

Kommentar

Zeit ist das Problem



Anna Lischper über die Vereinbarkeit von Sport und Beruf

Haben Sie auch keine Zeit, um regelmäßig Sport zu treiben? Wenn ja, sind Sie vermutlich nicht alleine mit diesem Problem. Denn auch wer willig ist: Die Vereinbarkeit von Bewegung und Beruf gestaltet sich oft schwierig. Die Fitnesstrainer der Zukunft lernen im Studium, wie wichtig Bewegung für Jung und Alt ist, und beschäftigen sich theoretisch mit gesundheitlichen Problemen wie auch deren Prävention. Sie lernen, wie man den unmotiviertesten Couch-Potato für Sport begeistert, und bemühen sich, für jeden den optimalen Trainingsplan zu erstellen. Was sie nicht lösen können, ist das Zeitproblem.

Und da kommen die Arbeitgeber ins Spiel: Sie wollen von ihren Mitarbeitern gute Leistung sehen und haben stets ein Auge dafür, wer oft krank ist. Die Gesundheit der Angestellten liegt ihnen, hoffentlich nicht allein wegen der Finanzen, am Herzen. Dabei könnten sie mit einfachsten Mitteln die Gesundheit ihrer Mitarbeiter unterstützen: mit einem internen Fitnessraum zum Beispiel oder einer bezahlten Sport-Freistunde pro Woche. Oder warum nicht einfach mal das Flachdach nutzen und die Mitarbeiter zur morgendlichen Qigong-Stunde einladen? Diese beruhigende chinesische Bewegungsform täte sicher auch den Chefs gut. ali@hna.de

Trainer der Zukunft ausbilden

Studiengang „Gesundheit und Prävention“ neu in Baunatal – Einschreiben noch bis September möglich

VON ANNA LISCHPER

BAUNATAL. Braun gebrannt, Bodybuilder-Maße und den Professorentitel vor dem Namen – gibt's nicht? Doch. Jens Ebing hat alles, was ein Professor für Gesundheit und Sport haben muss. Einen akademischen Lebenslauf, die Leidenschaft zum Sport und die eigene Persönlichkeit bringt er als Dekan und Leiter in den Studiengang „Gesundheitssport und Prävention“ ein. Der wird an der Fachhochschule Potsdam angeboten und kann ab Oktober 2014 auch in Baunatal belegt werden. Dafür haben die FH Potsdam und die Deutsche Fitnesslehrer-Vereinigung (Dflv) in Baunatal gemeinsam ein Konzept entwickelt.

Bereiche greifen ineinander

„Beruf und Anforderungen an einen Fitnesstrainer haben sich gewandelt“, sagt Ebing. Das Bewusstsein der Menschen für die Notwendigkeit sportlicher Betätigung werde immer ausgeprägter. Nicht nur müssten Fitnesstrainer auf vorhandene gesundheitliche Probleme adäquater reagieren, auch gehe es um die frühzeitige sportliche Betätigung, um Problemen vorzubeugen. Mit dem Studiengang



Sportbegeisterte Organisatoren: Prof. Jens Ebing (von links) von der Fachhochschule Potsdam, Thomas Niewöhner und Claus Umbach von der Deutschen Fitnesslehrer-Vereinigung in Baunatal sind für den neuen Studiengang zuständig.

Foto: Lischper

gehe man speziell auf diese Veränderungen ein. Das Ziel: Den optimalen Fitnesstrainer der Zukunft ausbilden. Und der suche nach „Minimallösungen statt nach Optimallösungen“, so Ebing. „Wir wollen den Studenten zeigen, wie Sport optimal in den Alltag integriert werden kann.“ Denn um Sport zu machen, müsse man kein Athlet sein.

Der Studiengang integriert die klassische Fitnesstrainerausbildung, bestehend aus Basisausbildung und Fachausbildung, in ein wissenschaftliches Studium. Damit wird das Erlangen von Lizenzen, wie es die Fitnesstrainerausbildung vorsieht, verknüpft mit Wissen aus der Gesundheitsbran-

che, der Sportwissenschaft, Betriebswirtschaft, Sportsoziologie und -psychologie.

