

KVHS Norden bringt Männer in Bewegung

VERANSTALTUNG Kreisvolkshochschule zeigt sich zufrieden mit den ersten Männer-Gesundheitstagen

Der Frage, was Männer wirklich bewegt, ist die KVHS Norden mit ihren ersten Männer-Gesundheitstagen nachgegangen. Zum Abschluss gab es am Sonnabend eine spezielle „Olympiade“ nur für die Herren der Schöpfung.

VON BODO KIEFER

NORDEN - Torwandschießen, Speerwerfen, Hindernislauf und Bogenschießen standen am Sonnabend auf dem Programm. Aber auch Kanufahrten auf dem Teich an der Jugendwerkstatt „Hof Belvedere“ konnten die Teilnehmer unternehmen. Die Kreisvolkshochschule (KVHS) Norden hatte zur „Männer-Olympiade“ eingeladen, die den Abschluss der ersten

Männer-Gesundheitstage bildete. Die Reihe stand unter dem Motto „Was Männer wirklich bewegt“ und ist eine Ergänzung zur Frauen-Gesundheitswoche. „Was für die Frauen bereits seit 25 Jahren zu einer beliebten Wellnesswoche geworden ist, wollten wir den Männern nicht vorenthalten“, hieß es von den Organisatoren.

Im Fokus stand bei der „Männer-Olympiade“ aber nicht der Wettbewerb, sondern der gemeinsame Spaß. „Wir hatten alle reichlich Freude an den unterschiedlichen Herausforderungen, die uns auf dem Parcours erwarteten“, sagte Nordens Bürgermeister Heiko Schmelzle (CDU), der die Schirmherrschaft übernommen hatte. Damit alles reibungslos über die Bühne gehen konnte, hatten die jungen Leute aus der Jugendwerkstatt der KVHS al-



Der Teilnehmer Siegfried Siol (rechts) war auf dem Hindernisparcours unterwegs.

les vorbereitet. „Die haben hier tolle Arbeit geleistet“, sagte Schmelzle.

Auch der Teilnehmer Siegfried Siol war begeistert und sammelte auf dem Parcours fleißig Punkte. „Ich habe hier

in manchen Dingen andere Sichtweisen erfahren dürfen und Lust auf mehr bekommen“, sagte er. „Im nächsten Jahr bin ich wieder dabei, wenn die Gesundheit es zulässt.“

Die Männer-Gesundheitstage verfolgten das Ziel, Männern die Gelegenheit zu geben, sich untereinander über ihre Gesundheit, ihre geistige und körperliche Fitness auszutauschen. Die Organisatoren von der KVHS hatten deshalb ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Unter anderem gab es in der vergangenen Woche spezielle Yoga-kurse für Männer, Seminare zur Selbsterkennung und Verbesserung der Kommunikation, Gesangsübungen sowie Herz-Kreislauf-Training und Wandern am Deich.

Zufrieden mit der Teilnehmerzahl zeigte sich Mitorganisator Olaf Topf: „Der Anfang ist gemacht. Nun müssen wir schauen, wo noch Potenzial ausgebaut werden kann, um im nächsten Jahr noch mehr Teilnehmer begrüßen zu können.“