

Dokumentation

## **Bürgerbeteiligung Calisthenics-Anlage Kinderspielplatz „Dschungel am Stadtweiher“**

Maßnahme B5/ B7 des Integrierten Handlungskonzeptes (InHK) Sandheide

Städtebauförderung „Sozialer Zusammenhalt“

Treffpunkt: Bolzplatz Grünzug Am Stadtweiher in Hochdahl

08. Mai 2021



## Impressum



### **Stadt Erkrath**

Der Bürgermeister  
Fachbereich Tiefbau · Straße · Grün  
Abteilung Grün  
Schimmelbuschstraße 11-13  
40699 Erkrath



### **ST-FREIRAUM**

#### **Landschaftsarchitekten**

Dammstraße 21  
47119 Duisburg-Ruhrort  
Tel.: 0203-420053/54  
Fax: 0203-420041  
E-Mail: [info@st-freiraum.de](mailto:info@st-freiraum.de)

*Duisburg, Mai 2021*

## Ablauf der Beteiligung

1. Einleitung
2. Schriftliche Eingaben im Vorfeld des Ortstermins
3. Schriftliche Eingaben im Nachgang des Ortstermins
4. Vorstellung der Planung
5. Diskussion
6. Zusammenfassung
7. Weiterer Projektablauf

### 1. Einleitung

Im Rahmen des Integrierten Handlungskonzeptes (InHK) Sandheide wird die Maßnahme B5/ B7 Kinderspielplatz „Dschungel am Stadweiher“ einschließlich Calisthenics-Anlage als Bewegungs-/Fitnessangebot realisiert. Mit digitaler Einladung zum Beteiligungsprozess erhielten die verschiedenen AkteurInnen zwei Entwurfsvarianten zum Bewegungs-/Fitnessangebot zur Information und konnten sich im Vorfeld schriftlich äußern. Am Tag der Städtebauförderung am 08. Mai 2021 fand der Beteiligungsprozess zur Calisthenics-Anlage vor Ort statt. Als Expertengremium wurden Teilnehmende aus den Bereichen Jugendzentrum TSV Hochdahl, AWO-Treff Hochdahl, Behindertenbeauftragte sowie Seniorenbeirat der Stadt Erkrath und ein sachkundiger Bürger in den Beteiligungsprozess einbezogen. Der Vorsitzende des Jugendrats der Stadt Erkrath, das Team des Jugendcafés am Skatepark und des Cube von füreinander e.V. wurden eingeladen, konnten der Einladung aber aus zeitlichen Gründen nicht folgen.

### 2. Schriftliche Eingaben im Vorfeld des Ortstermins

Durch die Möglichkeit der schriftlichen Eingabe im Vorfeld des Ortstermins konnten die AkteurInnen sich ebenfalls in den Beteiligungsprozess einbringen. Nachfolgend sind die zugesendeten Aussagen in Stichpunkten zusammengefasst.

#### *Sachkundiger Bürger*

*Mitteilung per Mail an die Stadt Erkrath: Freitag, 23. April 2021*

- Variante 2 wird favorisiert.
- Es fehlt ein Dipbarren.
- Es ist kein Schlingentrainer erforderlich.
- Das Balancierbrett und Twist-/Flexrad sind keine typischen Calisthenics-Geräte.

#### *Team vom Jugendcafé am Skatepark*

*Mitteilung per Mail an die Stadt Erkrath: Mittwoch, 28. April 2021*

- Variante 1 wird favorisiert.
- Die Dipbank gegen ein Balancierbrett auszutauschen ist eine interessante Option.
- Ein weiterer Vorschlag ist die Anbringung einer Slackline.

*Cube/füreinander e. V.*

*Mitteilung per Mail an die Stadt Erkrath: Montag, 3. Mai 2021*

- Variante 1 wird aufgrund der Vielfältigkeit favorisiert.