Damit die Studierenden schon während des Studiums mit dem Arbeitsmarkt in Kontakt kommen, wechseln sich Präsenzunterricht und Online-Kurse ab. Alle vier Wochen gibt es eine Woche Präsenzunterricht, der von Potsdamer Professoren in den Räumen der Dflv in der Stettiner Straße 4 in Baunatal gehalten wird. Die vier Wochen dazwischen bereiten fachlich auf die Präsenzwoche vor, indem die Studenten auf einer Internet-Plattform selbstständig Material durcharbeiten.

„Wir empfehlen den Studenten, während der Phasen

des selbstständigen Lernens 20 Stunden pro Woche im Fitnessbereich zu arbeiten“, sagt Claus Umbach, Präsident der Dflv. Bei der Stellensuche würden die Studenten unterstützt. „Eine Fitnesstrainer-Ausbildung alleine reicht heute

nicht mehr aus“, sagt Umbach. Das Angebot sei eine Möglichkeit, heimatnah zu studieren, weiterhin im Elternhaus zu wohnen und die Vorzüge der Sportstadt Baunatal zu nutzen.

KOMMENTAR / HINTERGRUND

HINTERGRUND

Sport studieren in Baunatal

Für 349 Euro im Monat kann man ab Oktober 2014 den Bachelor-Studiengang „Gesundheit und Prävention“ von FH Potsdam und Deutscher Fitnesslehrer-Vereinigung in Baunatal belegen. Das auf drei Jahre angelegte, staatlich anerkannte Studium

besteht aus Online-Modulen und Präsenzunterricht. In einer Einführungswoche in Potsdam werden Potsdamer und Baunataler Studenten auf das Studium vorbereitet. Anmeldungen sind noch bis September möglich. (ali) Info: www.dflv.de

A49: Frau (26) wurde bei Unfall verletzt

BAUNATAL / EDERMÜNDE.

Bei einem Unfall auf der A49 zwischen Edermünde und Felsberg ist am Freitag gegen 8.40 Uhr eine 26-jährige Frau aus Kassel verletzt worden. Sie wurde zur Behandlung in ein Krankenhaus gebracht. Laut Polizeisprecherin Sabine Knöll hatte die Frau zum Überholen angesetzt. Ein Mann aus Bayern musste sein Auto daraufhin stark abbremsen und zog rechts an ihr vorbei. Dadurch erschreckte die Frau und fuhr in die Mittelleitplanke.

Bei ihrem Auto handelt es sich um ein Fahrzeug, das mit Gas betrieben wird. Die Baunataler Feuerwehr ließ das Gas kontrolliert ab. Sicherheitshalber wurde die A49 in dieser Zeit gesperrt. (ket)

Protest gegen Lkw-Verkehr

LOHFELDEN. Gegen den Lärm und Gestank durchfahrender Lkw protestierten gestern Anlieger der Ochshäuser Durchgangsstraße. Ein Aufenthalt im Freien sei kaum noch möglich, lautete die Kritik. Außerdem sei es lebensgefährlich, den Zebrastrifen zu queren.

Die Forderung der Anlieger: Lohfeldens Bürgermeister Michael Reuter soll sich dafür starkmachen, ein Durchfahrtsverbot für Lkw zu erwirken. Reuter sagte zu, Gespräche aufzunehmen. (ppw)

3,8 Mio. Euro für mehr Biogas

Lohfelden unterstützt geplante Erweiterung der Kompostanlage in Vollmarshausen

LOHFELDEN. Der Eigenbetrieb Abfallentsorgung des Landkreises Kassel will 3,8 Millionen Euro investieren, um die Kapazität der seit drei Jahren betriebenen Biokompostierung in Vollmarshausen um 50 Prozent zu erhöhen. Die Gasproduktion soll auf 1,8 Millionen Kubikmeter jährlich steigen. Hintergrund der Erweiterung sind neue Kooperationen des Landkreises Kassel mit dem Werra-Meißner-Kreis und der Stadt Kassel, die der Anlage künftig insgesamt rund 20 000 Tonnen im Jahr aus der getrennten Sammlung in ihren Bereichen andienen wollen.

