

Rathaus / Sport

„Fritag am füfe“ im neuen Fitnessparcours Achauen

Nach langer coronabedingter Pause ist die Veranstaltungsreihe „Fritag am füfe“ wieder zurück. Am vergangenen Freitag lud die Stadt Dornbirn die Bevölkerung bereits zum 50. Mal dazu ein, ein neues Projekt vor Ort mit den Expert:innen zu besichtigen und sich aus erster Hand zu informieren. *„Ich freue mich über die Rückkehr unserer beliebten Veranstaltungsreihe, mit der wir den Dornbirner:innen den neuen Fitnessparcours in den Achauen vorstellen durften“*, freut sich Bürgermeisterin Dipl.-Vw. Andrea Kaufmann über das große Interesse. Mit 18 neuen Übungsstationen, drei eigenen Trainingsbereichen, die sportmedizinisch auf den individuellen Bedarf der Sportler:innen abgestimmt werden können und speziellen Angeboten für Familien und Kinder, ist der neue Fitnessparcours Achauen ein Vorzeigeprojekt geworden. Die neue Anlage ergänzt die in den vergangenen Jahren ausgebauten Trainingsmöglichkeiten rund um die Birkenwiese und schafft eine neue Sportachse entlang der Dornbirner Ach.

Mit einem herkömmlichen Fitnessparcours hat die neue Anlage in Dornbirn wenig gemeinsam. Zwar ist es selbstverständlich nach wie vor möglich, durch den Parcours zu joggen und an den Stationen die Übungen zu absolvieren; das neue Konzept erlaubt aber auch ganz individuelle Trainingsrunden, um beispielsweise Ausdauer, Kraft oder Balance speziell zu fördern. Jede Station bietet zudem eigene Anwendungen für Kinder und Familien. Bei den Zugängen gibt es eigene Bereiche zum Aufwärmen, zur Verbesserung der Sensorik oder für Yogaübungen. Ein Barfußweg und die bekannte Finnenbahn ermöglichen natürliches und gelenkschonendes Laufen. *„Der neue Fitnessparcours Achauen ist ein Eldorado für alle Sportler:innen und speziell auf die unterschiedlichsten Bedürfnisse abgestimmt“*, ergänzt Sport-Stadtrat Julian Fässler.

Veranstaltungsreihe „Fritag am füfe“

„Fritag am füfe“ eröffnet interessierten Besucherinnen und Besuchern regelmäßig einen Einblick in städtische Betriebe oder aktuelle Bauprojekte. Jede und Jeder sind dabei herzlich willkommen. *„Der Blick hinter die Kulissen soll helfen, die Betriebe der Stadt besser kennen zu lernen, sowie sich über die aktuellen Bauprojekte und Neuerungen informieren zu können“*, erläutert Bürgermeisterin Dipl.-Vw. Andrea Kaufmann die Ziele von „Fritag am füfe.“ Im Gespräch mit den Verantwortlichen Betriebs- oder Projektleitern, die bei diesen Terminen vor Ort sind, können mitunter auch aktuelle Fragen aus der Bevölkerung geklärt werden.