

## „Greenfit“ macht Wohnanlagen ökologisch und gesund

- **Erste Anlage in der „Grünen Mitte“ in Linz eröffnet**
- **Bewegungsangebote ohne Flächen- und Ressourcenverbrauch**
- **Jungbäume werden zum Mittelpunkt von Bewegungsinseln und motivieren zur Nutzung der Grünflächen durch die Bewohner**
- **Optimale Verbindung von ökologischer und sozialer Nachhaltigkeit**

In der „Grünen Mitte“ in Linz, einem Gemeinschaftsprojekt der Gemeinnützigen Wohnbaugesellschaften GWG, LAWOG, BRW, Familie, WSG und Neue Heimat, wurde die erste „Greenfit“-Anlage Österreichs eröffnet. Bei dem vom Sportministerium unterstützten Projekt wird ein gesundheitsorientiertes Sport- und Bewegungsprogramm mit ökologisch hochwertiger Baumbepflanzung von Grünflächen verbunden. Für Greenfit wird kein Boden versiegelt, es werden praktisch keine Ressourcen verbraucht, es kommen ausschließlich wiederverwertbare Materialien zum Einsatz und dank der Verknüpfung mit der Pflanzung von Bäumen wird sogar eine insgesamt deutlich positive Ökobilanz erreicht.

Bei „Greenfit“-Anlagen werden auf Freiflächen von Wohnanlagen oder auf öffentlichen Freiflächen Bewegungsinseln eingerichtet. Diese bestehen aus einem Jungbaum und Baumstützen, die den Baum gegen Windschäden schützen und gleichzeitig als Träger von Infotafeln dienen, auf denen rund 20 alltagstaugliche Fitnessübungen zu Bewegung und aktiver Nutzung des Grünraums motivieren. Der zentrale Baum wiederum wird nach und nach zu einem immer besseren Sicht- und Sonnenschutz für die Trainierenden.

„Greenfit ist eine einfache Lösung für ein komplexes Problem“, erklärt Thomas Brey, Obmann des Vereins „Sport für alle!“, der das Programm entwickelt hat. „Wohnbauunternehmen sind mehr denn je gefordert, die ökologische und soziale Nachhaltigkeit ihrer Wohnanlagen zu verbessern. Gleichzeitig sind Freiflächen knapp und die hohen Bau- und Wohnkosten lassen wenig Spielraum für teure Nachhaltigkeitsmaßnahmen. Greenfit schafft ökologische und soziale Nachhaltigkeit, es verbraucht keine Freiflächen, sondern ermöglicht sogar ihre Doppelnutzung und die Kosten einer viele Jahre lang nutzbaren Bewegungsinsel betragen gerade einmal einen mittleren dreistelligen Eurobetrag. Damit ist Greenfit nicht bloß bei einzelnen Vorzeigeprojekten, sondern auf sehr breiter Basis umsetzbar.“

Die Vorteile des Programms haben auch Nikolaus Stadler, Geschäftsführer der bei der Grünen Mitte federführenden GWG, überzeugt und auf der rund 13.600 m<sup>2</sup> großen Freifläche wurden sechs zusätzliche Platanen mit Bewegungsinseln gepflanzt. „Die Grüne Mitte ist Naturraum und Lebensraum für die Anrainer zugleich. Greenfit ist daher die perfekte Kombination, mit der wir noch mehr Grün in die Stadt bringen und gleichzeitig eine noch vielfältigere Nutzung dieser einzigartigen Freifläche ermöglichen.“

Doris Polzer, Geschäftsführerin des oberösterreichischen Gesundheitsdienstleisters PROGES, der die Realisierung von Greenfit im Rahmen eines Nachbarschaftsprojekts in den Linzer Stadtteilen Franckviertel und Bulgariplatzviertel initiiert hat, unterstreicht das große Potential im Hinblick auf Gesundheitsförderung: „Bewegung in den Alltag zu integrieren ist eine hervorragende Möglichkeit für

alle, die eigene Gesundheit auf einfache und kostenfreie Art zu fördern. Wie man das macht, ist sehr individuell. Jeder Mensch hat eigene Ideen, welche Art der Bewegung ihm guttut und wie man das im Tagesablauf integrieren kann. Bewegungsinselformen im unmittelbaren Wohnumfeld bieten neben der körperlichen Betätigung auch eine hervorragende Möglichkeit, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen und beides ist für die körperliche und psychische Gesundheit Gold wert.“

Der Linzer Gesundheitsstadtrat Michael Raml erwartet, dass die erstmalige Umsetzung des Greenfit-Programms auch Signalwirkung haben wird: „Das neu initiierte Bewegungsprogramm in der Grünen Mitte stellt ein Vorzeigeprojekt im städtischen Raum dar und erweitert das Gesundheits- und Sportangebot der Stadt Linz. Mit diesem niederschweligen Zugang für Jung und Alt werden weitere, wichtige Anreize für mehr Bewegung und einen aktiven Lebensstil in der näheren Umgebung sowie im öffentlichen Raum geschaffen.“

## Über Greenfit

Greenfit ist ein vom Sportministerium unterstütztes, innovatives Aktivprogramm, mit dem unter maximaler Ressourcenschonung niederschwellige Bewegungsmöglichkeiten in Wohnanlagen und im öffentlichen Raum geschaffen werden und zu einem aktiven Lebensstil, insbesondere mehr Bewegung „zwischen durch“, motiviert wird.

Kernstück sind Bewegungsinselformen, die aus einem Jungbaum, zu Schilderhaltern umfunktionierten Baumstützen sowie Infotafeln mit einer Auswahl aus insgesamt mehr als 150 alltagstauglichen Fitnessübungen bestehen.

### Greenfit ist in jeder Hinsicht zu 100 Prozent nachhaltig:

- **Soziale Nachhaltigkeit:** Greenfit ist kostenlos, für alle Altersstufen und jedes Fitnessniveau geeignet und mittels Youtube-Videos auch für Menschen ohne Deutschkenntnisse nutzbar.
- **Ökologische Nachhaltigkeit:** Für Greenfit-Bewegungsinselformen wird kein Boden versiegelt, der Ressourcenbedarf ist minimal, sie sind mehrfach verwendbar und das gesamte Material ist recyclingfähig. Die notwendige Baumpflanzung sorgt sogar für eine stark positive Ökobilanz.
- **Nachhaltige Produktion:** Die Greenfit-Bewegungsinselformen werden von „Jugend am Werk“ Steiermark hergestellt. Das Sozialunternehmen bietet Jugendlichen hochwertige Ausbildungsplätze und beschäftigt Langzeitarbeitslose.

Greenfit ist ein Schwesterprogramm von „Wohnfit“, mit dem in Innenbereichen von Wohnanlagen (Stiegenhäuser, Gemeinschaftsräume, etc.) zu mehr Bewegung animiert wird. **Alle Informationen zu Greenfit und Wohnfit finden sich auf der gemeinsamen Internetseite [www.wohnfit.at](http://www.wohnfit.at)**

Greenfit und Wohnfit sind Bewegungs- und Aktivprogramme des gemeinnützigen Vereins „Sport für alle! Verein zur Förderung von Breitensportangeboten in Österreich“ und werden vom Sportministerium gefördert.

## Weitere Informationen

M&B PR, Thomas Brey; T. 0676 542 39 09; M. [brey@mb-pr.at](mailto:brey@mb-pr.at)