

Pressemitteilung

Technische Universität Berlin

Stefanie Terp

29.06.2023

<http://idw-online.de/de/news816987>

Buntes aus der Wissenschaft
fachunabhängig
überregional



TU Berlin bekommt Outdoor-Gym

Pilotprojekt: TU Berlin eröffnet erstes Outdoor-Gym auf dem Campus

Die Technische Universität (TU) Berlin hat gestern feierlich das erste Outdoor-Gym auf ihrem Hauptcampus eröffnet. Die Fitness-Anlage, ein sogenanntes Shred Shed, bietet vielfältige Möglichkeiten für Sportübungen im Freien und wird zukünftig mit einem Kursangebot für Anfänger*innen und Fortgeschrittene vom TU Sport ergänzt.

Mit der Eröffnung des neuen Outdoor-Gyms steht allen Angehörigen der TU Berlin ab sofort eine moderne Trainingsmöglichkeit für den Sommer zur Verfügung. Die Eröffnung wurde mit Musik, Challenges und einem Training für Anfänger*innen begangen. Der TU Sport bietet ein Open Gym-Angebot an, das allen Interessierten die Nutzung der Geräte ermöglicht.

Shred Shed bietet moderne, urbane Sportmöglichkeit auf dem TU-Campus

Das neue Outdoor-Gym ist das erste Angebot seiner Art auf einem Berliner Campus. Der TU Sport möchte damit dem gesteigerten Interesse an Outdoor-Fitnessaktivitäten wie Functional Fitness oder Calisthenics gerecht werden. Nach eingehender Recherche fiel die Wahl auf das Shred Shed von der Firma BeaverFit, ein "kleines Studio im Freien", das neben einer Functional Fitness-Anlage auch Stauraum für Gewichte und weitere Kleingeräte bietet. Von klassischen Kniebeugen bis hin zum Kettlebell-Training ist hier alles möglich.

"Wir freuen uns sehr, nachdem die letzten Hürden beseitigt wurden, mit diesem Pilotprojekt einen Beitrag zur vielfältigen Gestaltung des Universitätsgeländes zu leisten", sagt Kai Fischer, Sportstättenmanager des TU Sports.

Kursangebot für Outdoor-Gym beinhaltet Functional und Bodyweight Training sowie Fitnesskurse

Im Rahmen der nun startenden Pilotphase bietet der TU Sport ein regelmäßiges Open Gym-Programm an. Sportler*innen können nach entsprechender Einweisung trainieren und die Geräte selbstständig nutzen. Hinzukommen Kurse für Anfänger*innen und Fortgeschrittene im Bereich Functional Training, Bodyweight Training sowie ein allgemeines Fitnessprogramm. Maria Schmidt, Verantwortliche für Öffentlichkeitsarbeit, Events und Internationalisierung im TU Sport, betont: "Wir hoffen, dass der Campus zu einem lebendigen Sportplatz wird und darüber hinaus einen Ort für Austausch und Begegnung bietet, sei es beim spontanen Vorbeikommen oder in unseren Kursen." Interessierte können über die Webseite des TU Sports das Kursprogramm und die Konditionen einsehen sowie sich für das passende Angebot anmelden.

Das Shred Shed wird während des Sommers 2023 einer Testphase unterzogen, in der der TU Sport verschiedene Formate ausprobiert. Bei erfolgreicher Testphase und positiver Resonanz soll das Shred Shed dauerhaft auf dem Hauptcampus der TU Berlin etabliert werden.

Zusätzliche Informationen

Pressebilder vom Eröffnungs-Event finden Sie hier zum kostenlosen Download: <https://www.tu.berlin/go227401/>

Bitte geben Sie als Copyright © Christian Kielmann an.

Weitere Informationen erteilen Ihnen gern:

Kai Fischer
Sportstättenmanagement
Technische Universität Berlin
Straße des 17. Juni 135, 10623 Berlin
Telefon: +49 30 314-23180
E-Mail: Kai.fischer@tu-berlin.de

Maria Schmidt
Öffentlichkeitsarbeit, Events und Internationalisierung
Zentraleinrichtung Hochschulsport
Technische Universität Berlin
Straße des 17. Juni 135, 10623 Berlin
Telefon: +49 (0)30 314 77264
E-Mail: m.schmidt@tu-berlin.de