

# Spie|PLÄTZE

## 1 STREET WORKOUT

Der rund 500 m<sup>2</sup> große Street Workout-Bereich ist auf spontane körperliche Aktivitäten ausgelegt. Es können auch Gruppentrainingsprogramme durchgeführt werden. Zur Steigerung von Kraft und allgemeiner Fitness werden verschiedene hochintensive Intervall-Übungen angeboten. Dies wird durch eine eigene Fitness-App der ausführenden Firma Kompan GmbH unterstützt und kann mittels QR-Codes abgerufen werden.

## 2 SPIELPLATZ - Arnberger Straße

## 3 PUMPTRACK - BEACHVOLLEYBALL - BASKETBALL

Was ist eine Pumptrack genau?

Eine speziell geschaffene Mountainbike-Strecke deren Ziel es ist, ohne zu treten, nur durch das Hochdrücken (engl. pumping) des Körpers aus der Tiefe, am Rad Geschwindigkeit aufzubauen. Man steht während der Fahrt und sitzt nur kurz beim Start im Sattel. Damit kann man fern vom Straßenverkehr Fahrtechnik, Koordination, Gleichgewicht und Kraft für mehr Sicherheit auf dem Rad trainieren.

Fahrräder aller Art, Skateboards, Roller, Inline-Skaten, Rollschuhe sind für den Pumptrack geeignet.

Nebenan befinden sich eine Beachvolleyball- und eine Basketballanlage.

## 4 SPIELPLATZ - Schlossberg

Dieser Spielplatz ist speziell mit Motorik-Geräten (Klettergerüste, Rutschen, Spinner Bowl, Sandbaustelle, Nestschaukel und Balancierbalken) ausgestattet. So werden die motorischen Fähigkeiten, das räumliche Vorstellungsvermögen, das Gleichgewicht und die Konzentration gefördert.

## 5 SPIELPLATZ - FUNCOURT - Untergaisbach

Auch bei diesem Spielplatz steht die Bewegung im Vordergrund. Dazu gehören der Funcourt, Seilbrücken, Drehspiel, Kletternetz und Brücke. So wird das Herz-Kreislaufsystem, die Muskulatur und das Immunsystem gestärkt.

# FreizeitAktivWEG

Der Freizeit-Aktiv-WEG verbindet die öffentlichen Spielplätze in Wartberg ob der Aist. So ist eine vielseitige Freizeit- und Erholungslandschaft geschaffen. Durch die Integration von Spielplätzen in die Natur und die Anbindung an Rad- und Wanderwege wird die Bewegung im Freien gefördert und der Zugang zu den Spielplätzen noch attraktiver. Der Freizeit-Aktiv-WEG ermöglicht es Familien und Kinder bequem, sicher und umweltfreundlich zu Fuß oder mit dem Fahrrad zwischen den Freizeiteinrichtungen zu pendeln.

**Marktgemeinde Wartberg ob der Aist**

Hauptstraße 5, 4224 Wartberg /Aist

Tel. 07236/3700

email: [marktgemeindeamt@wartberg-aist.ooe.gv.at](mailto:marktgemeindeamt@wartberg-aist.ooe.gv.at)

[www.wartberg-aist.at](http://www.wartberg-aist.at)

**klimaaktiv**  
● ● ● ● ● ●



# FreizeitAktivWEG





