



## PRESSEMITTEILUNG

### HESSEN PARK ERÖFFNET TRIMM-DICH-PFAD

**Ab dem 8. Juli zieht der Zeitgeist der 1970er-Jahre ins Freilichtmuseum ein.**

Neu-Anspach, den 26. Juni 2017. Der Begriff Trimm-dich-Pfad wurde vom Duden als eines der Wörter der Jahrzehnte benannt, die stellvertretend für den Zeitgeist der 1970er-Jahre stehen. 1973 fand die Wortschöpfung erstmals Eingang in den deutschen Rechtschreibduden. Der Trimm-dich-Pfad bezeichnet nicht nur Freizeit-Sportanlagen auf Waldpfaden oder in Parks, sondern steht auch stellvertretend für die Trimm-Dich-Kampagne des ehemaligen Deutschen Sportbunds (DSB), welche 1970 ins Leben gerufen wurde. Diese zielte darauf ab, den Breitensport zu fördern und die mangelnde Bewegung der Deutschen im Alltag auszugleichen. Sport für alle unabhängig von Alter, Geschlecht und Fitnessstand – das war das Ziel des Aufrufs. Im Zuge dieser Bestrebungen entstanden Hunderte sogenannter Trimm-dich-Pfade in Deutschland, viele davon auch in Hessen. Die öffentlich zugänglichen Geräteanlagen erreichten einen enormen Bekanntheitsgrad, sodass noch heute viele Menschen aus eigener Erfahrung von deren Nutzung aus Kindertagen berichten können.

Das Freilichtmuseum Hessenpark holt nun die Erinnerung an die sportlichen Outdoor-Aktivitäten in die Gegenwart. Anhand von originalen Bauvorlagen des Deutschen Sportbunds aus dem Jahr 1973 ist in der Baugruppe Rhein-Main ein Trimm-dich-Pfad entstanden. Der als Rundweg angelegte Pfad besteht aus zehn von den Handwerkern des Museums gefertigten Gerätestationen aus Robinienholz. Insgesamt lassen sich hier 14 Übungen durchführen. Anleitungen zur Übungsausführung geben Tafeln an den jeweiligen Stationen, erarbeitet in Zusammenarbeit mit der Abteilung Sportmedizin des Instituts für Sportwissenschaften der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt. Um die Trimm-

**Kontakt:** Pia Preuß

**Telefon:** (06081) 588-124, **Fax:** (06081) 588-160, **E-Mail:** [pia.preuss@hessenpark.de](mailto:pia.preuss@hessenpark.de)

Freilichtmuseum Hessenpark GmbH, Laubweg 5, 61267 Neu-Anspach

Geräte aus heutiger Sicht nutzbar zu machen, mussten dabei historische Vorgaben in Einklang mit aktuellen sicherheitstechnischen Anforderungen und sportmedizinischen Erkenntnissen gebracht werden. Ergänzt wird der Geräteparcours durch die Trimm-Bahn, eine Laufstrecke, die sich durch teilweise verdeckte Pfade in der Baugruppe Rhein-Main zieht.

Die Eröffnung des Trimm-dich-Pfads wird am 8. Juli um 12 Uhr gefeiert. Von 13 bis 15 Uhr stehen für alle sportbegeisterten Besucher angeleitete Trainingseinheiten durch das Institut für Sportwissenschaften der Goethe-Universität Frankfurt auf dem Programm. Nach dem Eröffnungstag kann der neu errichtete Trimm-dich-Pfad anhand der Erläuterungen an den Stationsschildern eigenständig, je nach den eigenen körperlichen Möglichkeiten, absolviert werden. Wer sich lieber in der Gruppe, angeleitet von zertifizierten Übungsleitern, trimmen möchte, darf sich auf Gruppenangebote und offene Trimm-Treffs freuen.

Der Aufbau des Trimm-dich-Pfads wurde von der Taunus Sparkasse, dem Förderkreis Freilichtmuseum Hessenpark e.V. und dem Deutschen Olympischen Sport Bund (DOSB) gefördert. Der Hessenpark greift mit der Installation die sozial-gesellschaftlichen Entwicklungen der 1970er-Jahre auf und erweitert das Museum um eine neue dauerhafte Präsentation. In einer zweiten Projektphase wird bis zum Frühjahr 2018 vor Ort in der Baugruppe Rhein-Main ein Ausstellungsmodul zur Geschichte der Trimm-dich-Bewegung entstehen. Zeugnisse in Schrift und Bild geben dann Einblicke in die Geschichte der Breitensportbewegung von den 1970er- bis 1990er-Jahren.

### **Eröffnung des Trimm-dich-Pfads**

**8. Juli 2017, 12 Uhr**

**Ort: hinter der Hofanlage aus Anspach, Baugruppe Rhein-Main**

**13 bis 15 Uhr: Praktische Übungseinheiten an den Trimm-Geräten unter Anleitung von Sportwissenschaftlerinnen der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt**

**Kontakt:** Pia Preuß

**Telefon:** (06081) 588-124, **Fax:** (06081) 588-160, **E-Mail:** [pia.preuss@hessenpark.de](mailto:pia.preuss@hessenpark.de)  
Freilichtmuseum Hessenpark GmbH, Laubweg 5, 61267 Neu-Anspach