Lehrte (red/uk). In rund zwei Wochen ist es soweit: Das Festival des Sports in Lehrte -der in diesem Jahr wohl größten Breitensportveranstaltung Norddeutschlands- kann beginnen. Damit die Lehrterinnen und Lehrter einen Vorgeschmack auf das bekommen, was sie erwarten wird, wird Ihnen nachfolgend der Parkour vorgestellt.

Le Parcour

Es gilt ohne Hilfesmittel den kürzesten bzw. effizientesten Weg von A nach B zu nehmen. Dabei müssen zahlreiche Hindernisse (z.B. Bänke, Papierkörbe, Autos, Mauern, Bauzäune, Litfaßsäulen, Garagen, etc.) überwundenden werden - jedoch ohne diese zu beschädigen oder zu verändern. Parkour kann in der Regel überall praktiziert werden. Le Parkour verlangt ein hohes Maß an Körperbeherrschung, Selbsteinschätzung und Disziplin. Es geht darum Körper, Geist und Konzentration zu trainieren, aber nicht zu überfordern. Der Traceur (Läufer) soll keine waghalsigen Aktionen unternehmen. Vielmehr ist es wichtig, Körper und Fähigkeiten zu kennen bzw. kennen zu lernen.

Unter fachkundiger Anleitung finden Parkour-Workshops mit verschiedene Schwierigkeitsstufen statt. Erfahrene Traceurs werden zudem eine beeindruckende Parcour-Show vorführen.

Am 27. und 28. August erwartet alle Besucher ein kostenloser Eintritt ins Freibad. Im „Wasserland“ werden zahlreiche Aktivitäten wie Aqua-Fitness, Aqua-Riding, Rutsch-Wettbewerbe, Rettungsschwimmen oder „Mama über den See ziehen“ angeboten. Beim Nachtschwimmen von Samstag 18 Uhr bis Sonntag 11 Uhr soll ununterbrochen geschwommen werden.

Am gesamten Wochenende erwarten die Besucher im Sport- und Freizeitareal Hohnhorst-Park insgesamt 278 kostenlose Aktivitätsangebote, welche Spaß für Jung bis Alt garantieren. Foto: