



## Studietur til Holland, Belgien og Ruhr-distriktet

### Gode rammer for fysisk aktivitet

#### Få inspiration til fx:

- Parker til sport og leg
- Cykelplanlægning
- Bevægelsesfremmende byrum
- Aktivisering af unge
- Idræt som integrationsværktøj
- Offentligt-privat samarbejde

Gode rammer for fysisk aktivitet er et grundlæggende krav til moderne byplanlægning. Det er sjovt at bevæge sig, det er sundt – og det er en god måde at møde andre på. Og så er sunde borgere mindre syge.

Fysisk aktivitet har altså både fysiske, sociale, demokratiske og økonomiske gevinster. I Holland, Belgien og Ruhr-distriktet kan der hentes bred inspiration til emnet, både til fysiske anlæg som løberuter og klatreanlæg og til kampagner, der får børn, unge og andre grupper til at dyrke mere sport.

#### En tredages studietur til Holland, Belgien og Ruhr-distriktet kunne fx rumme følgende programpunkter:



#### ■ Sportpark Duisburg – rekreativ sportspark

Et 200 hektar stort område med faciliteter til 40 forskellige sportsdiscipliner. Hertil kommer udendørs fitness-faciliteter, en privatfinansieret belyst løbesti og et skovområde, der er kreativt udnyttet som klatrepark. To ro-baner udgør rygraden i hele området, og langs vandet ligger der en række restauranter og cafeer. Flere sports- og idrætsorganisationer har deres hovedsæde her. Sportsparken bruges aktivt af alle aldersgrupper.

#### ■ "Sport na school" i Gent – sport efter skole

Et projekt, som har formået at aktivere unge i alderen 12-18 år ved at tilbyde idrætsaktiviteter efter skoletid, uden at det bliver for dyrt. De unge har ubegrænset adgang til de idrætsaktiviteter, der indgår i projektet og har således mulighed for at afprøve forskellige discipliner. Deltagelsen koster ca. det halve af et almindeligt foreningskontingent. Flere belgiske byer, store såvel som små, har med stor succes taget ideen til sig.



#### ■ Landschaftspark Duisburg Nord

Nedlagt jernværk omdannet til landskabspark, hvor højovnen er blevet til et 70 meter højt udsigtspunkt. De gamle industrielle anlæg er omskabt til klatrehaver,



#### Derfor studieture:

- Et bedre beslutningsgrundlag
- Fælles referencer
- Stærkere fremdrift i egne projekter
- Bedre, billigere og mere inspirerende løsninger
- Lavere anlægs- og driftsudgifter
- Undgå dyre fejl
- En investering, der tjener sig hjem mange gange

og en gasbeholder er omdannet til dykkertank. Bygningerne på området er renoverede og bruges til events. Stedet har stor rekreativ værdi for borgerne i lokalområdet og 700.000 besøgende om året.

#### ■ Rheinpark Duisburg – spændende parkanlæg

Nyt parkområde åbnet i 2008 som første del af et større projekt, hvor de næste faser inkluderer nye bolig- og erhvervsområder. Gamle industrielle mure er anvendt kreativt som rumdelere. Parken har en stor skate- og BMX-bane, flere klatrevægge og forskellige legepladser. Via en tunnel er der adgang ned til Rhinen, hvor der er anlagt en strandpark.

#### ■ Gasometer – klatrehaver

I Oberhausen finder man en af Tysklands største klatreparker. Parken ligger i et lille skovområde ved byens vartegn, Gasometer, en omdannet gasbeholder. Klatreparken har 190 forskellige udfordringer med sværhedsgrader, der varierer alt efter alder og niveau.

#### ■ Leidsche Rijn, Utrecht – digital tidsregistrering

I Leidsche Rijn finder man en 8 km lang rekreations-sti, som bruges til løb, cykling, rulleskøjteløb mv. Langs stien er der indbygget fire digitale tidsregistreringspunkter. Med en særlig chip i skoen vil ens løbetid kunne projiceres op på lystavler langs stien.

#### ■ Rotterdam – ambitiøs sportsby

En ambitiøs tipunktsplan skal fastholde og udvikle Rotterdam som sportsby. Fx skal motion i skolerne vægtes lige så højt som fx matematik; i fremtiden skal elever fra 6-14 årsalderen være aktive mindst en time om dagen; skolegårde omdannes til boldbaner og aktive rum; elitesportsfolk tilbydes sociale uddannelser, så de kan fungere som rollemodeller; OPP fremmes på idrætsområdet og sportsklubber støttes økonomisk, da de spiller en vigtig rolle i integrationsarbejdet.

#### ■ Amsterdam – den cyklende by

Amsterdam hører til blandt de førende cykelbyer i verden, og halvdelen af byens borgere cykler hver dag. For at få endnu flere op på cyklen køres der flere kampagner, fx et projekt som skal få mennesker med en ikke cykelkulturel baggrund til at bruge cyklen. Amsterdam har gode cykelparkeringsforhold, herunder også flere overvågede cykel p-pladser, og der er en rigtig god kobling mellem brug af cykel og offentlig transport. Et net af cykelmotorveje gør det nemt at komme rundt i byen, hurtigt og sikkert.

**byrejsen.dk – strategisk byudvikling** arrangerer studierejser for Realdania og en lang række kommuner. Vores ture giver konkret og brugbar viden om de bedste byudviklingsprojekter i Europa.

Læs mere om strategisk byudvikling, emner, cases og vores profil på [www.byrejsen.dk](http://www.byrejsen.dk)  
Kontakt os for et forslag til jeres næste studietur: [info@byrejsen.dk](mailto:info@byrejsen.dk) / 4160 4028