

Pressemitteilung

Nr.: 2025/125

Weißenburg i. Bay., den 14.07.2026

Kontakt zur Pressestelle: Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Bahnhofstraße 2
91781 Weißenburg i. Bay.

pressestelle@landkreis-wug.de
09141 902-390

„Mach mit, draußen fit!“ – Kostenfreie Bewegungsangebote starten im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen

Mehr Bewegung im Alltag – unkompliziert, kostenfrei und unter freiem Himmel: Unter dem Motto „Mach mit, draußen fit!“ setzt das Gesundheitsamt Weißenburg-Gunzenhausen das Landesprogramm „Sport vor Ort – draußen, offen, für alle“ des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention (StMGP) in der Region um.

Zum Auftakt finden in Treuchtlingen und Gunzenhausen kostenfreie Bewegungsangebote statt. Bei gutem Wetter können alle Interessierten ohne Voranmeldung teilnehmen – unabhängig von Alter, Fitnesslevel oder Vorkenntnissen. Ziel ist es, möglichst vielen Menschen einen einfachen Zugang zu Bewegung zu ermöglichen und Freude an gemeinsamer körperlicher Aktivität zu vermitteln.

Veranstalter des Projekts ist das Gesundheitsamt Weißenburg-Gunzenhausen. Unterstützt wird die Maßnahme durch die Kooperationspartner Altmühlvital Treuchtlingen, die Stadt Treuchtlingen und Stadt Gunzenhausen sowie die Physiotherapeutin Alexandra Krug.

Für dieses Jahr sind folgende Angebote geplant:

In Gunzenhausen findet **„Rückenfit für jedes Alter“** mit Alexandra Krug von 27. Juli bis 28. September montags von 18.00 bis 19.00 Uhr an der Altmühlpromenade (beim Spielplatz) in Gunzenhausen statt.

In Treuchtlingen findet **„Gymnastik im Kurpark - gemeinsam bewegen, wohlfühlen und fit bleiben“** an folgenden Terminen statt:



Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen

Bahnhofstraße 2
91781 Weißenburg i. Bay.

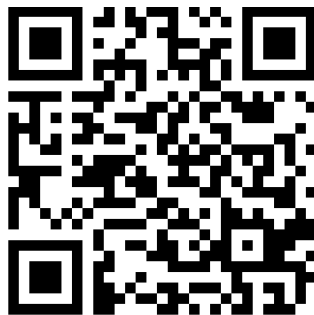
Telefon: 09141 902-0
Telefax: 09141 902-108

poststelle@landkreis-wug.de
www.landkreis-wug.de

- 20.07.26 19.00 Uhr
- 03.08.26 16.30 Uhr
- 21.08.26 11.45 Uhr
- 24.08.26 15.30 Uhr
- 31.08.26 15.30 Uhr
- 03.09.26 15.30 Uhr
- 07.09.26 19.00 Uhr

Mit der Kampagne „Mach mit, draußen fit!“ sollen niedrigschwellige Bewegungsangebote langfristig im Landkreis etabliert und kontinuierlich weiterentwickelt werden.

Um die Wünsche und Bedürfnisse der Bürgerinnen und Bürger künftig noch stärker berücksichtigen zu können, lädt das Gesundheitsamt Weißenburg-Gunzenhausen alle Einwohnerinnen und Einwohner ein, sich an einer Online-Umfrage zu beteiligen. Dort kann abgestimmt werden, welche Bewegungsangebote künftig für welche Altersgruppen besonders im Fokus stehen sollen. Der direkte Zugang zur Umfrage erfolgt über den nebenstehenden QR-Code.



Weitere Informationen zum Projekt sowie zur Umfrage sind auf der Internetseite der Gesundheitsregion^{plus} Altmühlfranken verfügbar:

<https://www.altmuehlfranken.de/gesundheitsregionplus/sportvorort/>

Das Gesundheitsamt Weißenburg-Gunzenhausen freut sich über eine rege Teilnahme und lädt alle Bürgerinnen und Bürger herzlich ein, gemeinsam aktiv zu werden.



Bildunterschrift: Mach mit, draußen fit

Bildnachweis: Landratsamt Weißenburg-Gunzenhausen / Sofia Krug