

Zumba, Lachen, Rock'n'Roll

VERKAUFSOFFENER SONNTAG Zum Stadtwerkelauf am 24. September gibt es ein sportliches Programm und geöffnete Geschäfte

PINNEBERG Pinneberg macht sich fit: Am Sonntag, 24. September, findet der 23. Stadtwerkelauf mit Start und Ziel auf dem Drostei-platz statt. Passend dazu gibt es einen verkaufsoffenen Sonntag mit Rahmenprogramm, das auch die zu Bewegung animieren soll, die nicht mitlaufen. „Es soll eine Ganztagesveranstaltung mit sportlichen Aspekten sein“, sagt Pinnebergs Stadtmanager Dirk Matthiessen. Zum kostenlosen Mitmachangebot nach dem Stadtwerkelauf gehören eine Zumba-Party und Lachyoga.

Direkt im Anschluss an die Siegerehrung geht es mit latein-amerikanischen Rhythmen und Fitness weiter: Ab 14 Uhr zeigen fünf Trainer des VfL Pinneberg auf dem Drostei-platz den Besuchern Zumba-Übungen – zum Mitmachen. Die Party unter freiem Himmel findet zum ersten Mal statt und Heidi Hammerschmidt-Klatt vom VfL hofft auf rege Teilnahme. „Das Programm dauert zwei Stunden und wird von den Trainern ehrenamtlich veranstaltet“, sagt sie. „Die Bühne und die Technik stellen die Stadtwerke, dafür möchten wir uns bedanken.“

Ab 15.30 Uhr folgt auf dem Lindenplatz das Lachyoga von Irene Thelen-Denk. „Das rundet das Bild ab“, sagt sie. „Laufen, Tanzen, Lachen – das ist alles Ausdruck von Kraft und Lebensfreude.“ Laut Thelen-Denk wirken die Übungen, die 1995 von dem indischen Arzt Dr. Madan Kataria entwickelt wurden, energetisierend und gleichzeitig entspannend. „Es ist ein kleines Geschenk an die Pinneberger, die so die Wohltat des Lachens ohne eine Kursanmeldung ausprobieren können.“



Verkaufsoffener Sonntag mit Rabattaktion und Gesundheitsprogramm: Die Veranstalter hoffen auf viele Besucher.

KOWALEWSKI

Ebenfalls auf dem Lindenplatz ist das Sportstudio Mrs. Sporty, das sich auch am Stadtwerkelauf beteiligt, mit einem Stand zu finden. Das sportliche Programm des Tages setzt vor allem auf Kraft und Ausdauer, da will Mrs. Sporty einen Gegenpol schaffen.

„Den Wahlspaziergang kann man gut mit einem Besuch der Innenstadt verbinden.“

Dirk Matthiessen
Stadtmanager

fen: „Wir bieten einen Beweglichkeitstest an“, sagt Nina Knuth. Unter dem Motto „Wie fit ist dein Rücken?“ wird ein Blick auf Rückenmuskulatur und Wirbelsäule geworfen. „Meist ist es so, dass die Beine gut trainiert sind, der Rücken eher weniger“, sagt Knuth.

Damit die Besucher nach so viel Bewegung auch noch eifrig durch die Läden ziehen, gibt es den Pinneberger Stadtrabatt: Auf der Website der Stadt können Coupons heruntergeladen und ausgedruckt werden. Viele Geschäfte beteiligen sich: „Es sind 24 Gutscheine, darunter einige Klassiker und einige neue“, erläutert Matthiessen. Mit dabei sind unter anderem die Adler Apotheke, der Bücherwurm und Brille und Kunst.

Die beiden letzteren haben sich zudem speziell Aktionen zum verkaufsoffenen Sonntag überlegt. „Wir haben einen gesunden Smoothie für gutes Sehen im Angebot“, erläutert Petra Geisler von Brille und Kunst. Drin sind Karotten, Apfel und Orange, die Vitaminspritze soll gut für die Augen sein. Der Bücher-

wurm hingegen setzt auf Denksport: „Das ist Fitness für den Kopf“, sagt Lena Rahlf vom Bücherwurm-Team. Dieses wird einen Tisch mit Spielen bereitstellen, die in aller Ruhe ausprobiert werden können. „Die Tage werden schon kürzer

„Laufen, Tanzen, Lachen – das ist alles Ausdruck von Kraft und Lebensfreude.“

Irene Thelen-Denk
Lachyoga Pinneberg

und es wird kälter, da sind Spiele ideal für einen gemeinsamen Nachmittag“, sagt Rahlf.

Wer lieber in der Vergangenheit schwelgt oder Autos bewundert, statt die Sportschuhe zu schnüren oder die grauen Zellen anzustrengen,

für den hat der verkaufsoffene Sonntag aber auch etwas zu bieten: In der Rathauspassage stehen von 13 bis 18 Uhr unter dem Motto „Rock'n'Roll“ amerikanische Oldtimer und im Nostalgie-Shop historische Outfits und Accessoires bereit. Dazu gibt es Live-Musik vom Red Martin Trio.

Apropos Auto: Die Tiefgarage der Rathauspassage hat an dem Tag geöffnet und die Kaufleute weisen darauf hin, dass auf dem Marktplatz und unter Hochbrücke sonntags kostenlos geparkt werden kann. Matthiessen hofft jedoch auch auf Spaziergänger: „Es ist der Tag der Bundestagswahl und den Wahlspaziergang kann man doch gut mit einem Besuch der Innenstadt verbinden.“

Felisa Kowalewski

➤ www.innenstadt-pinneberg.de