

Im Rahmen der Bewahrung des Naturerbes in den Dörfern wertet die Gemeinde Clerf ihre öffentlichen Räume auf und plant die Umsetzung eines „OUTDOOR FITNESS PARK“ in Clerf. Dies mit der Unterstützung der Bürger und in Zusammenarbeit mit dem Jugendtreff Norden und dem Jugendbüro Éislek.

Auf Initiative des Jugendtreff Norden hin, welche nach einem öffentlichen Platz für Jugendliche fragt, beschloss die Gemeinde Clerf die Einwohner in den Prozess der Planung und Konkretisierung mit einzubeziehen. Daraufhin wurde am **Donnerstag, den 7. November, um 19.30 Uhr** ein Abend mit **Beteiligung der Bürger im Kulturzentrum des Clerfer Schlosses**, organisiert.



### **Das Ziel**

Ein „Outdoor Fitness Park“ ermöglicht das Trainieren im Freien und das eigene Bestimmen der Intensität und der Schwierigkeit der Übungen. Die Ausstattung eines OUTDOOR FITNESS Parks garantiert ein vollständiges Training. Die Gemeinde Clerf möchte auf der Grundlage der gesammelten Ideen einen benutzerfreundlichen Fitnessbereich für alle schaffen.

Dieser Austauschprozess entwickelt sich wie folgt:

- Partizipativer Abend mit Gedankenaustausch (offenes Brainstorming)
- Entwicklung konkreter Konzepte durch Experten auf Basis der erhaltenen Ideen
- Überprüfung der Konzepte durch den Technischen Dienst und die Sicherheitsorgane
- Öffentliche Präsentation der Konzepte (offene Diskussion)

Hierbei ist es wichtig für die Gemeinde, in engem Kontakt mit dem Jugendtreff Norden dem Jugendbüro Éislek zu bleiben um die Jugendlichen so weit als möglich in diesen Realisierungsprozess mit einzubeziehen.

### Die Zielgruppe

Das Kollegium der Bürgermeister und Schöffen hatte alle Einwohner der Stadt eingeladen, junge und weniger junge Bürger, welche interessiert sind an körperlicher Bewegung und Fitness. Jede interessierte Person, mit Mindestalter von 12 Jahren, war herzlich eingeladen, ihre Ideen während des Abends mitzuteilen.

Über 40 Interessenten nahmen sich die Zeit, um an dem Treffen teilzunehmen.

### Der Ablauf

Der Workshop basierte auf 3 Diskussionsthemen; 1 Thema pro Tisch. Jede Gruppe (zwischen 10 und 12 Personen) tauschte sich 15 Minuten lang zu einem Diskussionsthema aus. Pro Tisch wurden die jeweilig vorgebrachten Ideen von den Projektleitern aufgeschrieben. Nach 15 Minuten wechselte die Gruppe den Tisch und das Thema der Diskussion.

### Die Lage

Der Ort der Umsetzung dieses “Outdoor Fitness” Bereiches wurde bisher noch nicht festgelegt und wurde auch kein Diskussionsthema. Der Jugendtreff Norden verwies in ihrer Ideenvorstellung auf





