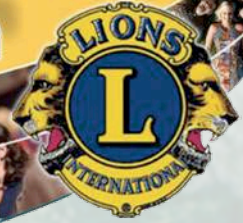


www.Lions-Ruesselsheim-Cosmopolitan.de

Lions Club Rüsselsheim
Cosmopolitan



Lions
Club
Rüsselsheim
Cosmopolitan



Rüsselsheim bewegt sich!

Unter diesem Motto möchte der Förderverein des Lions Club Rüsselsheim Cosmopolitan e.V. einen Bewegungsparcours am Horchlachgraben realisieren. Helfen Sie mit!





Herr Dr. Paul Reuter
Präsident 2015/16

Unter dem Motto „Rüsselsheim bewegt sich“ möchte der Förderverein des Lions Club Rüsselsheim Cosmopolitan e.V. einen Bewegungsparcours am Horlachgraben realisieren.

Rüsselsheim hat für sport- und naturbegeisterte Bürger viele schöne Flächen. Gerade der Horlachgraben wird von Läufern und Spaziergängern geschätzt. Zur weiteren Aufwertung dieses Bereiches und als Ansporn für die Rüsselsheimer Bürger ist im Club die Idee entstanden, den Bewegungsparcours zu bauen. Er wird einer breiten Nutzergruppe die Möglichkeit eröffnen, sich an speziellen Geräten zu bewegen. Nach sportwissenschaftlichen Erkenntnissen geplant, entstehen zwei Bewegungsinselformen. Die Geräte in den Inseln unterscheiden sich deutlich von den aus den 1980er Jahren bekannten Trimm-Dich-Pfaden. Die Strecke zwischen den bei-

den Inseln wird beschildert, um Läufern Intervall- und Sprintübungen zu ermöglichen. Deshalb wurde als Standort der Horlachgraben – zwischen dem Parkplatz Waldweg und der Haßlocher Feuerwehr – ins Auge gefasst. Er bietet mehrere Vorteile. Bereits heute wird dieser Weg gerne von Spaziergängern und Joggern genutzt und der Weg ist Abends gut beleuchtet.

Machen Sie mit, werden sie ein Teil davon und unterstützen Sie den Bewegungsparcours durch Ihre Spende. Alle Details finden Sie in dieser Broschüre.





Das Konzept

Sich fit zu halten sollte so selbstverständlich sein wie essen und trinken und muss Spaß machen.



Deshalb wird der Bewegungsparcours ganz nahe am Menschen sein. Nicht mehr tief im Wald wird heute trainiert, son-



Bewegungsangebot für eine große Zielgruppe, wie zum Beispiel: Kinder, Jugendliche, Erwachsene / Senioren, Sportler, Bewegungsbegeisterte, sowie auch Schulklassen, Spaziergänger, Radfahrer, Familien etc.

dern sozusagen in der Stadt. Aufgeteilt in Module zur Verbesserung von Koordination, Kraft, Beweglichkeit sowie zur Mobilisation und Regeneration bietet der Parcours ein attraktives Bewegungsprogramm für eine breite Nutzergruppe.

Ziele des Projekts

Einrichtung eines sozialen Treffpunktes – Bewegungs- und Begegnungsplatzes, geeignet für einzelne Benutzer aber auch für Gruppen. Nachhaltig im Sinne der Nutzung und Langlebigkeit der Geräte





Der Parcours

Zwei Bewegungsinseln verbunden durch eine ausgemessene und beschilderte Laufstrecke



**Kraft
und Ausdauer**

Laufstrecke

edhof





**Dehnen
und Koordination**




**Lions
Club
Rüsselsheim**
Cosmopolitan



Ihre Beteiligungsmöglichkeiten

Beteiligung sowohl in 2016 und 2017 möglich. Spendenbescheinigung oder Rechnungsstellung möglich. Geld oder Sachleistungen möglich.

Platinum - Betrag zwischen 2500 bis 5000 EUR

Finanzierung eines einzelnen Gerätes. Nennung des Sponsors auf der Tafel am Gerät und beiden Tafel am Eingang, Homepage und Presse und eine persönliche Urkunde zum Aushang.

Gold - 1000 bis 2499 EUR

Beteiligung an einem einzelnen Gerät. Nennung des Sponsors auf der Tafel am Gerät und beiden Tafel am Eingang, Homepage und eine persönliche Urkunde zum Aushang.

Silber - 100 bis 999 EUR

Beteiligung am Gesamtprojekt. Nennung auf den beiden Tafel an den Eingängen, Homepage.

Bronze - Beträge unter 100 EUR

Beteiligung am Gesamtprojekt. Nennung auf der Lions Homepage.





Spenden Sie jetzt!

Platinum und Goldsponsoren bitten wir um Kontaktaufnahme mit der beiliegenden Karte oder per E-Mail unter:

info@Lions-Ruesselsheim-Cosmopolitan.de

Bitte überweisen Sie Ihren Spendenbetrag auf unser Konto bei der Rüsselsheimer Volksbank und vermerken Sie unbedingt die Anschrift für die Spendenquittung auf der Überweisung:

Förderverein Lions Club Rüsselsheim Cosmopolitan

Verwendungszweck: „**Bewegungsparcours**“

IBAN: DE 36 500 930 00 00 218 916 06

Ja, ich möchte den Bewegungsparcours unterstützen!

Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

Telefon: _____

Bitte senden Sie mir Informationen per E-Mail an: _____

Lions-Ruesselsheim-Cosmopolitan.de

Bitte
ausreichend
frankieren

ANTWORT

Förderverein Lions Club
Rüsselsheim Cosmopolitan e.V.

Günther Hansel
Nahestraße 32
65428 Rüsselsheim



www.Lions-Ruesselsheim-Cosmopolitan.de

Lions Club Rüsselsheim Cosmopolitan



Lions
Club
Rüsselsheim
Cosmopolitan



Bewegungsparcours Horlachgraben



**Machen Sie
mit und
spenden Sie
jetzt!**

Kontakt

Förderverein Lions Club
Rüsselsheim Cosmopolitan e.V.

Günther Hansel
Nahestraße 32
65428 Rüsselsheim

