

Pressemitteilung

In Schwung bleiben!

Roland-Klinik lädt ein zum zweiten *Tag der Bewegung*

Spiel, Sport, Spaß und Informationen für Groß und Klein am Werdersee – für einen guten Zweck und in Kooperation mit Bremer Sportvereinen.

Wer rastet, der rostet. Sich regen bringt Segen: Dass Sinnsprüche wie diese aktuell und wissenschaftlich fundiert sind – davon ist die Roland-Klinik überzeugt. Denn Bewegung ist nicht nur für das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele in jedem Alter wichtig. Wer aktiv ist, hilft Krankheiten des Bewegungsapparates vorzubeugen und bleibt beweglich. Kraft- und Koordinationstraining zum Beispiel schützt effektiv vor Erkrankungen an den Gelenken. Die meisten Leute wissen, wie gut ihnen etwas mehr Bewegung täte – lediglich bei der Umsetzung der guten Vorsätze hapert es oft. „Dabei ist gerade Kontinuität wichtig, wenn Bewegung die Gesundheit dauerhaft stärken soll“, betont Dr. Hans-Gerd Pieper, Ärztlicher Direktor der Roland-Klinik.

Damit solch motivierenden Worten auch Taten folgen können, lädt die Roland-Klinik Bremerinnen und Bremer am Sonntag, 1. Juni ab 13 Uhr zum *Tag der Bewegung* an den Werdersee ein. Ein ganzer Nachmittag voller Action, Spiel, Spaß, Sport, Musik und Informationen wartet auf große und kleine, alte und junge Besucher – und das für einen guten Zweck. Jeder Gast erhält einen Bewegungsspass, in dem er an den Mitmachstationen und Infoständen Stempel sammeln kann. Für jeden so ergatterten Stempelpunkt spendet die Roland-Klinik 20 Cent an die Aktion „Kids in die Clubs“ der Bremer Sportjugend. Durch dieses Hilfsprojekt bekommen sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche die Möglichkeit, in Sportvereinen aktiv zu werden. Deshalb sollen natürlich alle Besucher des *Tags der Bewegung* möglichst viele Punkte sammeln. Eine Urkunde und „die gute Tat an sich“ winken als Dankeschön.

Buntes Mitmach- und Showprogramm

In enger Zusammenarbeit mit den Sportvereinen Bremen 1860 und TUS Komet-Arsten hat die Roland-Klinik von 13 bis 18 Uhr am Niedersachsendamm 72/74 ein breit gefächertes Programm organisiert, zum Beispiel Torwandschießen, eine Fechtstation, in der es auf Schnelligkeit ankommt, Geschicklichkeitsspiele und einen Leichtathletik-Zirkel. Mediziner und Pflegepersonal stehen im Foyer der Klinik mit ihrem medizinischen Wissen rund um die Vorbeugung und Behandlung von Erkrankungen des Bewegungsapparates – dem Spezialgebiet der Roland-Klinik – zur Verfügung. Fragen zu Knie-, Schulter-, Hand-, Rücken-, Hüft- und Fußproblemen, Operationsmethoden und dem Einsatz von Gelenkersatz werden hier kompetent und in lockerer Atmosphäre beantwortet.

Ein buntes Showprogramm mit Live-Musik, Bewegungsliedern vom Kinderliedermacher Raimund Michels, der Showtanzgruppe „Gym and Dance“, Fecht- und Bauchtanzdarbietungen und vielem mehr runden einen spannenden Familiensonntag ab. Auf der Weser kann man ein Drachenboot fahren sehen, es gibt ein Spielmobil und eine Hüpfburg für die Kleinen. Für die erholsame Atempause zwischendurch sorgt die Küche der Roland-Klinik mit gesunden Snacks und Getränken.

Erstmals Kooperation mit Bremer Sportvereinen

Zum *Tag der Bewegung* kooperiert die Roland-Klinik mit den Bremer Sportvereinen TUS Komet-Arsten und Bremen 1860. „Es ist uns wichtig, die Vereine direkt einzubinden. Immerhin sind sie die erste Anlaufstelle für ‚Bewegungswillige‘“, so Petra Wehrmann, Kaufmännische Geschäftsführerin der Roland-Klinik, und ergänzt, „Mit Bremen 1860 und TUS Komet-Arsten haben wir in Bremen sehr renommierte Vereine gewonnen, die eine große Bandbreite an Sportarten anbieten.“ Bremen 1860 ist vor allem in den Bereichen frühkindliche Bewegungserfahrung, Gesundheits- und Seniorensport aktiv. Ganz nach dem Vereinsmotto ‚Bewegung mit Freude ein Leben lang‘ gestaltet Bremen 1860 am *Tag der Bewegung* die Fechtstation und die Koordinationsparcours zum Mitmachen. TUS Komet-Arsten ist besonders stark im Fußball, Handball sowie Leichtathletik. Neben Werder ist hier die größte Bremer Fußballsparte beheimatet. Darüber hinaus stehen Kinder-, Jugend-, Gesundheits- und Fitnessangebot beim Verein, der sich besonders auf den Bremer Süden konzentriert, hoch im Kurs. Der Verein organisiert am *Tag der Bewegung* das Torwandschießen und den herausfordernden Leichtathletik-Zirkel. Darüber hinaus engagieren sich im Rahmen des Showprogramms das Tanzstudio A Nada aus der Neustadt und der Bremer Ruderclub mit seiner Drachenboot-Sparte, den „Bremen Dragstars“.

Der Besuch des *Tags der Bewegung* ist kostenlos.
www.roland-klinik.de

Für weitere Informationen und Fotomaterial:

text+pr, Yvonne Bries, Telefon: 0421 - 565 17 24, E-Mail: bries@mueller-text-pr.de