

Der Weg zur «menschlichen Flagge»: Street-Work-out-Park in Vaduz eröffnet

Vorstellung Sportbegeisterte haben seit gestern einen neuen Treffpunkt in Vaduz. Hinter dem Rheinpark Stadion wurde der erste Street-Work-out-Park eröffnet.

VON SEBASTIAN ALBRICH

Die Ansammlung von Reckstangen, Klettergerüste und Geländer, die sich zwischen den Sportplätzen hinterm Rheinpark-Stadion erstreckt, wirkt auf den ersten Blick unscheinbar. Doch verbirgt sich dahinter der erste offizielle Street-Work-out-Park des Landes. Mit einem gewissen Stolz wurde dieser gestern von Bürgermeister Ewald Ospelt und der Sportkommission, gemeinsam mit Migros Kulturprozent und dem Team von «street-workout.com» vorgestellt. Als der Gemeinderat und Vorsitzende der Sportkommission Thomas Vogt die Idee in den Gemeinderat trug, habe sich dieser vom Konzept beeindruckt gezeigt und sodann zugestimmt, schildert Bürgermeister Ospelt. Gesponsert vom Migros Kulturprozent



Roman Rindisbacher und Saša Radoanovic als menschliche Flaggen. (Foto: Vollmar)

hat sich Roman Rindisbacher von «street-workout.com» auch sogleich ans Design des Parks gemacht. Der Architekt hat hier sozusagen sein sportliches Hobby mit seinem gelernten Beruf verbunden.

Übungen für jeden

«Früher haben wir uns unsere Geräte auf der Strasse gesucht und die Übungen an Geländern und Strassenschildern trainiert», erklärt Rindisbacher. Ein Park, wie jener in Vaduz, bieten diese Möglichkeiten konzentriert auf einem Fleck. Dass hier weit

mehr als klassische Klimmzüge möglich sind, zeigte er dem Publikum anschliessend gemeinsam mit seinem Vereinskollegen Saša Radoanovic. Mit einigen eindrucksvollen Übungen führten die beiden vor, was mit Muskelkraft, Eigengewicht und Körperspannung alles möglich ist - von akrobatischen Bewegung bis hin zur eindrucklichen «menschlichen Flagge». Obwohl die beiden Trainer vor allem schwerere Übungen zeigten, sei der Park keineswegs nur für Profis. Training sei hier für alle Erfahrungsstufen und Altersgruppen mög-

lich, erklärt Rindisbacher. Der Schwierigkeitsgrad könne durch Griffhöhen und Übungen jederzeit variiert werden. Man müsse sich auch keine Sorgen machen, dass man sich blamiere. «Jeder, der trainiert, wird respektiert», so der Trainer. Und man helfe sich in der Szene auch gerne untereinander.

«Hätte nicht gedacht, was hier alles möglich ist», fasst Ospelt die Eindrücke zusammen. Er spricht dabei aus, was sich viele Gäste dachten - insofern die staunenden Ausrufe während der Übungen ein Indikator sind. Davon inspiriert, liess es sich Ospelt auch nicht nehmen, sich einmal selbst an die Stangen zu wagen und dies, obwohl er eingangs noch betont hatte, dass er es lieber einmal zu einem späteren Zeitpunkt und ohne Publikum versuche. Auch alle anderen Sportbegeisterten können schon jetzt den neuen Park ausprobieren. Wer seine ersten Versuche jedoch lieber unter Aufsicht wagen möchte, kann auch dies tun - muss jedoch noch etwas warten: Denn am Nachmittag des Vaduzer Spiel- und Sporttages im September wird das Team von «street-workout.com» einen genaueren Einblick in den Park geben.

Impressionen



Zurück zum Ursprung: Übungen am Strassenschild.



Gut für die Rumpfmuskulatur.



An den Geräten (von links): Bürgermeister Ewald Ospelt sowie Renate Lageder, Thomas Vogt und Volker Frommelt von der Sportkommission. (Fotos: Nils Vollmar)