

# Wachsende Begeisterung

Positive Bilanz bei „GreenGym“. Vor der Winterpause Esche gepflanzt

Von Kirsten Netzow

**WANDSBEK** Vor rund fünf Monaten fanden sich einige Gartenfreunde vor dem Wandsbeker Kulturschloss ein, um Teile des Geländes rund um den Mühlenteich zu verschönern. Nach und nach setzte sich ein fester Kern von 15 begeisterten Hobbygärtnern verschiedenen Alters zusammen. Viele Blumenzwiebeln sind seitdem gepflanzt, Unkraut gejätet, Beete gemulcht und auch Müll gesammelt worden. Jetzt geht die engagierte Gruppe in die wohlverdiente Winterpause.

GreenGym nennt sich die aus England stammende Kombination aus gemeinschaftlichem Gärtnern und sportlichen Bewegungselementen. Vor und nach dem Gärtnern gibt es die Möglichkeit, sich mit Gymnastikübungen für die Gartenarbeit aufzuwärmen und mithilfe von Yogaelementen und Meditation dem Alltag für einige Momente zu entkommen.

In Kooperation mit der Informations- und Kontaktstelle Aktiver Ruhestand (I.K.A.R.U.S.) und dem Kulturschloss Wandsbek veranstaltet der gemeinnützige Träger „Heilende



Sigrid Curth (2.v.l.), Lars Musa (2.v.r.), Fielmann) und Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff (r.)

Stadt“ diese „Grüne Gymnastik“. „Das ist eine ganz tolle Gruppe, da sich alle so gut verstehen“, zeigt sich Sigrid Curth von I.K.A.R.U.S. begeistert von den TeilnehmerInnen. Den ganzen Sommer über traf man sich jeden Sonntag für mehrere Stunden. Der Abschluss der Gartensaison wurde auf der Mühlenteichwiese mit einem farbenfrohen Mandala aus Blättern, Pilzen, Tannenzapfen und Blüten ge-

feiert. Unter dem Motto: „GreenGym trifft Nachbarschaft“ bot die Gruppe selbstgefertigte Samenpralinen gegen Spende beim Kulturschlossjubiläum an und lud die Besucher ein, ihre Wünsche für den Mühlenteichpark an einem Wunschbaum zu hängen.

Anfang November fand dann noch ein Highlight statt: Fielmann stiftete eine Esche im Wert von 2500 Euro sowie 500 Euro für Stauden. Unweit des Spielhauses wurde der acht Meter hohe Baum gepflanzt. Der Spatenstich erfolgte durch den Leiter der Fielmann-Filiale Wandsbek Lars Musa und Bezirksamtsleiter Thomas Ritzenhoff in Anwesenheit von vielen GreenGymAktivisten. „Es ist schön zu sehen, wie sich GreenGym den öffentlichen Raum erobert und ihn bespielt“, sagte Ritzenhoff.

Zeichnete in den Sommermonaten „Heilende Stadt“ für die Organisation der Aktivitäten verantwortlich, übernimmt im Winter der Verein I.K.A.R.U.S. die Regie für das Programm und lädt einmal monatlich zu gemeinsamen Gesprächen ins Kulturschloss ein. „Hier sollen quartiersbezogene Themen besprochen werden“, so der Vorsitzende von I.K.A.R.U.S. Klaus Curth. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

► Die nächsten Termine:  
**Sonntag, 15.11., 16.15 – 18.30 Uhr: Auswertung der Besucherbefragung „Wünsche zur Parkverschönerung“**  
**Freitag, 4.12.15, 16 – 18 Uhr: Geschichte des Wandsbeker Mühlenteichs. Im Kulturschloss Wandsbek, Königsreihe 4.**  
[www.heilendestadt.de](http://www.heilendestadt.de)



Klaus Curth (v.l.) und Sigrid Curth von I.K.A.R.U.S. mit GreenGym-Teilnehmerin Gerda Kutz vor dem Wunschbaum  
Fotos: Netzow