Menschen für Sport und Bewegung zu begeistern! Auch sportlich bereits sehr aktive Personen kommen dabei voll auf ihre Kosten und erhalten durch PLATZWECHSEL die Möglichkeit, weitere (Trend-)Sportarten kennenzulernen. Letztlich ist Sport Gemeinschaft und verbindet. Das lebt PLATZWECHSEL durch angenehme Kooperationsstrukturen vor.“

Zusammen mit dem Hessencampus führte Platzwechsel das Outdoor Gym und den Vortrag von und mit Felix Klemme am 01.09.2018 auf dem Eisenberg durch, welches im Programm ZWEITAUSENDACHTSAM eingebunden war.



Die einzige Hansestadt Hessens liegt mit ihren 14 Ortsteilen im Grünen 303 - 615 m über dem Meeresspiegel und umfasst ein Gebiet von 124 km<sup>2</sup> Gesamtfläche.

Korbach zählt derzeit ca. 24.000 Einwohner, von denen ca. 18.500 in der Kernstadt leben. Korbach bietet eine Vielfalt von Freizeitmöglichkeiten. Vom modernen Sport- und Freizeitbad mit Whirlpool und Sauna über Motor- und Segelflugplätze, Tennisplätze, Fitnesszentren, Angelteiche, Reitgelegenheiten und einer Swing-Golf-Anlage bis hin zu zahlreichen Rundwanderwegen, Grillhütten und Kneipp-Wassertretanlagen bietet Korbach ein reichhaltiges Freizeitangebot. Außerdem zeichnet sich Korbach durch sein romantisches Fachwerkzentrum aus und hat auch kulturgeschichtlich einiges an Sehenswürdigkeiten zu bieten.



Gesellschaft für Gesundheitsmanagement mbH

Die **Team Gesundheit Gesellschaft für Gesundheitsmanagement mbH** zählt zu den bundesweit führenden Beratungs- und Dienstleistungsunternehmen im Gesundheitsmanagement in Betrieben, Schulen und Kommunen. Die Team Gesundheit GmbH steht für die zuverlässige und hochwertige Umsetzung operativer Maßnahmen in allen Handlungsfeldern der Gesundheitsförderung. Zudem ist die Team Gesundheit Initiator von herausragenden bundesweiten Präventionskampagnen wie „bauchgefühl“ und „Fit von klein auf“ sowie „Platzwechsel“, in der neuen Kooperation mit dem DOSB. Weitere Informationen erhalten Sie auch unter [www.teamgesundheit.de](http://www.teamgesundheit.de)

Die Team Gesundheit GmbH zu Platzwechsel:

**Dr. Ann-Katrin Kurz, Projektleiterin Platzwechsel:** *Wir freuen uns, dass in Korbach so viele Menschen den Platz gewechselt haben. Nicht nur die hohe Teilnehmerzahl ist ein toller Erfolg, auch die gute Zusammenarbeit des gesamten Projektteams und insbesondere die motivierten und engagierten Partner vor Ort zeigen in Korbach, wie Gesundheitsförderung in der Kommune gelingen kann.*

## Bewegungsparcours

In Goldhausen auf dem Eisenberg wurde der Waldsportpfad als Platzwechsel Bewegungsparcours wiederbelebt. Die Eröffnung fand am 08.08.2018 statt.



## SCHIRMHERR BÜRGERMEISTER KLAUS FRIEDRICH ZUM BEWEGUNGSPARCOURS

*„Ende Juli ging es groß durch die Presse: Deutschland bewegt sich zu wenig! Vor allem im Arbeitsalltag fehlt die Bewegung - Computer und Schreibtisch lassen grüßen. Daher ist es sehr erfreulich, dass nun in Korbach mit dem Platzwechsel-Parcours am Eisenberg ein attraktives Angebot zur Bewegungsförderung geschaffen wurde. Ich danke der Team Gesundheit GmbH und den weiteren Projektpartnern für Ihr Engagement und wünsche den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Stadt Korbach und allen anderen Bewegungshungrigen viel Freude und gute Laune beim Benutzen des aufgefrischten Waldsportpfads in Goldhausen.“*

Klaus Friedrich  
Bürgermeister der Kreis- und Hansestadt Korbach





## KONTAKT

**Haben Sie Fragen zum Projekt oder benötigen weitere Infos zu Platzwechsel? Nehmen Sie gerne Kontakt auf!**

### **Deutscher Olympischer Sportbund**

Melinda Strätz

Referentin Projekt "Platzwechsel – Bewege Dein Leben"

Ressort Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement

T +49 69 6700-460

F +49 69 67001-460

straetz@dosb.de