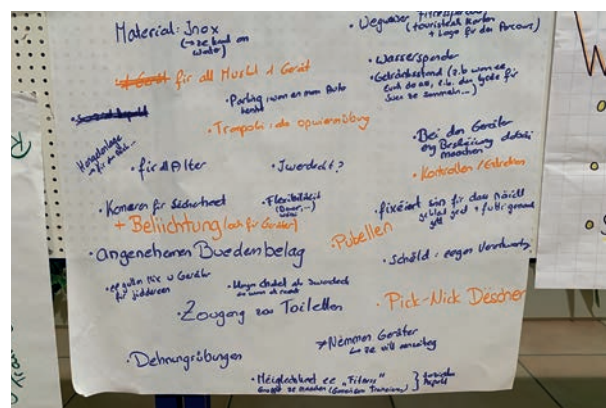
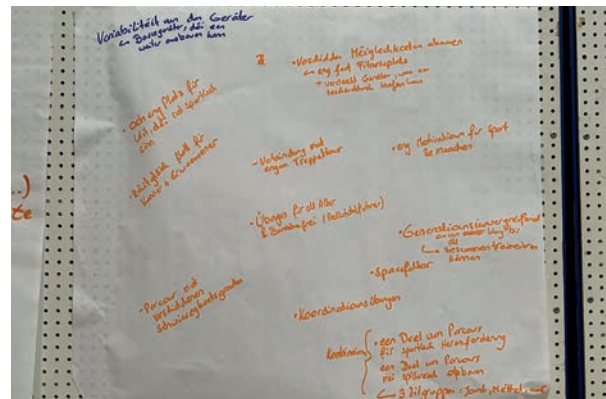
den alten Platz, der für Skateboarder vorgesehen war. Für sie könnte dieser Ort als neuer Fitnesspark umgewandelt werden. Die Unkenntnis des genauen Standortes ermöglichte es den Teilnehmern, sich frei auszudrücken und ihre Gedanken wurden nicht von einem im Vorfeld definierten Ort eingeschränkt.

Die Herausforderung für die kommunalen Verantwortlichen wird darin bestehen, mit den erhaltenen Ideen und Erkenntnissen zu arbeiten, und daraufhin einen geeigneten Standort zu bestimmen.

## Die 3 Diskussionsthemen

1. **PARKANLAGE** (Trainingsmöglichkeiten, Beleuchtung, Boden, Formen, ...)
2. **ZUGANG** / barrierefrei (Zugang zum Standort, Einrichtungen, Wetter, ...)
3. **TREFFPUNKT** (notwendige Infrastrukturen, angepasst an jede Altersklasse, ...)

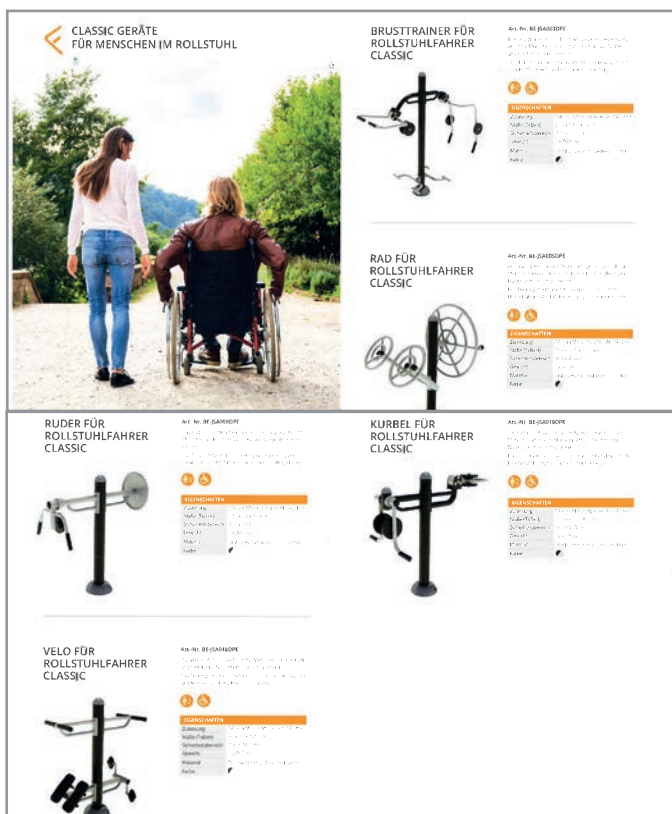
Nachfolgend finden Sie eine Zusammenfassung der Ideen der Teilnehmer des Austausch-abends zum Thema „OUTDOOR FITNESS“. Die Ideen wurden nach den Diskussionsthemen aufgelistet.



