

PRESSEMITTEILUNG

„Stadtranderholung an der Blies“ zu Gast an der Hochschule zum Thema: Fit in der Hochschule“

Ludwigshafen am Rhein, 28.08.2015: Seit 2014 besteht eine Kooperation mit der Hochschule Ludwigshafen und dem Kinder- und Jugendbüro der Stadt Ludwigshafen. Aufgrund der positiven Rückmeldungen wird diese auch gerne weitergeführt.

Und man kann sie jede Sommerferien hören – die Lautsprecherdurchsagen der Stadtranderholung an der Blies auf der gegenüberliegenden Straßenseite der Hochschule. Wem diese Durchsagen gelten, wurde am **27. August 2015** deutlich, als von **13.30 bis 15.30 Uhr** die Kinder des städtischen Ferienprogramms zu einer Kinderuni-Vorlesung ganz besonderer Art die Straßenseite wechselten und zu Gast an der Hochschule waren. Die Kids waren „STRE-Rentner“ – sie konnten aufgrund ihres Alters zum letzten Mal am Ferienprogramm an der Blies teilnehmen.

Nach einem kurzen Spaziergang vom gegenüber liegenden Gelände an der Blies wurden die 30 Jungen und Mädchen auf dem Campus der Hochschule mit einer kleinen Einführung des Programms vertraut gemacht. In diesem Theorieteil auf dem Freigelände der Hochschule ging es z.B. darum, welche Aufgabengebiete die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hochschule haben und was dies mit Bewegung zu tun hat. Außerdem konnte man noch Interessantes über richtige und falsche Ernährung erfahren, bei einem kurzen Quiz zum Thema Zucker seine kleinen grauen Gehirnzellen arbeiten lassen, um dann zur „Sportlichkeit“ an der Hochschule überzugehen.

Nach dem Aufwärmen wurden die Kids „aktiv“. Auf dem Programm standen Treppen steigen, Seilspringen und Laufen. Wer diese „Strapaze“ hinter sich gebracht hatte und noch nicht zu müde war, konnte nach dem Dehnen und cool-down zum Smoothie-Stand und sich stärken.

Die bewegte Vorlesung „Fit in der Hochschule“ wurde von der Mitarbeiterin der Hochschule, Ahu Gel, und Daniel Lubowski, Box-Owner und Coach von „CrossFit Ludwigshafen“ begleitet und durchgeführt.

Kontakt:

Ute Sahmel

Hochschule Ludwigshafen am Rhein

Stabsstelle Hochschulkommunikation

ute.sahmel@hs-lu.de