### **3. Schriftliche Eingaben im Nachgang des Ortstermins**

Folgende schriftliche Eingabe wurde im Nachgang des Ortstermins eingereicht:

*Vorsitzender des Jugendrats*

*Mitteilung per Mail an die Stadt Erkrath: Donnerstag, 13. Mai 2021*

- Die Kombi 5 der Variante 2 hat das beste Allrounder-Konzept.
- Das Trainingsumfeld kann, unter Berücksichtigung der von den älteren Beteiligten angebrachten Punkte, zu einem generationenübergreifenden Trainingsort werden.

### **4. Vorstellung der Planung**

ST-Freiraum präsentiert den Anwesenden die Entwurfsplanung des Spielplatzes als Ganzes, zwei Entwurfsvarianten für den Bereich der Calisthenics-Anlage sowie zwei weitere Angebote „Stay Fit“, die seitens der Stadt Erkrath eingebracht wurden. Die Varianten bieten vielfältige Übungsmöglichkeiten in verschiedenen Schwierigkeitsstufen. Mit den „Stay Fit“-Angeboten gibt es die Möglichkeit, grundlegende Fähigkeiten zu trainieren.



Die Teilnehmenden werden gebeten ihre Anregungen, Einwände und Ideen zu den folgenden Themen einzubringen.

#### Calisthenics-Anlage Variante 1

Diese Variante umfasst folgende Bewegungs- und Fitnessangebote:

- Schlingentrainer - zeitgleich können Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Rumpfstabilität trainiert und verbessert werden, dies unabhängig vom Fitnessniveau des Nutzenden. Der Schlingentrainer ist besonders vielseitig, es sind 49 verschiedene Übungen möglich.
- Kombi 3 - die Hangelstrecke ist breit und hoch ausgelegt, somit kann sich jeder frei bewegen. Sie bietet alle wesentlichen Trainingsgeräte und ist zudem durch den unendlichen Bewegungsspielraum für Parkour geeignet. Die Klimmzugstange hat einen Durchmesser von 32 mm und bietet einen guten Halt.
- Dipbank - für Übungen zur Stärkung der Brust-, Schulter- und Armmuskulatur.

- Sit-up-Bank - für Übungen zur Stärkung der Rumpf- und Rückenmuskeln wie Leg Lifts und Sit-ups. Die Griffstange ermöglicht, dass der Nutzende die Übungen korrekt ausführen kann. Eine strapazierfähige Oberfläche bietet Halt, somit ist die Nutzung der Fläche für verschiedene Stepp- und Sprungübungen möglich.
- Bodengrafiken für Stepp- und Sprungübungen sowie Gleichgewichtsübungen.

### Calisthenics-Anlage Variante 2

Diese Variante umfasst folgende Bewegungs- und Fitnessangebote:

- Kombi 5 - mit 10 verschiedenen Trainingsstationen für Street Work-out und Calisthenics-Training beinhaltet auch die Sit-up-Bank - für Übungen zur Stärkung der Rumpf- und Rückenmuskeln. Die 138 cm breiten Stangen bieten Platz für dynamische Übungen und ermöglichen den Nutzenden, nebeneinander Klimmzüge zu machen.
- Dipbank - für Übungen zur Stärkung der Brust-, Schulter- und Armmuskulatur.
- Stepper in verschiedenen Höhen bieten vielfältigste Trainingsmöglichkeiten. Einfaches Auf- und Absteigen bis zu plyometrischen Sprüngen (Schnellkrafttraining) sind möglich und trainieren sowohl das Herz-Kreislauf-System als auch die Muskulatur.
- Bodengrafiken für Stepp- und Sprungübungen sowie Gleichgewichtsübungen.

### „Stay Fit“ – Angebote

- Balancebrett – erzeugt instabile Oberflächen. Es bietet die Möglichkeit, Gleichgewicht, Koordination und Wahrnehmung zu trainieren.
- Twist & Flexrad - für Nutzende aller Fähigkeitsstufen. Es dient zum Erhalt der Mobilität und Verbesserung des Bewegungsumfangs des Oberkörpers/ Körpermitte. Es können Übungen aus verschiedenen Positionen durchgeführt werden.