### 1. PARKANLAGE

#### 1.1. Eine Anlage / ein Ort, der allen offensteht

Den Teilnehmern ist es wichtig, dass sich niemand von dem Park ausgeschlossen fühlt und jeder teilnehmen kann. Ein jeder soll die geeignete Trainingsmethode für sein Alter finden. Es ist ihnen auch wichtig, dass Rollstuhlfahrer vor Ort trainieren können. Für ihre Bedürfnisse sollten Stationen vorgesehen werden, welche ihnen Übungen, angepasst an ihre Beeinträchtigung, ermöglichen. Hier ist die Wahl des Bodenmaterials zu berücksichtigen um einen unbeschwerten Zugang mit Rollstuhl zu gewährleisten.



#### 1.2. Feste Installation mit Trail-Trainingspfad

Die Teilnehmer schlagen vor, dass es interessant wäre, einen festen Fitnessstandort zu haben und diesen mit einem Weg/Pfad zu kombinieren, der ein Lauftraining ermöglicht (durch Clerf oder durch den Wald) mit Fitnessstationen entlang dieser Strecke.

#### 1.3. Beleuchtung des Geländes / Parks

Für die Teilnehmer ist es wichtig, die Sicherheit derjenigen zu gewährleisten, die vor Ort trainieren. Eine ausreichende Beleuchtung ist daher wichtig, dies unter Berücksichtigung einer umweltfreundlichen Installation. Überwachungskameras könnten installiert werden, zum Beispiel für die Strecke durch den Wald.



#### 1.4. Unterschiedliche Schwierigkeitsgrade

Der Fitnesspark sollte unterschiedliche Schwierigkeitsgrade bieten. Eine Entwicklung des Schwierigkeitsgrades über die einzelnen Stationen verteilt ermöglicht sowohl sportlichen als auch weniger sportlichen Nutzern ihr Vergnügen zu finden.

#### 1.5. Trainingsstationen / Ausrüstung

Crosstraining Installationen und Trainingsgeräte mit Kletter- / Hangelstangen für den Fitnesspark sind wichtig. Es gibt Modelle an welchen verschiedene Schwierigkeitsgrade auf dem selben Gerät angeboten werden können.



Der Park muss vielfältig sein. Neben Bodybuilding-Übungen sollten ebenfalls Geräte/Übungen für Koordination, Beweglichkeit und Dehnung vorhanden sein.

Die Notwendigkeit eines Trampolins wurde auch angesprochen - das Trampolin ermöglicht es Sportlern das Aufwärmen vor Trainingsbeginn und ist für die ganze Familie geeignet.

Damit sich der Fitnesspark im Laufe der Zeit weiterentwickeln kann, wäre es interessant Basis-

geräte zu wählen, die von Erweiterungen profitieren können. Somit wäre der Fitnesspark mit einigen Stationen ausgestattet welche im Laufe des Jahres umgeändert werden könnten.

Alle Einrichtungen müssen regelmäßig überprüft werden, um die Attraktivität des Standorts zu erhalten und die Funktionalität der Geräte zu garantieren.

Die Verankerung der Stationen ist wichtig, um zu vermeiden, dass die Geräte zerstört oder sogar gestohlen werden.

In Bezug auf das Material der Geräte sind die Meinungen geteilt. Für manche scheint Edelstahl ideal zu sein. Im Winter hingegen kann dieses Material zu kalt und im Sommer zu heiß zum Anfassen sein. Die Teilnehmer haben sich derweil einstimmig gegen das Material Holz als Alternative ausgesprochen.

#### 1.6. Fitnesskurse

Damit jeder den Outdoor-Fitness Bereich erfolgreich nutzt, wäre es interessant, Kurse mit einem Coach vor Ort anzubieten. Dieser kann jeder Altersgruppe die Geräte erklären und kann durch seine Präsenz die Motivation steigern. Die interessierten Personen könnten sich einschreiben um regelmäßig über die angebotenen Kurse informiert zu werden.

#### 1.7. Erklärungstafeln

Jede Station sollte beschiefert sein mit den nötigen Erklärungen wie und welche Übungen am Gerät möglich sind. Hier wäre vor allem mit Abbildungen/Illustrationen zu arbeiten, um zu lange und schwierige Texte zu vermeiden. Bilder / Illustrationen sollten für alle einfach zu verstehen sein - keine Sprachbarrieren. Eventuell QR-Code an jedem Gerät anbringen und zu einer mobilen App verlinken.



