

Presstext:

Ankündigung PLATZWECHSEL OBERURSEL 2024

„Platzwechsel, jetzt!“ zum 6. Mal in Oberursel

Alle Jahre wieder... Auch 2024 heißt es in den ersten drei Sommerferienwochen „Platzwechsel, jetzt!“. Bereits zum 6. Mal in Folge sorgen die **Stadt Oberursel**, der **Kultur- und Sportförderverein Oberursel e.V.**, die **mkk – meine krankenkasse** (ehemals BKK VBU) sowie **Team Gesundheit GmbH** wieder für mehr Bewegung in Oberursel. Und das mit einer großen Unterstützung der Oberurseler Vereine.

Vom **15.07. – 04.08.2024**, zum Beginn der Sommerferien wird es auch in diesem Jahr ein vielfältiges Bewegungsprogramm geben, um Menschen aller Altersgruppen zu inspirieren und zu motivieren, den Platz zu wechseln – Runter von der Couch, raus aus dem Bürostuhl und rein in die Bewegung!

Das diesjährige Programm ist so **abwechslungsreich und vielfältig wie nie zuvor**. Es richtet sich an Menschen jeden Alters und Fitnesslevels – vom schweißtreibenden Work-Out bis zu gemächlicheren Aktivitäten ist alles dabei.

Neben der **TSG Oberursel e.V.**, dem **Mountain Sports e.V.**, **TV Bommersheim e.V.**, **SC Oberursel e.V.-Triathlon** und **TV 1889 Weißkirchen e.V.**, die schon mehrere Platzwechsel mitgestaltet haben, freuen sich die Projektverantwortlichen in 2024 erstmalig über den **Billard und Dart Club Oberursel 1982 e.V.**, **Schachverein Oberursel e.V.**, **Pétanque Club Oberursel 1986 e.V.** und **1. FC 04 Oberursel e.V.** Außerdem ist nach einer kurzen Auszeit auch die **Crew vom Dirt Bike Park** wieder mit am Start. Auch die **mkk – meine Krankenkasse bringt mit erfahrenen Referent:innen** eigene Angebote ein. Insgesamt präsentieren die engagierten Sportvereine in diesem Jahr **23 verschiedene Sportangebote im Aktionszeitraum**.

Viele Angebote finden wieder draußen in der freien Natur statt, doch auch wetterunabhängige Angebote sind geplant und dies an den verschiedensten Sport- und Bewegungsstätten in und rund um Oberursel.

So warten Angebote wie, Zumba, Aikido, Freestyle Dirtjumps oder Rücken-Yoga auf Sie. Speziell für Kinder werden ein Fußballcamp und Leichtathletik unter professioneller Anleitung angeboten. Für Familien hält das diesjährige Programm Mountainbike-Touren und Eltern-Kind-Yoga bereit und Wasserratten können sich bei Aquafitness auspowern. Summerfeeling erleben Sie beim Beachvolleyball und französisches Flair gibt es im Süden von Oberursel beim Boule. In den drei Wochen kann man ebenso das Sportabzeichen ablegen und Triathlon-Training unter fachlicher Anleitung ausprobieren oder es etwas ruhiger angehen lassen beim Schach im Freien, Dart und Billard. Frühausteher:innen können mit Walken, Earlybird Yoga oder Aktiv-Body Wellness in den Tag starten. Verschiedene Onlineangebote zum Thema Resilienz oder Mental Training & Atmung können von zu Hause genossen werden. Waldbaden und Resilienztraining finden in der Natur im Taunus statt.

Nehmen Sie sich Zeit für sich und Platzwechsel jetzt!

Wie in den Vorjahren sind **alle Angebote für die Teilnehmenden kostenfrei**, lediglich eine **einmalige Registrierung und anschließende Anmeldung** zum Angebot **über die**

Website www.platzwechsel.jetzt/oberursel sind erforderlich. Auf der Projektwebsite sind ab Mitte Juni 2024 auch alle weiteren Infos zu den einzelnen Angeboten zu finden. Grundsätzlich gilt: Alle können mitmachen!

Die Vereine und alle Projektverantwortlichen freuen sich auf zahlreiche bewegungsfreudige Oberurseler und Oberurselerinnen.

2851 Zeichen

Website: www.platzwechsel.jetzt/oberursel



Facebook: Platzwechsel – Bewege dein Leben in Oberursel



Instagram: platzwechsel_jetzt