

Boule spielen

Boule, das einfache, französische Kugelspiel mit römischen Wurzeln, erfreut sich in Marburg wachsender Beliebtheit. Das im mediterranen Frankreich allgegenwärtige Spiel wird oft aus dem Urlaub mitgebracht, es lässt sich auch in der unserer beschaulichen Lahnstadt hervorragend spielen. Dazu trifft man sich gerne in einem der hierfür geeigneten Parks und verbringt den Feierabend oder einen freien Tag mit einer gemütlichen Partie. Selbst das Zuschauen bringt viel Spaß mit sich und lädt zum Plaudern ein. In Marburg sind zum Beispiel der Friedrichsplatz oder der Northampton Park in Weidenhausen beliebte Orte zum Boule spielen. Es eignen sich im Prinzip alle Orte mit einer ebenen, sandigen Fläche und im Idealfall unter einigen schattenspendenden Bäumen. Es gibt zudem einige „echte“ Bouleplätze in Marburg, darunter im Schlosspark oder den Bouleplatz der Kaufmännischen Schulen. Das Tollste am Boule ist: Es kann jeder mitspielen, egal welches Alter und unabhängig von seiner körperlichen Fitness. Wer Spaß am Boule gefunden hat und seine Kenntnisse mit Hilfe von Gleichgesinnten weiter verbessern möchte, kann sich unverbindlich an den Marburger Bouleclub „Le Carreau“ wenden: www.lecarreau.de.

Boulemöglichkeiten in Marburg:

- Altstadt, Schlosspark
- Südviertel, Friedrichsplatz
- Weidenhausen, Northampton-Park
- Ortenberg, Ludwig-Schüler-Park
- Ockershausen, Kaufmännische Schulen
- Bauerbach, Im Hinterfeld
- Cappel, Mühlenbergstraße
- Dagobertshausen, Am Salzköppel
- Moischt, Festplatz



Slacklining – Balancieren zwischen Bäumen

Slacklining [„Släckleining“] oder umgangssprachlich „Slacken“ ist eine Trendsportart, bei der auf einer geraden „Slackline“, einem dicken Textilband, das einem Spanngurt ähnlich sieht, balanciert wird. Die Slackline wird dazu straff zwischen zwei Punkten, oftmals zwei Bäumen, gespannt. Marburg bietet einige Orte, das Slacklining zu erlernen und zu praktizieren, wie zum Beispiel auf den Lahnwiesen. Auch der Northampton-Park sowie der Schlosspark laden zum Slacken ein. Dort hat die Stadt einen Rindenschutz aus Holzkeilen installiert, um die empfindliche Rinde der Bäume zu schützen und gleichzeitig ungetrübten Spaß auf der Slackline zu ermöglichen. Hierzu bringt man seine Slackline mit. Diese wird an beiden Seiten auf Höhe des angebrachten Rindenschutzgürtels um einen Baum gelegt und anschließend mit einem Ratschenmechanismus gespannt. Falls Sie diese an anderen Orten zwischen Bäumen spannen möchten, denken Sie bitte den Bäumen zu Liebe an die anzubringende Schutzmanschette. Slackline trainiert vor allem den Gleichgewichtssinn und die Koordination und macht nebenher unheimlich Spaß.

Jeder kann sich auf dem Band ausprobieren. Dabei spielt weder das Alter noch die eigene Fitness eine Rolle. Wenn auch Sie gefallen daran gefunden haben, können Sie das Angebot jederzeit und kostenlos nutzen und zum Profi werden. Die Fortgeschrittenen Slacker führen kleine Kunststücke wie Sprünge aus. Probieren Sie es doch einfach mal aus. Kommen Sie mit Ihren Liebsten und einem Gurt hin und testen Sie es.

Fit im Grünen

**Magistrat
der Universitätsstadt Marburg
Fachdienst Klimaschutz,
Stadtgrün und Friedhöfe**
Ockershäuser Allee 15
35037 Marburg
Telefon (06421) 201-10
Telefax (06421) 201-1598
gruenflaechen@marburg-stadt.de
Texte: Celia Meggers,
Virginia Taschner
Fotos: Bouleclub „Le Carreau“;
EigenArt; Fachdienst Stadtgrün,
Klima- und Naturschutz; fotolia
Gestaltung: EigenArt –
Thomas Neutze / Gabriele Rudolph
Druck:
Grafische Werkstatt von 1980,
Kassel; im Auftrag von msi –
mediaserve international, Marburg
klimaneutral gedruckt
auf FSC-zertifiziertem Papier



06 / 2018 – Magistrat
der Universitätsstadt Marburg

Fit im Grünen Spaß und Bewegung für Groß und Klein



**Fachdienst Klimaschutz,
Stadtgrün und Friedhöfe**

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

Aktivitäten im Grünen steigern die Lebensqualität und Lebensfreude, mindern das Risiko vieler Erkrankungen und haben einen sehr positiven Einfluss auf unser Wohlbefinden. Die Universitätsstadt Marburg ist eine Stadt mit viel Grün. Die Parks und Grünflächen dienen der Erholung und sind Treffpunkte für alle Generationen und Kulturen. Sie tragen zum Austausch sowie zum Zusammenleben aller Bürgerinnen und Bürger bei. Auch für Freizeitsportler haben unsere Grünanlagen etwas zu bieten. Wie wäre es mit einer Partie Boule auf einem unserer schönen Bouleplätze?