### Fallschutz

Für beide Varianten ist ein fugenlos eingebrachtes EPDM-Granulat vorgesehen, auf welches die Bodengrafiken für Stepp- und Sprungübungen sowie Gleichgewichtsübungen aufgetragen werden. Der Boden lässt sich gut reinigen, hat sehr gute dämpfende Eigenschaften und bietet die Möglichkeit, besonders gelenkschonend zu trainieren.

## **5. Diskussion**

Die Teilnehmenden nehmen die Möglichkeit der inhaltlichen Ergänzung und Diskussion zu den vorgestellten Varianten intensiv wahr. Anregungen und Ideen zu den zwei Varianten werden auf grünen Ideenkarten notiert und auf der Präsentationswand festgehalten:

- falls möglich gebundener Belag
- falls Markierungen möglich: Meterabstände
- Dipbarren
- Balancebrett + Flexrad zusätzlich integriert
- Schlingentrainer sollte kommen

In der Diskussion mit den Teilnehmenden stellt sich heraus, dass Variante 1 favorisiert wird, da mit dem Schlingentrainer auch ein niederschwelliges, barrierefreies und rollstuhlfähiges Angebot vorhanden ist. Der teilnehmende sachkundige Bürger vertritt die Ansicht, Nutzende könnten sich ihre eigenen Flexbänder mitbringen, um die Übungen des Schlingentrainers an der Stangen-Kombi durchzuführen. Der Einwand wurde diskutiert, jedoch halten die meisten den Schlingentrainer im Ergebnis für sinnvoll.

Des Weiteren kam die Anregung, die Dip-Bank gegen den Barren zu tauschen und als Bodengrafiken Markierungen in Meterabständen vorzusehen.

Die „Stay Fit“ - Angebote für ältere Nutzende finden die meisten Teilnehmenden positiv. Der teilnehmende sachkundige Bürger gibt zu bedenken, dass diese Angebote nicht der Zielgruppe der Nutzenden von Calisthenics-Anlagen entsprechen, die Nutzung unter Anleitung erfolgen sollte und diese Geräte für Vandalismus anfälliger sind.

Als Fallschutzmaterial wird das fugenlose EPDM-Granulat befürwortet.

