

Von Sen Fi bis Piloxing

Sport-Mini-Kongress in Eckernförde:
100 Sportfans testen Workouts
aus verschiedenen Kulturen

ECKERNFÖRDE An einem Nachmittag verschiedene neue und unkonventionelle Sportangebote ausprobieren – von dieser Möglichkeit machten gut 100 Übungsleiter und Sportinteressierte beim Sport-Mini-Kongress Gebrauch.

Seit 28 Jahren organisiert der Kreissportverband (KSV) Rendsburg-Eckernförde die Veranstaltung in den Sporthallen des Schulzentrums Süd in Eckernförde. Ob Piloxing, eine bewegungsintensive Mischung aus Boxen und Pilates, oder Sen Fi, ein fernöstlich inspiriertes Workout im Dreivierteltakt: Es gab für die Teilnehmer viel Neues zu entdecken.

„Bei uns im Verein werden keine Smovey-Kurse angeboten. Und so habe ich mich gefreut, es hier mal ausprobieren zu können.“

Birthe Ach
Übungsleiterin beim TSV Kronshagen

Großen Zuspruch erfuhren die Kurse von Gesa Assmann mit dem sogenannten Smovey, einem Schwingring-System zur Stabilisierung des Rumpfes. Teilnehmerin Birthe Ach zeigte sich begeistert: „Bei uns im Verein werden keine Smovey-Kurse angeboten und so habe ich mich gefreut, es hier mal ausprobieren zu kön-

nen.“ Seit 15 Jahren besucht Birthe Ach jeden Sport-Mini-Kongress und hat auf diese Weise schon viele neue Sportarten kennengelernt. Wer es wirklich anstrengend haben wollte, konnte sich beim Powerzirkel mit versteckten Kraftanteilen von Birgit Sommerfeld auspowern.

Jiu Jitsu stärkt das Selbstvertrauen

Und wer etwas zum Thema Selbstverteidigung lernen wollte, war im Workshop von Gerhard Rodigast goldrichtig. Der Jiu-Jitsu-Lehrer zeigte, wie man sich gegen Angriffe körperlich effektiv wehren kann und schulte im frühzeitigen Erkennen von Gefahren. „Gleichzeitig stärken die Übungen das Selbstvertrauen und unterstützen ein selbstbewusstes Auftreten“, betonte Rodigast.

Auch gut für das Selbstbewusstsein ist eine stabile und aufrechte Körperhaltung. In drei unterschiedlichen Kursen informierte die Sportexpertin Anke Fuchs hierzu theoretisch und praktisch über das Körpertraining Antara.

Zahlreiche weitere Möglichkeiten, alle für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, rundeten das Angebot des Sportkongresses ab. Das Vorstandsteam des KSV Rendsburg-Eckernförde freute sich über so viele sportbegeisterte Teilnehmer und die gute Stimmung. *bsi*



Stabilisierung des Rumpfes mit dem „Smovey“-Ring: Seit 15 Jahren besucht Birthe Ach (vorne) jedes Jahr den Sport-Mini-Kongress und genießt es, neue Sportarten zu testen. Foto: Anja Hasler



Im Neubaugebiet „Am Heideteich“ in Owschlag entstehen eine Seniorenwohnanlage und 90 weitere Wohnhäuser. Foto: Anja Hasler

Volle Punktzahl beim Wohnungsbau

Modellprojekt im Amt Hüttener Berge geht besser als geplant voran

Jan Melchior Bonacker

Die Gemeinden im Amt Hüttener Berge, vornehmlich die beiden Schwerpunkorte Groß Wittensee und Owschlag, verfolgen eine gemeinsame Strategie, um mehr Wohnraum zu schaffen. Dazu haben sich die Gemeinden 2020 mehrere Strukturziele gesetzt, die es zu beachten gilt. Welche das sind und wie es damit vorangeht, erläuterte Amtsdirektor Andreas Betz dem Amtsausschuss am Montagabend in einem Sachstandsbericht.