Dafür will der Landkreis in Vollmarshausen den Aufnahmebereich erweitern, drei zusätzliche Fermenter errichten und die Nachrotte- und Versickerungsflächen für die Grün- und Bioabfälle vergrößern lassen. Die Planung sieht außerdem den Bau eines neuen Betriebsgebäudes im Eingangsbereich vor.

Das bei Vollmarshausen aus dem Grün- und Bioabfall produzierte Gas nimmt die Gemeinde Lohfelden über eine Fernleitung in drei Kraft-Wärme-Kopplungs-Anlagen zur Wärmeversorgung öffentlicher Gebäude ab. Der erzeugte Strom wird im Rathaus und im Bürgerhaus verbraucht und ansonsten in das öffentliche Netz eingespeist.

Aus Lohfelden gab es jetzt grünes Licht für die Pläne des



Weitere Fermenter für die Vergärungsanlage: Wo jetzt noch Grünabfälle gelagert werden, will der Landkreis neben weiteren Maßnahmen drei neue Fermenter an die schon vorhandenen acht anbauen.

Foto: Wohlgehagen

Landkreises Kassel, die Kompostierungs- und Vergärungsanlage in Vollmarshausen zu erweitern. Der notwendigen Änderung des Bebauungsplans stimmte das Gemeindeparlament mit großer Mehrheit zu. Ein Kommunalpolitiker sprach sich wegen der Geruchsbelästigungen gegen die Planänderung aus.

Der in Vollmarshausen heimatisierte Gemeindevertreter Dieter Eckert von der Unabhängigen Liste Lohfelden

(U2L) stimmte gegen die Bebauungsplanänderung. Eckert begründete seine Ablehnung hauptsächlich mit Geruchsbelästigungen.



Dieter Eckert Wetterlage den Duft von der Biovergärungsanlage in der Nase. Wegen ähnlicher Probleme

me habe man auch an anderer Stelle Gutachten gefordert und schließlich nachbessern müssen, sagte er der HNA auf Nachfrage.

Zur Umsetzung der geplanten Baumaßnahmen wird eine Erweiterung der bestehenden Anlage um insgesamt drei Hektar erforderlich. Das Kommunalparlament sprach sich einstimmig für den dafür notwendigen Grundstückstausch mit einem Landwirt aus. (ppw)

Foto: Archiv/nh

Pflegeheim in Niestetal mit 75 Plätzen

NIESTETAL. Grünes Licht für den Neubau eines weiteren Seniorenwohn- und Pflegezentrums in Niestetal: Auf Wunsch des in Iserlohn ansässigen Bauherrn, des Internationalen Bildungs- und Sozialwerks (int-bsw), stimmte die Gemeindevertretung jetzt der Änderung des Bebauungsplans zu. Die Kosten für die Planänderung hat der Investor zu tragen.

Mit dem einstimmigen Votum ist der Weg für das seit längerer Zeit geplante Seniorenzentrum mit 75 Pflege- und 70 Arbeitsplätzen am Kreuzweg in Sandershausen geebnet. Die Gebäude sollen in dreigeschossiger Bauweise auf einem von der Gemeinde erworbenen Grundstück am Kreuzweg entstehen. Die Investitionskosten werden von int-bsw mit rund sieben Millionen Euro beziffert.

Das neue Angebot richtet sich an pflegebedürftige Menschen in Niestetal, aber auch an Interessenten von außerhalb. Der Geschäftsführer von int-bsw bestätigte, dass sein Verein jetzt auch die Kaufoption für das im Eigentum der Gemeinde stehende Nachbargrundstück (6400 qm) angenommen habe. Dort soll zu einem späteren Zeitpunkt eine zusätzliche Einrichtung für pflegebedürftige Erwachsene im Alter von 18 bis 65 Jahren entstehen.

Die Planung werde 2015 aufgenommen. (ppw)