Ein Farbcodesystem könnte helfen die verschiedenen Schwierigkeitsgrade vor Ort visuell zu definieren. z. B.. Blau für Anfänger, Grün für Fortgeschrittene, Rot für Experten?  
Es ist wichtig für die Erklärungstafeln ein Material zu wählen welches gegen äußere Einflüsse (Regen, Sonne, Schnee, ...) resistent ist.



### 1.8. Beschilderung

Wichtig ist eine einheitliche Beschilderung durch ganz Clerf, damit der „Outdoor Fitness Park“ für alle sichtbar und leicht zu finden ist. Der Fitnessplatz sollte auf dem Stadtplan von Clerf mit einem leicht erkennbaren Piktogramm hinzugefügt werden.

### 1.9. Sonstige Infrastrukturen

Der Bodenbelag sollte für Bodenübungen geeignet sein. Und auch den Zugang mit Rollstuhl ermöglichen.

Mülleimer, Toiletten und Parkplätze sollten in der Nähe des Fitnessparks zur Verfügung stehen.

Entsprechend dem Konzept “REFILL” sollten Wasserspender in der Nähe des Parks aufgestellt werden. Dies würde den Nutzern des Fitnessparks einen schnellen und kostenlosen Zugang zu Wasser ermöglichen.

## 2. ZUGANG

### 2.1. Zugang zum Standort der Fitnessanlage

Basierend auf der Idee, den Fitnesspark in ein globales Sanierungsprojekt um das alte Schwimmbad miteinzubinden, äußerten die Teilnehmer den Wunsch, einen Stadtbus einzurichten, der diesen Ort regelmäßig anfährt.

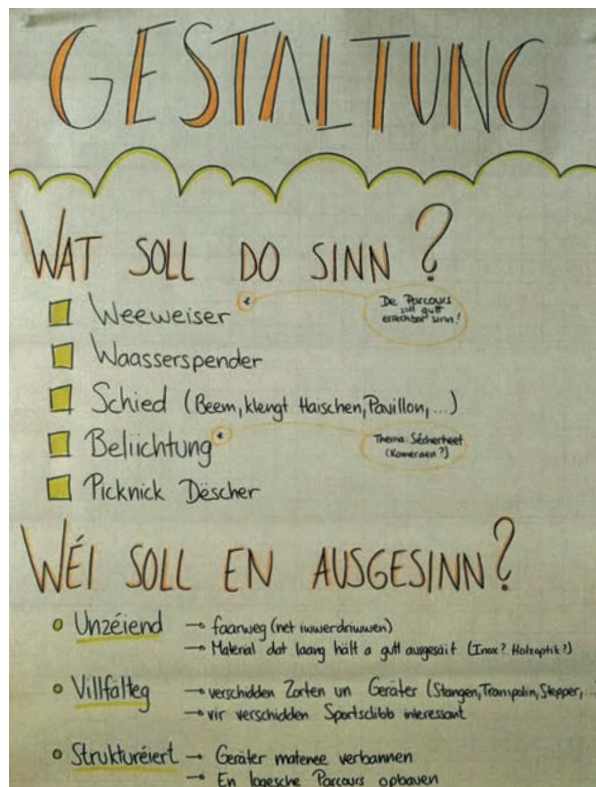
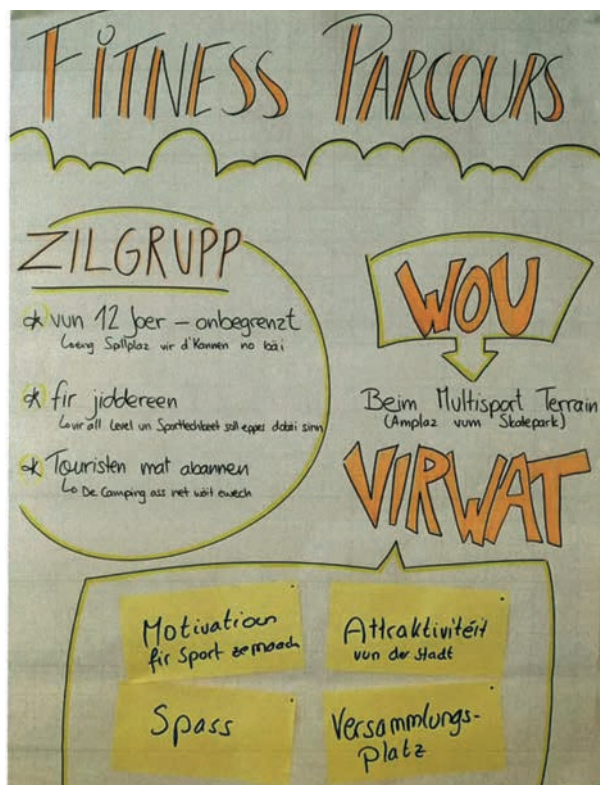


