

Schaumburger Nachrichten, 19.04.2016:

Autorasthof

Fitness für Fernfahrer in Lauenau

Wer schon einmal eine mehrstündige Autofahrt hinter sich gebracht hat, der weiß, wie sehr der Körper unter dieser Anstrengung leidet. Berufskraftfahrer haben mit diesen Problemen täglich zu kämpfen.

Das Training an den Fitnessgeräten soll die Gesundheit der Lastwagenfahrer und damit die Verkehrssicherheit erhöhen.

Quelle: pr.



Lauenau. Aus diesem Grund hat die Breslauer Stiftung Truckers Life in Polen an mittlerweile mehr als 50 Rastplätzen und Tankstellen Fitnessanlagen für Fernfahrer eingerichtet. Auch in Deutschland und Tschechien möchten die Initiatoren mit dem Projekt Fuß fassen. Die erste Anlage wird am Donnerstag, 21. April, auf dem Lauenauer Autohof eröffnet.

In Polen läuft das Projekt bereits zwei Jahre, erklärt Projektleiterin Alexandra Gwiazdowicz. Zurück geht es auf die Initiative einer Gruppe Kraftfahrer, die das Problem erkannte, dass viele Verkehrsunfälle von Fernfahrern auf Müdigkeit und einen schlechten körperlichen und psychischen Zustand zurückzuführen sind. 41 Prozent aller Lastwagenfahrer leiden nach Informationen der Stiftung unter Rückenbeschwerden, immerhin 14 Prozent unter Gelenkbeschwerden und 13 Prozent unter Stresssymptomen.

Die Outdoor-Fitness-Anlagen sollen den Kraftfahrern als Möglichkeit dienen, sich nach einer langen Fahrt körperlich zu betätigen, zu trainieren und aktiv zu erholen. Dadurch können sie nicht nur den eigenen Gesundheitszustand verbessern, sondern zugleich die

Verkehrssicherheit erhöhen, so die Idee – ganz nach dem Motto: „Ein gesunder Fahrer ist ein sicherer Fahrer.“

Die Geräte ähneln denen, die man auch aus Fitness-Centern oder von öffentlichen Bewegungsparks kennt. Zur Erklärung finden sich mehrere Informationstafeln mit Hinweisen zur korrekten Handhabung.

Die Benutzung der Fitnessparks soll jederzeit und kostenlos möglich sein, erklärt Gwiazdowicz. Entsprechend ist das Gelände öffentlich zugänglich und steht somit jedem offen. Andere Besucher des Autohofes wie Pendler oder Reisende können die Vorteile der Open-Air-Bewegungsparks somit ebenfalls nutzen, sagt Gwiazdowicz. Vor allem Kinder auf langen Urlaubsreisen hätten daran ihren Spaß. Gedacht seien die Anlagen aber grundsätzlich für die Berufskraftfahrer.

Wie viele dieser Fitnessparks in Deutschland bis Ende des Jahres noch entstehen werden, stehe noch nicht ganz fest, so Gwiazdowicz. Das hänge davon ab, wie viele Sponsoren die Stiftung bis dahin findet.

Die Eröffnung des Fitnessparks ist am Donnerstag, 21. April, dem „Tag der Logistik“, auf dem Autohof in Lauenau vor dem Truck-Center, Daimlerstraße 3. Alle Interessierten sind willkommen. Das Programm dauert von 10 bis 15 Uhr, dann werden unter anderem die unterschiedlichen Geräte der Anlage und deren Benutzung vorgestellt. Dazu gibt es eine Lastwagen-Ausstellung, Musik sowie Essen und Getränke. Mehr Informationen sind im Internet auf www.truckerslife.eu zu finden. *kle*