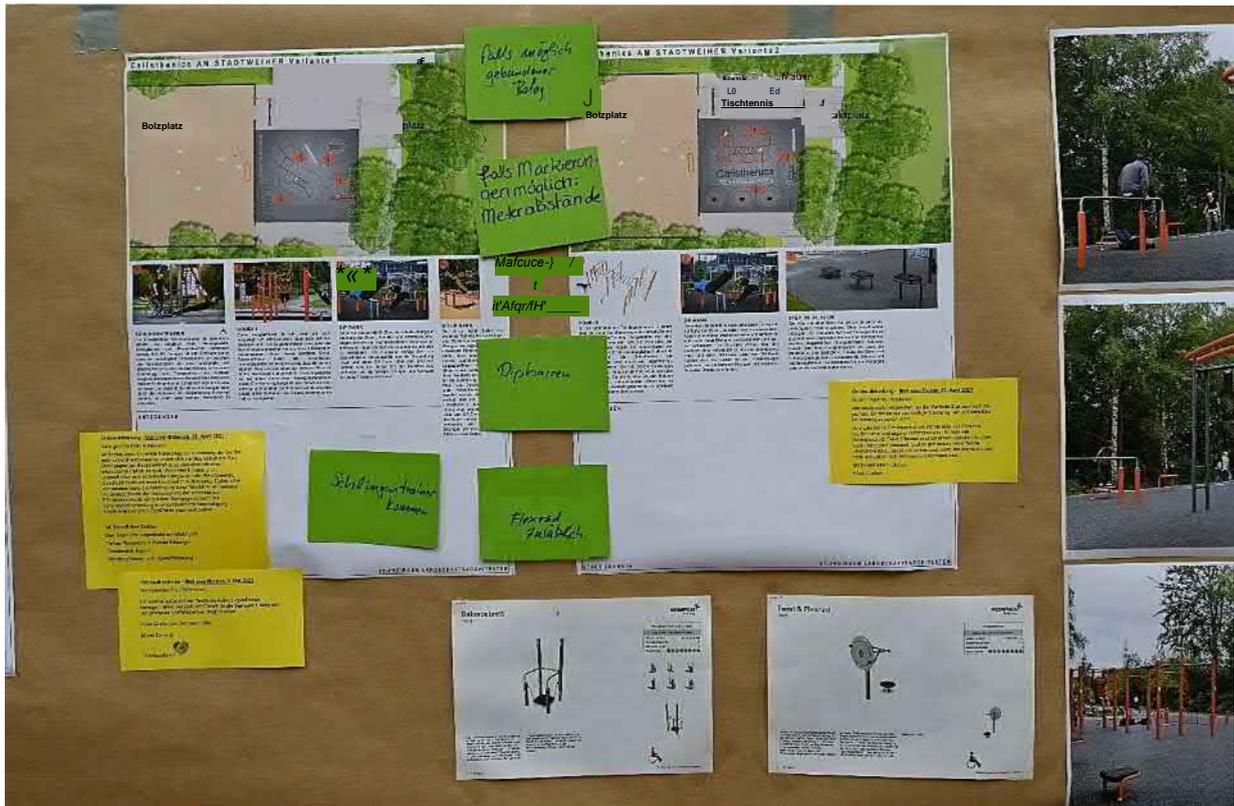
Bei einigen Teilnehmenden besteht der Wunsch, die seitlich an der Calisthenics-Anlage platzierten Tischtennisplatten an einem anderen Ort aufzustellen und stattdessen seitlich der Calisthenics-Anlage die „Stay Fit“ - Angebote vorzusehen.



#### 4. Zusammenfassung

Die meisten Teilnehmenden des Vor-Ort-Termins am 08.05.2021 favorisieren Variante 1, ergänzt durch die Angebote „Stay Fit“, einem Barren statt der Dip-Bank und einen Belag aus fugenlosem EPDM-Granulat mit Markierungen in Meterabständen. Der teilnehmende sachkundige Bürger findet das Angebot der favorisierten Variante 1, ergänzt mit einem Barren statt der Dip-Bank ebenfalls gut nutzbar. Im Nachgang zum Beteiligungstermin vor Ort sprach sich der Vorsitzende des Jugendrats ebenfalls für die Variante 1 aus. Generell wünschen sich die Beteiligten eine Calisthenics-Anlage, die von allen generationsübergreifend nutzbar ist.

Calisthenics



## 5. Weiterer Projektablauf

Der Beteiligungsprozess für das Sport-/Fitnessangebot „Calisthenics-Anlage“ ist abgeschlossen. Die Anregungen werden nach Abstimmung mit der Verwaltung in den Entwurf eingearbeitet, und anschließend wird die Genehmigungsplanung erstellt.

