

Projekt „Moabit bewegt sich 2“

Seit 2019 wurden viele verschiedene kostenlose Bewegungsangebote im Kiez über das Projekt **"Moabit bewegt sich"** (Träger bwgt e.V.) gefördert. Unter Beteiligung der Anwohner*innen und Einrichtungen wurden die Bedarfe hinsichtlich Bewegung erhoben und Angebote für unterschiedliche Altersgruppen im öffentlichen Raum und in Einrichtungen umgesetzt. Neben der Gesundheitsförderung ist auch der nachbarschaftliche Kontakt zwischen den Teilnehmenden und die Freude an der Bewegung wichtig. Während der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie wurden einige der Angebote z.B. Acro-Yoga oder Qi Gong Ü 60 digital weitergeführt.

Der räumliche Schwerpunkt des Folgeprojekts **„Moabit bewegt sich 2“** liegt im Zuge der Gebietsverkleinerung auf dem Hutten- und Beusselkiez. Das Quartier bietet nur sehr wenige Freiflächen. Daher gilt es, durch die Einrichtung temporärer Spielstraßen für Bewegung und Gesundheit im öffentlichen Raum zu sensibilisieren.

Calisthenics-Fitness-Workout am Ufer



Zusätzlich werden weiter kursgebundene und offene Bewegungsangebote drinnen und draußen durchgeführt: angeleitete Calisthenics-Fitness-Workouts am Neuen Ufer für Jugendliche und Erwachsene, offene Bewegungsangebote für Kinder und Familien auf Spielplätzen und für die Stadtschloss-Kids, bewegte Spaziergänge an der frischen Luft mit gemeinsamen Gymnastikeinlagen, und Qi Gong Ü60, bei dem ältere Kiezbewohner*innen durch Atem- und Bewegungsübungen Verspannungen lockern und Kraft für den Alltag sammeln können.

Projektlaufzeit

01.06.2019 –28.02.2022, Fortsetzungsprojekt 01.03.22 - 31.05.24

Träger:

bwgt e.V.

Brunhildstr. 12, 10829 Berlin

Tel: 789 58 550

Email: info@bwgt.org

<https://www.bwgt.org/>

https://www.bewegung-draussen.de/angebote-draussen/?_sft_category=moabit