

Pressemitteilung

Köln, 08. September 2022

Sportlich trotz heißer Temperaturen: Ein erfolgreicher Kölle-aktiv-Sommer ist vorbei

Kölle aktiv hat die ganze Stadt auch in diesem Sommer wieder so richtig zum Schwitzen gebracht – mit etwas Hilfe vom Wetter. Obwohl die Temperaturen in der Domstadt in den letzten Monaten häufig über der 30-Grad-Marke lagen, gab es über 9.000 Teilnahmen an den Sportkursen von Kölle aktiv! Damit verzeichnet die Initiative, die bereits den vierten Sommer in Folge kostenlose Sportangebote bereithält, noch mehr Teilnahmen als in den Jahren zuvor. Am 1. September wurde der erfolgreiche Sportsommer im Rahmen eines Abschluss-Events gebührend verabschiedet.

Über 80 Sportfans kamen am Donnerstagabend auf der Jahnwiese zusammen, um sich ein letztes Mal für jeweils eine Viertelstunde in drei beliebten Kölle-aktiv-Kursen auszuprobieren. Wie immer konnten Personen jeden Alters und Fitnesslevels, mit oder ohne Behinderung ohne Anmeldung an dem Angebot teilnehmen. Auch die Boxerin Nadine Apetz stattete der Veranstaltung einen Besuch ab.

Bei strahlendem Sonnenschein wärmten sich die Sportbegeisterten zunächst mit Musik auf. Anschließend trainierten sie bei klassischen Fitnessübungen ihre Kraft. Und bei einer kurzen Yoga-Session konnten sie entspannen und die eigene Balance üben. Angeleitet wurden die Kurse von professionellen Trainern und Trainerinnen aus Kölner Sportvereinen. Nach dem Sport ließ man den Abend bei kühlen Getränken, Snacks und angenehmen Gesprächen gemeinsam ausklingen.

Dieses Jahr fanden die Kurse von Kölle aktiv ab dem 1. Juni statt. Die Initiative des StadtSportbundes Köln und des Sportamtes der Stadt Köln veranstaltete in den drei Sommermonaten bis einschließlich August wöchentlich 62 Kurse auf Grünflächen im gesamten Kölner Stadtgebiet. Alle Kurse waren gratis und für alle zugänglich. 35 Vereine sowie deren Trainerinnen und Trainer unterstützten die Initiative und ermöglichten die Sportkurse mit ihrem Engagement. Das Angebot an Sportarten war wie bereits in den vergangenen Jahren vielfältig: Von Qigong über Walking bis hin zu Zumba hatte der Kölner Sportsommer vieles zu bieten. Zweimal war Kölle aktiv sogar mit Kursen auf dem Neumarkt vertreten. Und an einem Fitnesscontainer konnten Interessierte sich draußen im Functional Training üben.

Ansprechpartner:

Peter Pfeifer
Vorsitzender SSBK
pfeifer@stadtsportbund-koeln.de

Helmut Schaefer
Vorsitzender der Sportjugend Köln
schaefer@sportjugend-koeln.de

Bildmaterial:



Über 80 Sportfans besuchten das Abschluss-Event von Kölle aktiv dieses Jahr.



Unter anderem konnten die Teilnehmenden Yoga ausprobieren.



Auch Fitnessübungen standen beim Abschluss-Event auf dem Programm