### Anlagen:

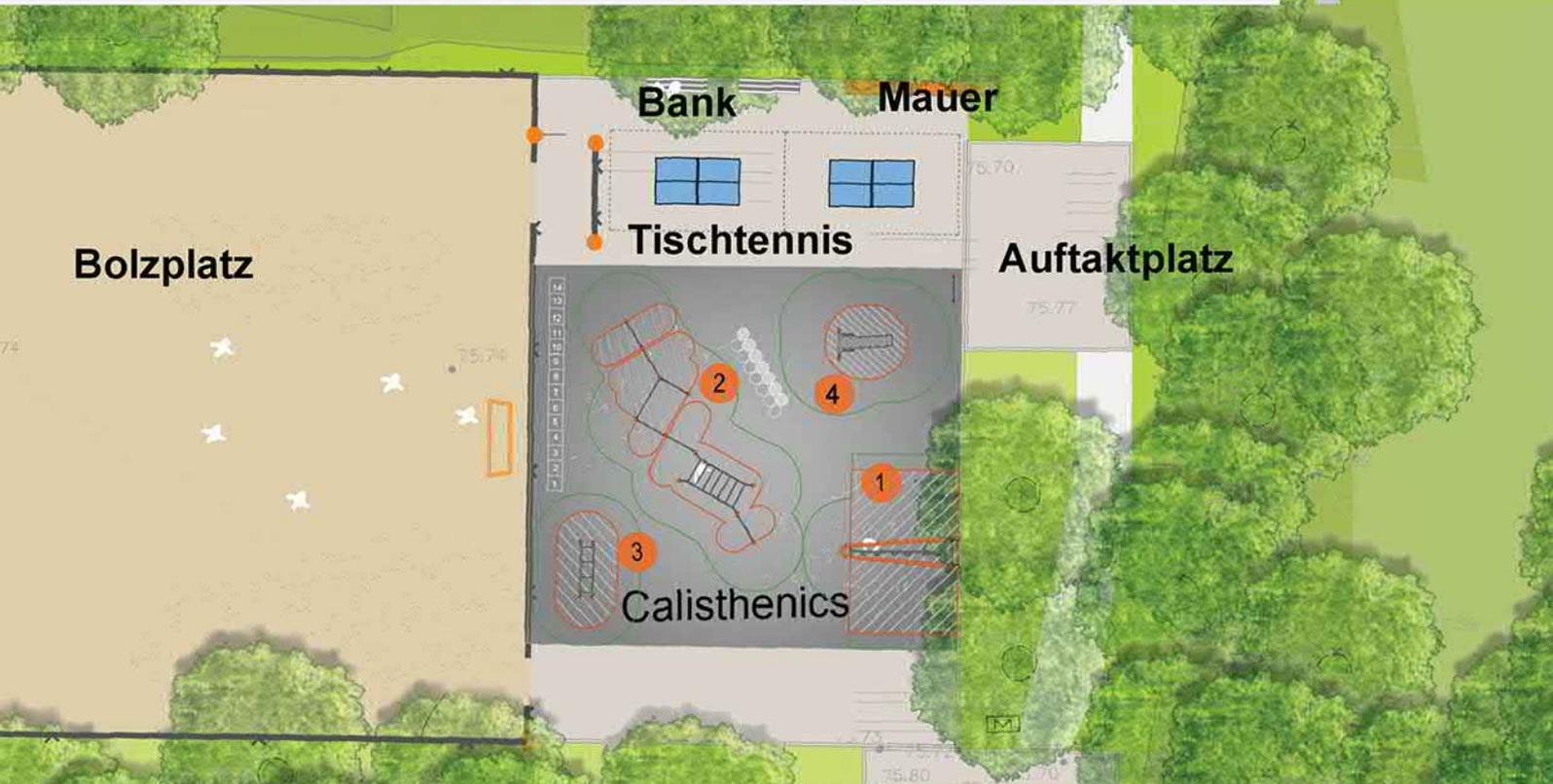
Entwurfsplanung Calisthenics-Anlage Variante 1

Entwurfsplanung Calisthenics-Anlage Variante 2

Herstellerbeschreibung der „Stay Fit“ Geräte Balancebrett und Twist & Flexrad

Anwesenheitsliste zur Beteiligung am 08.05.2021

Fotos: ST-Freiraum



**SCHLINGENTRAINER**

Die Fitnessanlage Schlingentrainer ist besonders effektiv, da zeitgleich Kraft, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Rumpfstabilität verbessert werden. Mit 49 Übungen ist der Schlingentrainer eines der vielseitigsten Fitnessgeräte, mit welchem alle Muskelgruppen auf eine funktionelle und effektive Weise trainiert werden können, vollkommen unabhängig vom Fitnessniveau des Nutzers. Aufgrund des anpassbaren Widerstandes kann jeder mit dem Schlingentrainer auf seinem eigenen Niveau trainieren. Die Intensität der einzelnen Übungen kann durch das Anpassen der Körperhaltung festgelegt werden, um mehr oder weniger Widerstand zu erreichen.