341 neue Wohneinheiten im Amtsgebiet

Hauptsächlich geht es, so Betz, um Wohnraum für ältere Menschen: „Wir haben sehr viele Senioren, die sich bei uns ansiedeln oder die langfristig hier bleiben wollen.“ Entsprechend werden seniorengerechte Wohneinheiten in den Blick genommen – etwa Bungalows. Auch soll es mehr kleine Wohnungen und bezahlbaren Wohnraum geben. Dritter Aspekt der Zielsetzung war 2020, weniger Bodenfläche im Außenbereich der Gemeinden für den Wohnungsbau zu beanspruchen.

Teilnehmer der Vereinbarung sind alle Gemeinden im Amtsgebiet, mit Ausnahme

von Borgstedt, das sich seinerseits an der Stadt Rendsburg orientiert. In den übrigen Orten sind seit Beginn des sogenannten „Modellprojekts wohnbauliche Entwicklung“ im Jahr 2020 insgesamt 341 neue Wohneinheiten gebaut worden.

Um die ursprüngliche Zielsetzung zu realisieren, hatte das Amt seinerzeit fünf Strukturziele formuliert:

- Mindestens 30 Prozent der Wohneinheiten sollen in Mehrfamilienhäusern umgesetzt werden.
- Mindestens 45 Prozent entweder in Mehrfamilienhäusern oder in anderen seniorengerechten Bauformen (ohne Pflegeheime).
- Mindestens 20 Wohneinheiten als geförderter oder vertraglich vereinbarter preisgünstiger Wohnraum.
- Mindestens 40 Prozent der Wohneinheiten sollen in den beiden Siedlungsschwerpunkten Owschlag und Groß Wittensee entstehen.
- Die zusätzliche Nettobaufläche für jede fertiggestellte Wohnung soll im Schnitt nicht höher als 450 Quadratmeter sein. Betz stellte in der Sitzung des Amtsausschusses diese konkreten Ziele in den Mittelpunkt seines Sachstandsberichts: „Lassen wir mal die Katze aus dem Sack: Wir haben alle Kriterien erfüllt“, sagte der Amtsdirektor einleitend.



Amtsdirektor Andreas Betz präsentierte dem Amtsausschuss Hüttener Berge den aktuellen Stand zur wohnbaulichen Entwicklung.

Foto: Jan Melchior Bonacker

davon der deutlich überwiegende Teil in Owschlag.

• Für die neuen Wohneinheiten wurde eine Nettobaufläche von 30880 Quadratmetern verwendet, was eine durchschnittliche Nettobaufläche pro Wohneinheit von knapp 91 Quadratmetern bedeutet – höchstens 450 Quadratmeter waren angepeilt.

Ausschuss ist positiv überrascht

Gerade in Hinblick auf das letzte Ziel gab es im Amtsausschuss einige hochgezogene Augenbrauen, so deutlich schnitt das Amt besser ab als geplant: „Es sind ja noch nicht alle Bauvorhaben abgeschlossen, ich schätze, da werden wir irgendwo bei 200 Quadratmetern pro Wohneinheit rauskommen“, prognostizierte Betz – was immer noch weniger als die Hälfte des Maximalwerts wäre.

Bis zum 31. Dezember 2025 läuft das Modellprojekt noch weiter, schon Ende 2024 steht jedoch die finale Evaluation an. Nach dem aktuellen Stand werden jedoch alle Strukturziele erreicht, was Betz positiv stimmt: „Wir haben damit auch der Landespolitik bewiesen, dass wir vor Ort auch denken können“, schloss er mit einem kleinen Seitenhieb gen Kiel.

Die Ergebnisse:

- Von den 341 neuen Wohneinheiten sind 150 in Mehrfamilienhäusern umgesetzt, also ein Anteil von 44 Prozent (Soll: 30 Prozent).
- Weitere 44 Wohneinheiten sind anderweitig seniorengerecht umgesetzt – zusammen mit den Mehrfamilienhäusern ein Anteil von 57 Prozent (Soll: 45 Prozent).
- 38 Wohneinheiten zählen zum vereinbarten günstigen Wohnraum (Soll: 20 Wohneinheiten).
- 200 von 341, also 59 Prozent der Wohneinheiten, sind in den Siedlungsschwerpunkten Owschlag und Groß Wittensee entstanden (Soll: 40 Prozent),

Glasfaser kommt.
Von uns!