Auf den Fitnesspfaden können Sie in naturnaher Umgehung Ihre körperliche Fitness verbessern und Ihr persönliches Wohlbefinden steigern. Es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig, sodass auch nicht Trainierte diese nutzen können. Ob alleine oder in einer Gruppe, Jugendliche wie auch Erwachsene können an den vielfältigen Trainingsgeräten und Trimpfaden ihre Kraft, Ausdauer oder Koordination verbessern, um fit und gesünder durch den Alltag zu kommen. Genießen Sie die sportliche Aktivität in der herrlichen grünen Umgebung.



Trimm-Dich-Pfad Hansenhaus

Der beliebte Trimm-Dich-Pfad befindet sich am Hansenhaus in Marburg. Er ist schon seit langer Zeit ein sehr geschätztes Ausflugsziel bei Freizeitsportlern. Die Strecke verläuft durchgängig durch ein Waldgebiet und hat nur leichte Steigungen. Mit Sportgeräten aus Holz oder kombiniert aus Holz und Metall ist ein großes Angebot an Bewegungsmöglichkeiten gesichert. Sei es von Übungen zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems bis hin zum Training der gesamten Muskulatur. Sie können die Schönheit der Natur um sich herum genießen und zugleich etwas für Ihre Fitness tun. Dieser Pfad gibt jedem die Möglichkeit, sein ganz eigenes Tempo zu bestimmen. Egal ob man es lieber sportlich oder ruhig angehen lassen möchte, für jeden ist etwas dabei. Mit der ausgewiesenen Strecke beginnen Sie am Wander-Parkplatz am Hansenhaus, gehen links am Wasserwerk in einem Rundweg vorbei und genießen mit einer leichten Steigung den Naherholungswald am Gebrannten Berg.

Kurzinfo:

- Länge zirka 2 km
- 16 Fitnessgeräte
- Wege mit weichem Untergrund
- Gut geeignet auch für mehrere Personen / Gruppe

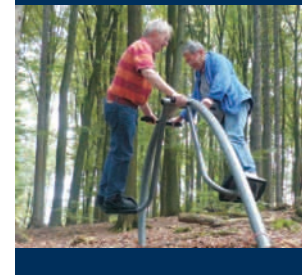


Fitnesspfad Richtsberg

Der Fitnesspfad Richtsberg basiert auf einem Rundkurs mit Einzelstationen. Er befindet sich im Naherholungswald Richtsberg. Sie gehen oberhalb der Straße Alter Ebsdorfer Weg vorbei und können gleichzeitig einen Blick auf die interkulturellen Gärten werfen. Ab da kann jeder Nutzer an einer beliebigen Station des Rundweges einsteigen und mitmachen. Die Fitnessgeräte sind in formschönem Metall gestaltet und aufgrund ihrer Konstruktion sehr stabil. Sie sind für das Training von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Gleichgewicht ausgelegt. Anleitungen für die richtige Nutzung des Geräts gibt es auf den daneben befindlichen Hinweisschildchen.

Kurzinfo:

- Länge zirka 1,5 km
- 10 Fitnessgeräte
- Weg mit weichem Untergrund
- Gut geeignet für Einzelpersonen



Fitnessparcours Richtsberg

Der Fitnessparcours Richtsberg befindet sich an der Friedrich-Ebert-Straße neben dem Gemeinwesenzentrum BSF. Hier stehen alle Fitnessgeräte unter Bäumen auf einem Platz mit weichem Untergrund. Durch die dichte Geräteanordnung ist der Platz überschaubar und hat den Vorteil, dass in einer größeren Gruppe keiner aus den Augen verloren geht und, wenn gewünscht, Kommunikation stattfinden kann. Neben den Metallgeräten befinden sich Hinweise zur richtigen Nutzung der Geräte.

Kurzinfo:

- 10 Fitnessgeräte
- Übersichtlicher Platz mit weichem Untergrund
- Gut geeignet auch für größere Gruppen
- Sehr gut erreichbar mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Linie 1), Haltestelle: Christian-Wolff-Haus



Wieland Stötzel

Wieland Stötzel
Bürgermeister