©KOMPAN

**KOMBI 3**

Diese Hangelstrecke ist sehr breit und hoch ausgelegt, um sicherzustellen, dass jeder sich frei bewegen kann. Um zu gewährleisten, dass jeder die Hangelstrecke erreichen kann, gibt es 4 Podeste in verschiedenen Höhen. Dieses komplette Street-Workout-Paket bietet alle wesentlichen Trainingsgeräte und lädt gleichzeitig dazu ein, seinen eigenen Weg von der einen zur anderen Seite zu finden. Die Kombi 3 ist perfekt für Parkour geeignet, da sie einen unendlichen Bewegungsspielraum bietet. Die Klimmzugstange ist aus massivem Stahl gefertigt und hat einen Durchmesser von 32 mm, eine ideale Größe für Männer und Frauen, um einen guten Halt zu ermöglichen.

©KOMPAN

**DIP-BANK**

Diese Bank ist perfekt für Dips, eine ideale Übung zur Stärkung der Brust-, Schulter- und Armmuskulatur. Abgerundete Ecken machen es sicher und einfach für jedermann, neue Übungen auszuprobieren und sich zu verbessern. Die Dip-Bank verfügt über ein übersichtliches Hinweisschild, das die Grundübung zeigt, und einen QR-Code. Über den QR-Code können sich die Nutzer mit der KOMPAN-App verbinden, wo sie mehrere Übungen und Workouts für jedes Fitness-Level finden.

