



Ein sicheres Auge und Konzentration waren beim Bogenschießen gefordert.

Fotos: Reinhard Schreiner



Teamwork: Geschäftsführer Raphael Nguyen, Hubert Lauerer, Lisa Holhut, Carola Höcherl-Neubauer und Rainer Schmid (v.l.)

# „Fit für die Zukunft“

## BLSV und Mittelbayerisches Reha-Zentrum kooperieren beim Aktionstag

**Bad Kötzing.** (red) Nicht schlecht staunten die Patienten des Mittelbayerischen Rehabilitationszentrum Bad Kötzing (MRZ), als sich am Wochenende in den Vormittagsstunden zahlreiche Senioren, zum Teil in sportlicher Vereinskleidung, auf dem Vorplatz der Klinik versammelten. Infostände waren aufgebaut, Klinikpersonal und Vertreter des BLSV nahmen die Gäste in Empfang. Knapp 60 Frauen und Männer aus dem gesamten Landkreis waren der Einladung zum Aktionstag „Bewegung für die Generation 60 plus“ gefolgt.

Aufgrund der hervorragenden Kooperation zwischen dem Reha-Zentrum und dem BLSV Sportkreis Cham konnten bereits 27 ähnliche Angebote gemeinsam durchgeführt werden. Nachdem die Teilnehmer erfasst und in Gruppen eingeteilt waren, freute sich der Geschäftsführer des Reha-Zentrums, Raphael Nguyen, über die große Resonanz. „Trotz der hohen Temperaturen ha-

ben Sie den Weg nach Bad Kötzing auf sich genommen, um an unserem Aktionstag teilzunehmen.“

### Gesellschaft wird älter

Die Gesellschaft werde immer älter, aber auch immer agiler, bemerkte Nguyen. Es gebe zahlreiche Angebote, die Lebensqualität durch Bewegung, altersgerechte Ernährung und Training des Geistes und der Konzentration bis ins hohe Alter zu erhalten. Zudem stellte Nguyen kurz das Leistungsspektrum des Mittelbayerischen Rehabilitationszentrums für die Bereiche Orthopädie, Neurologie und Geriatrie vor. Sein Dank galt den beiden Vorsitzenden des BLSV Sportkreis Cham, Hubert Lauerer und Rainer Schmid, sowie seinem Team für die Vorbereitung und Betreuung der Parcoursstationen.

Carola Höcherl-Neubauer überbrachte als 3. Bürgermeisterin die Grüße der Stadt Bad Kötzing und

richtete als Referentin für Seniorsport im BLSV Kreis Cham den Dank an das Reha-Zentrum, „dem größten Arbeitgeber in Bad Kötzing“, für die langjährige und vertrauensvolle Zusammenarbeit, insbesondere an Lisa Holhut für die Organisation. Als Top-Adresse bezeichnete Hubert Lauerer, Vorsitzender des BLSV Kreis Cham, das MRZ und wusste wie sein Stellvertreter Rainer Schmid aus eigener Erfahrung nur das Beste über das Haus zu berichten. Mit Präsenten bedankten sie sich bei Nguyen und Holhut.

### Acht Stationen

Anschließend verteilten sich die Gruppen auf die acht Stationen im Haus und Garten. Reha-Mitarbeiter betreuten die Bereiche „Meine Hände im Einsatz“, „Bogenschießen“, „Vital durchs Wasser“, „Geist in Schwung“, „Musik in Bewegung“ und „Wackelkontakt“. Höcherl-

Neubauer übernahm die Station „Swing-Smoevy-Smile“ und Karl-Heinz Sölch vom SV Wilting „Woast as no?“ (Demenzverzögerer).

Von den knapp 60 Teilnehmern stellte der TB 03 Roding mit zehn Personen die stärkste Gruppe, gefolgt von der DJK Arnschwang (9), TC Willmering (8), TV Waldmünchen (8), DJK Vilzing (7) sowie weiteren Teilnehmern aus den Sportvereinen im Landkreis Cham. Die Mittagspause nutzen die Teilnehmer zum gemütlichen Beisammensein und Gedankenaustausch.

Hubert Lauerer und Rainer Schmid schauten bei den acht Stationen vorbei und zeigten sich mehr als zufrieden mit dem Verlauf des Aktionstages. „Angebote für Senioren in den Sportvereinen werden immer wichtiger. Dies ist eine große Herausforderung für die Vereine, die wir vom BLSV gerne unterstützen und begleiten wollen“, so die beiden Vorsitzenden nach dem Aktionstag.



Knapp 60 Frauen und Männer aus dem gesamten Landkreis waren der Einladung zum Aktionstag „Bewegung für die Generation 60 plus“ gefolgt.