An dieser Stelle ist bereits ein Parkplatz vorhanden. Der Fitnessbereich selbst muss autofrei bleiben. Fahrradständer sollten vorhanden sein. Hierzu kam die Idee einen Fahrradverleih in der Innenstadt mit dem Fitnesspark zu kombinieren. Die Straßen sollten in dem Fall entsprechend der Auflage für Fahrräder angepasst werden.

Für ältere Menschen kann der Adapto-Bus den Hin-und Rückweg zum Fitnessbereich ermöglichen. Und im Sommer könnten die Kutschen des Touristenzentrums in Richtung Fitnesszentrum fahren und zum Stadtzentrum zurückkehren.

### 2.2. Mögliche Standorte

Der Jugendtreff Norden und das Jugendbüro Éislek stützten ihre Ausgangsidee auf den Standort des ehemaligen Skateboardparks. Dieser Ort befindet sich in der Nähe des ehemaligen Schwimmbads von Clerf. Für einige ist dieser Ort schwer zugänglich (aktuelle Situation). Sie schlugen als Alternative den Bereich um das Lycée Edward Steichen vor. Der Ort hier wäre mit dem Zug und Bus leicht erreichbar. Die Beleuchtung der Anlage ist bereits vorhanden und Gymnasiasten könnten den Park auch benutzen.



Eine andere Idee wäre, verschiedene Stationen quer durch Clerf zu installieren. Jedoch würde dies die Idee vom einheitlichen Training vor Ort schmälern und nicht zur Schaffung eines öffentlichen Raums zur Förderung der Begegnung und Unterhaltung beitragen.



- Bus/Citybus
- Reduzierung von der Vitesse
- Velostänner
- Möglichkeit für Veloen op der Gare ze lounen
- Adapto
- Beschëldungen (Gare? Lycée? Kierch?...)
- Öffentlech maachen (z.B. Internet Site von der Gemeng...)
- Conditionen von der Plaaz (z.B. für Leit mat Rollstull...)
- Surveillance
- Kleng ungenken
- ganzheetlech Transieren



### 2.3. Beschilderung und Kommunikation

Um einen einfachen Zugang zu gewährleisten, muss eine gut sichtbare Beschilderung durch Clerf erfolgen. Zum Teil können die digitalen Wegweiser diese Anzeige übernehmen und eventuell die auch die Entfernung ankündigen.

Wichtig ist regelmäßig über den Outdoor-Fitnesspark zu berichten, sei es über die Website der Gemeinde, Facebookseite oder den Clärrwer Reider. Z. B.: Ankündigung kommender Termine mit Coaches oder Rückblicke auf Events die an diesem Ort stattgefunden haben.

### 2.4. Altersgrenze

Die Teilnehmer konnten sich nicht auf eine Altersgrenze für die Nutzung der Fitnessgeräte und der Anlage einigen.