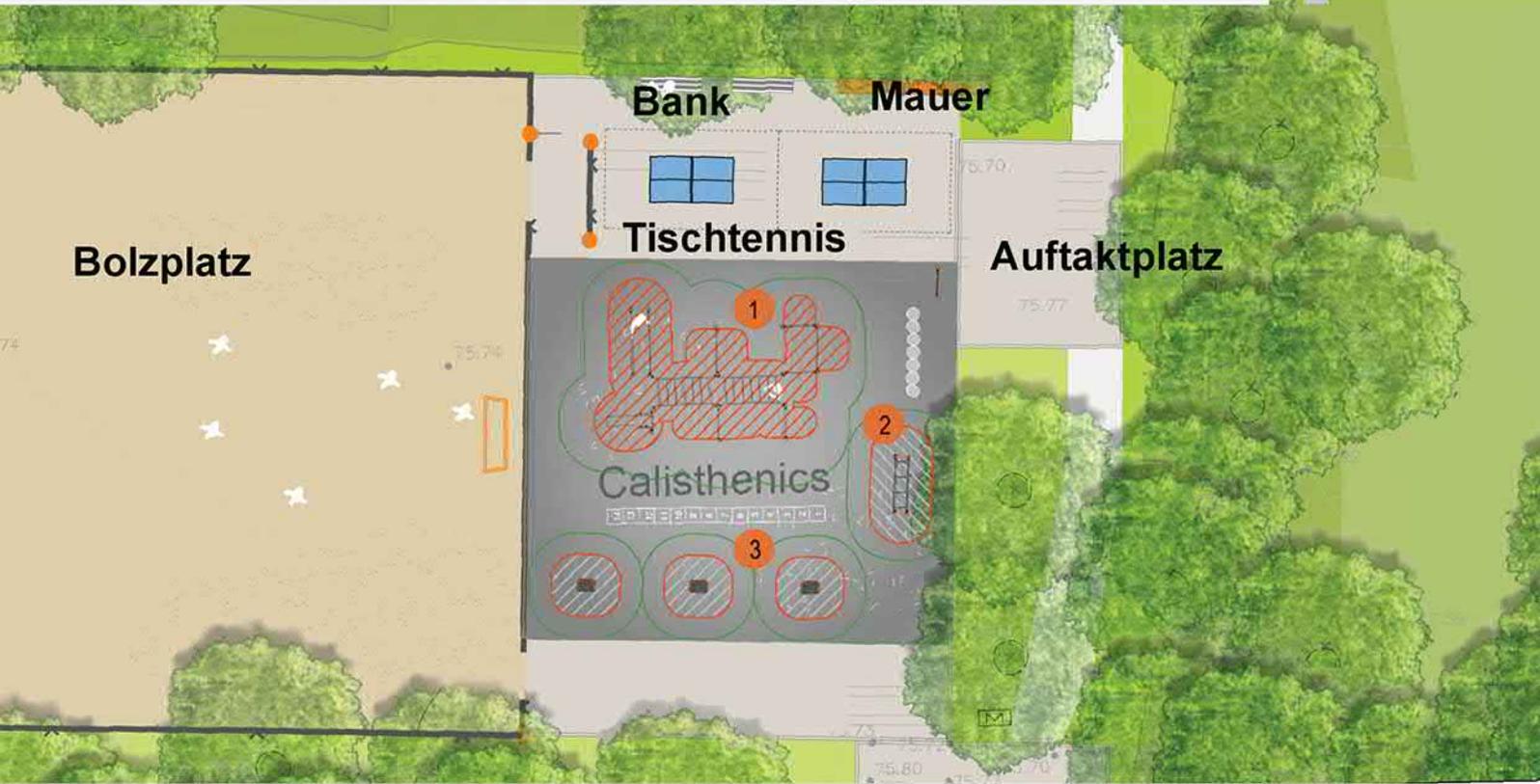
©KOMPAN

**SIT-UP BANK**

Die Sit-up Bank bietet ein perfektes Training für die Rumpf- und Rückenmuskeln, indem sie Übungen wie Leg Lifts und Sit-Ups unterstützt. Einfache Griffe sorgen dafür, dass jeder die Übung korrekt ausführen kann. Die strapazierfähige Ekogrip®-Oberfläche bietet perfekten Halt, so dass die Bank als Sprungkasten für die Ausführung verschiedener Step- und Sprungübungen bei allen Wetterbedingungen verwendet werden kann. Die Bank verfügt über ein übersichtliches Hinweisschild, das die Grundübung zeigt, und einen QR-Code. Über den QR-Code können sich die Nutzer mit der KOMPAN App verbinden, wo sie mehrere Übungen und Workouts für jedes Fitness-Level finden.

©KOMPAN

**ANREGUNGEN**



**KOMBI 5**  
Mit 10 verschiedenen Trainingsstationen in einem bietet die Kombi 5 ein hervorragendes Street Workout und Calisthenics-Training. Ausgestattet mit allen wesentlichen Elementen, um die Kreativität der Nutzer anzuregen, wurde der Durchmesser der Klimmzugstangen für den bestmöglichen Halt auf 32 mm optimiert. Die Belastbarkeit der Klimmzugstangen wird durch ein kegelförmiges Design gewährleistet. Die 138 cm breiten Stangen sind so konzipiert, dass sie viel Platz für dynamische Übungen bieten. Sie ermöglichen es den Nutzern außerdem auch, nebeneinander Klimmzüge zu machen und sich dadurch gegenseitig zu motivieren oder gegeneinander zu konkurrieren.

©KOMPAN



### DIP-BANK

Diese Bank ist perfekt für Dips, eine ideale Übung zur Stärkung der Brust-, Schulter- und Armmuskulatur. Abgerundete Ecken machen es sicher und einfach für jedermann, neue Übungen auszuprobieren und sich zu verbessern. Die Dip-Bank verfügt über ein übersichtliches Hinweisschild, das die Grundübung zeigt, und einen QR-Code. Über den QR-Code können sich die Nutzer mit der KOMPAN-App verbinden, wo sie mehrere Übungen und Workouts für jedes Fitness-Level finden.

