



Mehr Lebensfreude und Gesundheit durch Bewegung: Das Projekt Crossboccia in Alteneinrichtungen ist eine gemeinsame Initiative vom Kreissportbund (KSB), den örtlichen Sportvereinen und der Bürgerstiftung Gütersloh. Im Caritas-Haus in Gütersloh fanden kürzlich die ersten Bewegungseinheiten statt.

Foto: Kreissportbund

Kreissportbund

## Ältere Menschen bleiben fit mit Crossboccia

**KREIS GÜTERSLOH (WB).** Ein attraktives Angebot des Kreissportbunds (KSB) für ältere Menschen: Die Sportvereinigung Arminia Gütersloh, vertreten durch den Übungsleiter Hans-Jürgen Berg, hat kürzlich im Caritas-Haus in Gütersloh die ersten Bewegungseinheiten in Crossboccia durchführen. Die Trendsportart kann fast überall ausgeübt werden.

Mit weichen Softbällen wurden zunächst die Bewohner der Wohngemeinschaft im Caritas-Haus Zentrum für das Spiel begeistert und im Anschluss der Bewegungsstunde die Besucher der Tagespflege nebenan. Seitdem kommt Hans-Jür-

gen Berg jeden Freitagvormittag in die Einrichtung und sorgt laut Mitteilung für viel Bewegung, Spiel und Spaß.

Crossboccia kann von Menschen mit Handicaps, mit Rollator oder Rollstuhl sowohl drinnen als auch draußen gespielt werden. „Die spielerischen Aktivitäten motivieren zur Mobilisierung und können in (Sport-)Vereinen oder insbesondere auch in Alten- und Tagespflegeeinrichtungen gut umgesetzt werden“, teilt der KSB mit. Die älteren und hochaltrigen Teilnehmenden haben viel Vergnügen und freuen sich jedes Mal aufs Neue auf die wöchentli-

che Bewegungseinheit.

Das Projekt Crossboccia in Alteneinrichtungen ist eine gemeinsame Initiative vom Kreissportbund (KSB), den örtlichen Sportvereinen und der Bürgerstiftung Gütersloh, um älteren Menschen durch Bewegung zu mehr Lebensfreude und Gesundheit zu verhelfen.

Interessierte Sportvereine, engagierte Übungsleitungen und Alteneinrichtungen, die ebenfalls an der Umsetzung interessiert sind, melden sich bei Franziska Tegethoff vom Kreissportbund unter 05241/851456 oder per E-Mail an [Franziska.Tegethoff@gt-net.de](mailto:Franziska.Tegethoff@gt-net.de).