Einige waren der Meinung, dass es sich nicht um einen Spielplatz handle und dass die Geräte nicht für Kinder geeignet seien. Dies auch aus der Sicht der Sicherheit. Die anderen waren eher der Meinung, dass alle Altersklassen hier vereint sein sollten.

### 2.5. Haftungsfrage

Die Beteiligten wünschten sich z. B. eine Person vor Ort zu haben, die kontrolliert und beobachtet. Eine andere Idee wäre eher auf die Installation von Kameras zu bauen.

Schließlich wurde die Idee erörtert, ein städtischer Mitarbeiter könnte regelmäßig vor Ort vorbeischaun und überprüfen ob alles in Ordnung ist. Es wurde klargestellt, dass die Nutzung der Geräte auf eigenes Risiko geschieht wie bei den meisten öffentlichen Anlagen, siehe öffentliche Spielplätze.

## 2.6. Zugang für Rollstuhlfahrer

Siehe Punkt 1.1.

Es ist wichtig die Anlage so zu planen, um Menschen mit Behinderungen zu animieren, mit ihren Freunden oder Geschwistern zu trainieren.



## 3. TREFFPUNKT

### 3.1. Zusammenleben

Gemeinsam draußen (Zusammen dobaussen) - der Wunsch, einen Moment der Geselligkeit zusammen zu verbringen und gemeinsam Sport treiben.

### 3.2 Fester Fitnessplatz und Laufstrecke

Der feste Standort kann mit einer Strecke / einem Trail verbunden werden.

Die feste Anlage bietet einen beleuchteten Ort, der den Haupttreffpunkt darstellt.

Ein fester Standort einer Outdoor-Fitnessanlage ermöglicht die vielfältige Nutzung: Kurse für alle oder bestimmte Gruppen, Sportevents mit Wettkämpfen, Übungen für Sportverbände, ...

Ein Teil der Teilnehmer wünschte sich einen Spielplatz in der Nähe des Fitnessplatzes. Erwachsene und Kinder nahe beieinander.

### 3.3. Soziale Komponente / Gruppendynamik

Es ist wichtig, dass dieser Treffpunkt die verschiedenen Generationen zusammenbringt und ihnen erlaubt, auf verschiedenen Ebenen zu trainieren.

Der Einzelne wird motiviert, Sport zu treiben, weil er anderen beim Trainieren zusehen kann.



Der Fitnesspark stärkt den FUN-Faktor der gesamten Gemeinde Clerv.

Es wurde der Wunsch geäußert, dass diese Fitnessanlage regelmäßig durch Aktionen belebt wird.

### 3.4. Förderung des Zusammenkommens

Um die Menschen zu ermutigen, diesen neuen Treffpunkt zu nutzen, ist es wichtig, dass der Ort sauber ist und regelmäßig kontrolliert wird.

Die Wahl des Materials ist wichtig, damit es im Laufe der Zeit Bestand hat.

Die Aufteilung des Platzes muss auf Komfort vor Ort abzielen. Eine Aufwertung mit natürlichen Materialien und Pflanzen wie Buchsbaum, ... kann zu diesem Effekt der Entspannung und des Wohlbefindens beitragen.



Die Kommunikation über den Fitnesspfad ist sehr wichtig. Die Leute müssen wissen, dass dieser Park existiert. Die Anlage muss regelmäßig in Erinnerung gerufen werden

Die Nutzung der Social-Media-Plattform kann helfen um über Kurse zu kommunizieren.

Die Gemeinde sollte die Nutzung dieses Ortes durch die Organisation von Veranstaltungen fördern: Kurse von Sportvereinen, Kurse für eine bestimmte Altersgruppe, Kurse für Anfänger ...

Idee, eine Plattform zu schaffen, auf der die Ideen privater Initiativen für die Fitnessanlage gesammelt werden können.

### 3.5. Sicherheit

Ein Defibrillator sollte vor Ort bereitstehen.

Die wichtigen Informationen, Geolokalisierung und Notrufnummern sollten über ein Hinweisschild vor Ort zu finden sein.

Eine angemessene Beleuchtung des Parks und der sanitären Einrichtungen ist wichtig.

