

Gesundheit und Inklusion: GEWO-Challenge startet am 27. Juni in Hersbruck!

Erleben Sie die GEWO-Challenge in Hersbruck: Vom 27. Juni bis 13. Juli 2025 fördern Gesundheit, Sport und Inklusion.



Hersbruck, Deutschland - In Hersbruck wird der obere Markt vom 27. Juni bis 13. Juli 2025 zur bunten Sportarena, denn die Gewo-Challenge der Lebenshilfe Nürnberger Land steht vor der Tür. Unter dem Motto **gemeinsam stark für Gesundheit, Sport und Inklusion** laden die Veranstalter alle Gemeinden, Schulen, Institutionen und Firmen dazu ein, aktiv teilzunehmen. Die Herausforderung umfasst 17 Tage voller Bewegung und gesunder Ernährung und will Menschen mit und ohne Behinderung zusammenbringen.

Die Auftaktveranstaltung findet am Freitag, dem 27. Juni, von 10

bis 12 Uhr statt. Während dieser Zeit verwandelt sich der Marktplatz in eine Gesundheits- und Fitness-Oase. Hier können sich die Teilnehmer auf eine Vielzahl von Aktivitäten freuen. Hoch im Kurs stehen beispielsweise das Indoor Cycling mit Carmen Luber vom Fitness-Studio Luber sowie die Outdoor-Fitness-Stationen, die von Tobias Tattermusch und Sina Rödel von TT-Fitness betreut werden. Auch die Basketball-Challenge mit dem ehemaligen Nationalspieler Bastian Doreth von den Nürnberg Falcons wird viele Sportbegeisterte anziehen.

Das Programm der Gewo-Challenge

Die Gewo-Challenge bietet zahlreiche Möglichkeiten, sich sportlich zu betätigen. Die Aktivitäten umfassen nicht nur Radfahren und Laufen, sondern auch Fitness-Workouts und eine aufregende Kochrezeptbörse, die dieses Jahr besonders im Fokus steht. Ziele sind unter anderem die Förderung gesunder Ernährung und die Schaffung eines Rezeptarchivs, in dem die Teilnehmer ihre gesunden Lieblingsrezepte einreichen können. Diese Initiative fördert nicht nur die Teilnahme an Sport, sondern stärkt auch das Gemeinschaftsgefühl und die soziale Interaktion unter den Teilnehmern.

- Aktivitäten: Laufen, Fahren, Fitness, Kochen
- Inklusionsbotschafter: Bastian Doreth und Marib Aldoais
- Gesunde Ernährung und Kochrezepte stehen im Mittelpunkt

Im Rahmen der Challenge können die Teilnehmer ihre Lauf-, Rad- und Fitnesskilometer sammeln sowie ihre aktiven Stunden registrieren. Der aktuelle Stand der Aktivitäten wird täglich aktualisiert und lässt sich auf der Webseite gewo-challenge.de verfolgen.

Der Fokus auf Inklusion

Die Gewo-Challenge ist nicht nur eine Sportveranstaltung – sie ist ein Teil einer größeren Gesundheits- und Sozial-Inklusions-

Initiative der Lebenshilfe Nürnberger Land e. V. Als wichtiger Akteur im Bereich des Behindertensports zeigt die Lebenshilfe, wie wichtig es ist, den inklusiven Gedanken in der Gesellschaft zu verankern. Laut dem **Deutschen Behindertensportverband** ist der Zugang zu sportlichen Aktivitäten ein Schlüssel zur Förderung der Teilhabe von Menschen mit Behinderungen im Alltag.

Die Challenge ist eine hervorragende Gelegenheit, Vorurteile abzubauen und das Bewusstsein für die Fähigkeiten von Menschen mit Behinderungen zu schärfen. Denn Sport bringt Menschen zusammen – egal, ob mit oder ohne Handicap. Unterstützt wird die Veranstaltung durch ein engagiertes Team unter der Leitung von Dennis Kummarnitzky und Anargiros Tsopouridis, die alles daran setzen, ein starkes Gemeinschaftsgefühl zu fördern.

In den vergangenen Jahren hat die Gewo-Challenge bereits viel bewegt. Viele Teilnehmer sind gekommen, um aktiv zu werden und sich für Gesundheit und Inklusion einzusetzen. Besucher und Teilnehmer dürfen sich auf eine lebendige, abwechslungsreiche Zeit freuen und sind herzlich eingeladen, sich aktiv einzubringen!

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung finden Interessierte unter **gewo-challenge.de**.

Details	
Ort	Hersbruck, Deutschland
Quellen	• www.nn.de • gewo-challenge.de • www.lebenshilfe.de

Besuchen Sie uns auf: nag-bayern.de