©KOMPAN



### STEP, 20, 40, 60 CM

Der Step mit einer Höhe von 60 cm ist eines der vielfältigsten Trainingsgeräte. Viele verschiedene Übungen von einfachem Auf- und Absteigen bis zu plyometrischen Sprüngen können hier durchgeführt werden. Regelmäßige Übungseinheiten trainieren sowohl das Herz-Kreislauf-System als auch die Muskulatur. Der zusätzliche Einsatz der Ober- und Unterkörpermuskulatur verbessert die Balance und die Beweglichkeit. Das konstante Auf- und Absteigen trainiert die Beinmuskulatur enorm.

©KOMPAN

## ANREGUNGEN

# Balancebrett

FSW231

**KOMPAN**  
Let's play



Das reaktive Balancebrett imitiert Situationen, in denen der Kontakt mit der Oberfläche plötzlich instabil wird. Das Balancebrett ahmt Situationen nach, die in U-Bahnen, Bussen oder auf rutschigen Oberflächen auftreten. Es kann auf einem oder zwei Füßen stehend und mit oder ohne Stütze verwendet werden, aber auch weitere anspruchsvollere Übungen sind

möglich. Durch abwechselndes Berühren der verschiedenen Symbole in einem vordefinierten Muster mit der rechten und linken Hand können sowohl das Gleichgewicht als auch Koordination und Wahrnehmung trainiert werden.

1 / 4/16/2021

Produktnummer FSW23100-0902	
Allgemeine Produktinformation	
Maße L x B x H	87x89x200 cm
Empfohlenes Alter	13+
Kapazität (Nutzer)	1
Farbauswahl	



Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

# Twist & Flexrad

FSW236

**KOMPAN**  
Let's play



Dieses Trainingsgerät zielt auf die Mobilität und die Verbesserung des Bewegungsumfanges des Oberkörpers und der Körpermitte ab. Das Twist & Flexrad ist einfach zu bedienen und erfordert nur wenig Fitness-Erfahrung. Das Flexrad hat nur einen leichten Widerstand in der Drehbewegung, der für Nutzer aller Fähigkeitsstufen geeignet ist. Die ergonomisch

geformten Griffe ermöglichen eine natürliche Handgelenksposition und geben dem Benutzer die Möglichkeit, Übungen aus verschiedenen Positionen durchzuführen. Die Drehbewegung kann die Mobilität des Rumpfes verbessern und der Nutzer kann das Gleichgewicht in das Training integrieren, indem er sich auf ein Bein stellt und die Augen schließt, während er die

Übungen ausführt.

Produktnummer	
Allgemeine Produktinformation	
Maße L x B x H	80x118x165 cm
Empfohlenes Alter	13+
Kapazität (Nutzer)	2
Farbauswahl	



Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

1 / 4/19/2021

**BETEILIGUNG CALISTHENICS-ANLAGE**

**Ortstermin: 08.05.2021 um 11:00 Uhr**

**Treffpunkt: Bolzplatz am Stadtweiher**



Kinderspielplatz "Dschungel am Stadtweiher"

Maßnahme B 5 / B 7 des Integrierten Handlungskonzeptes (InHK) Sandheide

Städtebauförderung „Sozialer Zusammenhalt“

**Anwesenheitsliste**

Teilnehmer	Funktion	Unterschrift
Claudia Andraczek	Jugendzentrum TSV Hochdahl	
Silke Dietz	AWO-Treff Hochdahl	
Vitalij Gurkov	sachkundiger Bürger	
Marion Kremerius	Behindertenbeauftragte	
Dieter Kremerius	Vors. Seniorenrat	
Philip Wolfram	Vors. Jugendrat	
Sylvia Schürmann	Planungsbüro ST-Freiraum	
Markus Schürmann	Planungsbüro ST-Freiraum	
Jana Fricke	Stadtplanung Stadt Erkrath	
Laura Rolshoven	Grünplanung Stadt Erkrath	
Johannes Günterberg	Grünplanung Stadt Erkrath	