

# Sport-Treffpunkt: Am Montag kommen alle auf die Insel!

**Ab in die 2. Runde: Fit Plus und das Wochenblatt starten ‚Fit im Park‘ am Montag um 19 Uhr**

Von Tobias Griebner

**Landshut.** Der Countdown läuft! In fünf Tagen fällt der Startschuss für die zweite Runde der großen Sommer-Aktion von Fit Plus und Wochenblatt. Ab kommenden Montag, 24. April, findet jede Woche die große Open Air-Trainingsreihe „Fit im Park“ auf der Mühleninsel statt.

Die Idee der beiden Fit Plus-Betreiber Uwe Eibel und Sepp Geltinger ist recht simpel und doch genial – und fand im vergangenen Jahr jede Menge treuer Anhänger. Fit-Plus-Geschäftsführer Uwe Eibel: „Wir bieten Functional Training mit körpereigenem Gewicht unter freiem Himmel unter Anleitung von speziell ausgebildeten Fit Plus-Coaches.“ Das Training ist kostenlos und findet immer montags – außer bei Gewitter –



**Startschuss am 24. April: Den ganzen Sommer wird montags um 19 Uhr unter freiem Himmel trainiert.** Fotos: pm

um 19 Uhr auf der Mühleninsel in Landshut statt. Wegen der der Landshuter Hochzeit kann heuer die Ringelstecherwiese nicht genutzt werden und man hat „die Insel“ als neue, zentral gelegene Location auserkoren.

Startschuss ist am kommenden Montag, 24. April, – die letzte Outdoor-Fitness-Stunde ist für den 9. Oktober geplant. Es

gibt also keine Ausreden mehr! Functional Training ist abwechslungsreich, effektiv und motivierend. Durchgeführt werden Übungen für Mobilisation (Beweglichkeit), Koordination, Kräftigung und Ausdauer (Fettverbrennung). Eibel weiter: „Das Training stärkt und stabilisiert den gesamten Körper und macht die Teilnehmer fit für die Sommer- und Badesaison. Hier kommt jeder auf seine Kosten!“ Mitzubringen sind Sportkleidung, Turnschuhe und ein Getränk.

Und der Clou: „Fit im Park“ ist nicht nur kostenlos, sondern unterstützt auch noch bedürftige Landshuter. Bei jedem Training wird ein Hut aufgestellt. Die Teilnehmer können ein paar Euros spenden, wenn sie wollen. Als Schirmherr fungiert Oberbürgermeister Alexander Putz.

Weitere Informationen zu „Fit im Park“ gibt es im Internet unter [www.fit-plus.info](http://www.fit-plus.info) oder unter (0871) 975470.



**Umzug auf die Mühleninsel: Da die Ringelstecherwiese heuer belegt ist, hat sich „Fit im Park“ eine neue Location gesucht.**