

Elleringhäuser Fitnesspfad



Alle Fotos © Birgit Kleinschmidt

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Was ist das Ziel unseres Projektes?

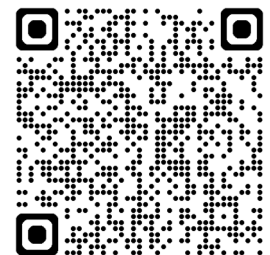
Mit unserem Fitnesspfad möchten wir Menschen aller Altersgruppen ansprechen und zu mehr Bewegung animieren.

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de, Foto © B. Kleinschmidt



Elleringhäuser Fitnesspfad



Welche Inhalte hat unser Projekt?

- 21 Fitnessstationen im öffentlichen Raum
- bei jeder Station gibt es ein Anleitungsvideo, das über einen QR-Code abgerufen werden kann
- niederschwellige Fitnessübungen
- flexibler Rundweg zwischen 1 - 6 km
- Rundwegnavigation über Komoot

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Rahmenbedingungen und Unterstützungsfaktoren

- Ortsbeirat, Kommunalpolitik, KSM (BIÖG) und Sportverbände unterstützten das Projekt
- Einbindung der Jugend im Verein
- fachliche Begleitung durch lizenzierte Übungsleiter

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Warum ist der Fitnesspfad ein Leuchtturmprojekt?

- Auszeichnung „EchtGoldWert“ im Jahr 2020 bei Sterne des Sports
- an vielen Orten nachahmbar/kopierbar
- nachhaltig und kostengünstig
- flexibel und anpassungsfähig

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Umsetzung und Entwicklung (2020 - 2026)

- Start 2020 mit 6 Stationen - heute 21 Stationen
- Nutzung vorhandener Strukturen im Dorf:
 - a) Sportgeräte sind Mauern, Bänke, Treppen, Geländer und Wege
- Start mit laminierten Folien und Kinderfotos
 - heute wetterfeste Schilder mit Turnfrosch
- Start mit einem Rundweg von 2 km
 - heute mehrere Rundwege von 1 - 6 km

Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad



Gemeinsam bewegen wir
Deutschland!

#BEACTIVE

Europäische Woche des Sports
23. - 30. September

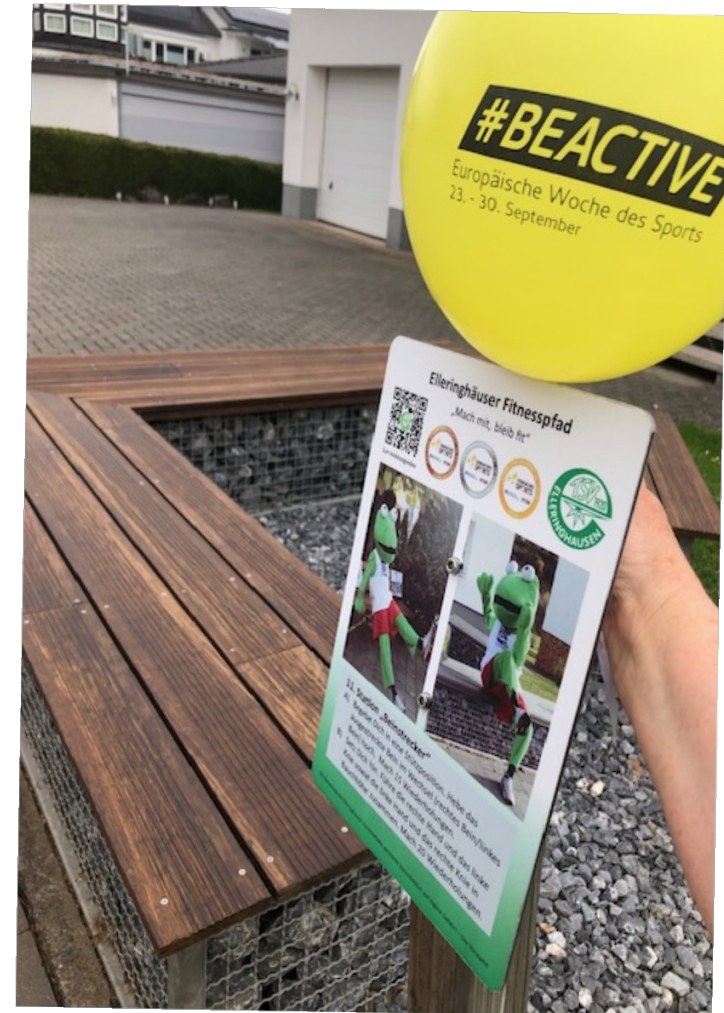
**Einladung zur geführten
Dorfrunde mit
Bewegungsübungen:**

Datum: 20.9.2026 um 10 Uhr

26.9.2026 um 14 Uhr

Ort: 34477 Twistetal

(Hessen/Waldeck-Frankenberg)



© Birgit Kleinschmidt

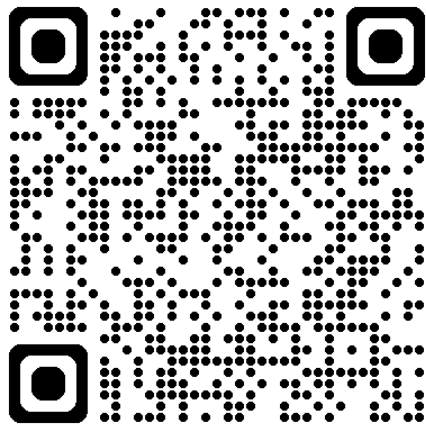
Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de

Elleringhäuser Fitnesspfad

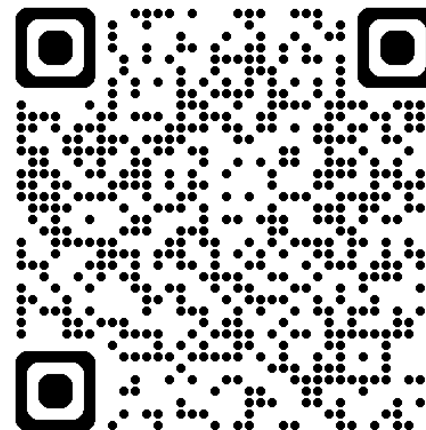


Einblick in alle Stationen:

Imagevideo



Stationsliste



Projektleitung Birgit Kleinschmidt & Juniorteam TSV Elleringhausen
Kontakt: turnfrosch@freenet.de