

Sport im Park

Einreichende Gemeinde	Sportamt der Stadt Düsseldorf
Projektort	Düsseldorf
Bundesland	Nordrhein-Westfalen
Einwohner der Gemeinde	642304
Zeitpunkt der Umsetzung/ Laufzeit des Projektes	2015-laufend
Projektategorie	

Projektbeschreibung

Die Ergebnisse einer Düsseldorfer Bevölkerungsumfrage zum Sport- und Bewegungsverhalten im Jahr 2013 zeigten, dass sich die Organisationsstruktur der Sportler*innen gewandelt hat. 68 Prozent organisieren ihre Aktivitäten selber, sodass bei der Planung von Sportgelegenheiten und wohnortnahmen Sport- und Bewegungsräumen diese Zielgruppe noch stärker bedacht werden sollte. Neben Sport im Park gibt es weitere ergänzende Angebote, wie z.B. die Multifunktionalen Sportflächen und Laufen unter Flutlicht. Sport im Park ist ein unverbindliches und kostenloses Gesundheits- und Fitnesstraining für Untrainierte ebenso wie für Sportliche aller Altersgruppen. Das Projekt richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung. Die kostenfreien Angebote werden im Auftrag der Landeshauptstadt Düsseldorf von qualifizierten Trainer*innen durchgeführt. Das Training dauert rund eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt – auch in den Schulferien und

an Feiertagen. Das Projekt ist vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft sowie dem Bundesministerium für Gesundheit ausgezeichnet. Das Projekt wird im Rahmen der Europäischen Woche des Sports durch die Europäische Kommission und das Bundesministerium des Innern gefördert. Die Sportangebote finden in der Zeit von Mai bis September statt. Ergänzend dazu gibt es seit dem Jahr 2018 eine Winteredition, mit der die Bürger*innen ihre Vorsätze für das neue Jahr umsetzen können.

Bei der Motivation ist den Teilnehmenden nicht nur wichtig unter qualifizierter Anleitung zu trainieren, auch soziale Faktoren wie die positive Stimmung und der Zusammenhalt in der Gruppe spielen eine große Rolle. Die Aktiven empfinden nach dem Sport in jedem Fall einen hohen positiven Einfluss auf ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.

Multifunktionalität

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Ressourcenschutz | <input checked="" type="checkbox"/> Soziale Teilhabe |
| <input type="checkbox"/> Artenschutz | <input type="checkbox"/> Bildung |
| <input type="checkbox"/> Artenvielfalt | <input checked="" type="checkbox"/> Gesundheit |
| <input type="checkbox"/> Klimaanpassung/
Klimaschutz | <input checked="" type="checkbox"/> Sport / Bewegung |
| <input type="checkbox"/> Wirtschaft | <input type="checkbox"/> Lärmschutz |
| <input checked="" type="checkbox"/> Gemeinschaft | <input type="checkbox"/> Hochwasserschutz |
| <input type="checkbox"/> | |
| <input type="checkbox"/> | |

Seit »Sport im Park« im Jahr 2015 in den Düsseldorfer Parks und Grünanlagen gestartet ist, wird in Zusammenarbeit mit der Hochschule Düsseldorf (Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften) eine Befragung bei den Teilnehmenden durchgeführt. Die Ergebnisse zeigen, dass bei der Motivation den Teilnehmenden nicht nur wichtig ist, unter qualifizierter Anleitung zu trainieren, sondern auch soziale Faktoren wie die positive Stimmung und der Zusammenhalt in der Gruppe eine große Rolle spielen. Die Aktiven empfinden nach dem Sport in jedem Fall einen hohen positiven Einfluss auf ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden.

Interdisziplinarität/Integrierte Zusammenarbeit

Die kostenfreien Sportangebote werden im Auftrag der Landeshauptstadt Düsseldorf von qualifizierten Trainer*innen von Sportvereinen und kommerziellen Sportanbietern durchgeführt. Das Garten-, Friedhofs- und Forstamt überlässt dem Sportamt dabei die Grün- und Parkanlagen zur Durchführung. Zudem wird »Sport im Park« seit dem Jahr 2015 in Zusammenarbeit mit der Hochschule Düsseldorf (Fachbereich Sozial- und Kulturwissenschaften) evaluiert. Die Zusammenarbeit mit dem Amt für Soziales und den Düsseldorfer Zentren plus konnte bestimmte Kurse im Jahr 2019 erstmalig für Senior*innen attraktiver gestalten. Nun bekommt »Sport im Park« im Jahr 2020 ein Upgrade: Die Teilnahme ist jetzt per über die Multi-Sport-App PLAYSPORTS möglich. Damit gibt es erstmals alle Standorte, Angebote und Neuigkeiten für unterwegs. Zudem kann man sich mit anderen Teilnehmenden vernetzen und austauschen.

Prozessqualität

Die besondere Vorgehensweise bei der Planung und Umsetzung von »Sport im Park« in Düsseldorf ist es, dass das Qualitätsniveau von Jahr zu Jahr durch eine zielgruppenorientierte Weiterentwicklung ausgebaut werden soll. Deswegen ist die Teilnehmenden-Befragung die wichtigste Grundlage für die Planung. Daraus ergeben sich Ziele und Handlungsempfehlungen, die kurz- oder langfristig (z.B. Eröffnung neuer Standorte, Ausbau bzw. Konzentration bestimmter Kursangebote) umgesetzt werden. Durch die Installation der Winteredition von »Sport im Park« wurde an den Wunsch der Teilnehmenden nach einem ganzjährigen Angebot angeknüpft. Auch auf aktuelle Entwicklungen (z.B. Corona-Virus-Pandemie) wird dabei reagiert. In Zusammenarbeit mit Sportstadt.TV werden seit Mitte März Livestreams mit Online-Trainings angeboten, bei denen schon bis zu 3.500 Nutzer*innen gemeinsam zuhause trainierten.

Projektbeteiligte

- | | |
|--|---|
| Garten, Friedhofs- und Forstamt
Überlassung von Park- und Grünflächen | Amt für Soziales/zentren plus
Sport im Park für Menschen ab 55 Jahren |
| Hochschule Düsseldorf
Evaluation | PLAYSPORTS
Teilnahme und Vernetzung per Multi-Sport-App |
| Sportvereine und kommerzielle Sportanbieter
Kursleitung | Weitere Partner und Sponsoren
Finanz- und Sachmittel zur Unterstützung |

Multifunktionalität



Sport im Park



Sport im Park/Gemeinsam draußen trainieren

Quelle: © Landeshauptstadt Düsseldorf/Malte Krudewig



Sport im Park/Gemeinsam draußen trainieren

Quelle: © Landeshauptstadt Düsseldorf/Marie Buschhausen



Sport im Park/Gemeinsam draußen trainieren

Quelle: © Landeshauptstadt Düsseldorf/Marie Buschhausen



Sport im Park/Gemeinsam draußen trainieren

Quelle: © Landeshauptstadt Düsseldorf/Marie Buschhausen