

Hier ist Sport drin – der LSB auf der Rheinland-Pfalz-Ausstellung

Landessportbund präsentiert vom 20. bis 28. März in Mainz die Vielfalt des Sports

Nach der erfolgreichen Premiere 2009 präsentiert der Landessportbund Rheinland-Pfalz (LSB) auch in diesem Jahr vom 20. bis 28. März die Vielfalt des Sports auf der größten Verbrauchermesse im Rhein-Main-Gebiet, der Rheinland-Pfalz-Ausstellung. Unter dem Motto „Hier ist Sport drin!“ verspricht der LSB gemeinsam mit Radio RPR1 den Besuchern in Halle 3 ein interessantes Programm mit vielen praktischen Tipps und neuen Trends. Schwerpunktthema 2010: die Gesundheitssportangebote in den rund 6.300 rheinland-pfälzischen Sportvereinen.

Neben Einblicken in die Vielfalt des rheinland-pfälzischen Sports wartet auf die Besucher ein **täglich wechselndes Bühnenprogramm vieler Sportgruppen** aus ganz Rheinland-Pfalz – insgesamt über 50 Gruppen mit rund 800 Sportlerinnen und Sportlern werden auftreten. Jeden Tag steht ein sportliches Schwerpunktthema im Mittelpunkt, der LSB wird sich in Halle 3 mit seinen zahlreichen Verbänden und Vereinen (u.a. dem Alpenverein, Biathlon, Nordic Walking, Segeln, Bogensport, Radsport, Angeln, Behindertensport, Tischtennis, Golf, Turnen, Cheerleading, Voltigieren, u.v.m.) allen interessierten Besuchern vorstellen.

Gleich am ersten Wochenende stehen zahlreiche Highlights auf dem Programm:

- u.a. wird sich die Bundesliga-Radfahrer des Teams Rheinhessen vorstellen
- Die Sektion Mainz des Deutschen Alpenvereins präsentiert sich und seine Aktivitäten rund um den Mainzer Höhenweg und die Kaunergrathütte im Pitztal, aber auch seine Kletterangebote im heimischen Morgenbachtal
- Wer Interesse hat, selbst zu klettern, hat dazu Gelegenheit – im 8 x 5 Meter hohen **Hochseilklettergarten** unseres Partners „ropeventure“
- Am Samstag erwartet der LSB gegen 12.00 Uhr die dreifachen Weltmeisterinnen und Weltrekordlerinnen im Zweier-Kunstradfahren, die rheinland-pfälzischen Sportlerinnen des Jahres, **Katrin Schultheis** und **Sandra Sprinkmeier**. Sie stehen nach einem Auftritt am Stand des Landessportbundes für eine Autogrammstunde und Fragen zur Verfügung
- Darüber hinaus werden am ersten Wochenende rund 20 weitere Gruppen (u.a. aus den Bereichen Cheerleading, Ju-Jutsu, Rope Skipping und Chinesischer Bewegungskunst) auftreten
- Am Sonntag stellt sich die Sportart **Bogenschießen** vor. Interessierte können selbst zum Bogen greifen und ihre Zielgenauigkeit testen
- Testen können die Besucher auch ihre Fitness – und das täglich anhand von kleinen, alltagsbezogenen Kraft- und Koordinations-Übungen. Neben einer Urkunde gibt es beim LSB-Fitness-Check kleine Preise zu gewinnen



Weitere tägliche Sportangebote in Halle 3: Von Fitness-Check bis Biathlon-Schießen

Neben dem LSB-Fitness-Check werden die Besucher auch am **Gesundheitsglücksrad** sportlich motiviert und zu Bewegungstests animiert.

Zwischen 13.00 und 14.00 Uhr lädt der LSB zur täglichen **Nordic-Walking-Runde** ein.

An nahezu allen Tagen wird ein **Biathlon-Schießstand** aufgebaut sein; darüber hinaus können alle Messebesucher an großen und kleinen **Tischtennisplatten** spielen und sich im Wettkampf gegen einen Tischtennisroboter beweisen.

Die ständig wachsende Zielgruppe des Sport, die **Senioren**, wird am **Mittwoch** angesprochen. Gemeinsam mit der Landeszentrale für Gesundheitsförderung gibt es in Vorträgen und am Stand des Landessportbundes Informationen zur Bewegung im Alter. Das altersrelevante Thema Sturzprophylaxe wird praxisnah vorgestellt, und Filmbeiträge geben Anregungen, wie man sich auch im Alltag/Haushalt mit sportlichen Übungen fit halten kann.

Gesundheit – das höchste Gut des Menschen. Wie dieses Gut erhalten werden kann, erklären Mediziner wie **Dr. Klaus Gerlach, Mannschaftsarzt des 1. FSV Mainz 05**, am **Donnerstag**. In Kurzvorträgen über Herz-Kreislaufkrankungen, Übergewicht, Impfen, Fasten u.a. gibt er wertvolle Gesundheitstipps. Besucher können ihre Atemstoßkapazität messen lassen, eine Physiotherapeutin gibt unter dem Motto „BusyGym“ wertvolle Tipps zur Gymnastik am Arbeitsplatz und Beispiele zur richtigen Alltagshaltung.

Weitere Attraktionen:

- Der Rollstuhlparcours des Behinderten- und Rehabilitationssportverbands
- Knotenkunde mit dem Seglerverband
- Casting-Vorführungen (Casting ist der Wurfssport der Sportfischer) und Mitmachangebote des Landesfischereiverbandes mit Otmar Balles, mehrfacher Welt- und Europameister
- Vorstellung neuer Sportarten wie Lacrosse
- Riesen-Trampolinturnen des Allgemeinen Hochschulsports der Uni Mainz

Weitere Informationen:

LSB-Pressestelle

Tel.: 06131 / 28 14-141 (Jochen Dick) oder -117 (Christof Palm)

Fax: 06131 / 2814-135

E-Mail: pressestelle@lsb-rlp.de

Internet: www.lsb-rlp.de