

Sportlich auf Schatzsuche im Riederwälder Forst

Quartiersmanagement, Verein Balance und Gesundheitsamt Frankfurt arbeiten zusammen!

Eine interaktive Sport-Rallye durch den Riederwälder Forst haben das Quartiersmanagement Riederwald und der Verein Balance e.V. gemeinsam initiiert. Die Rallye animiert zur Bewegung und vermittelt gleichzeitig Wissen über den Stadtteil und den ihn umgebenden Forst. Gefördert wird das Angebot von der Stadt Frankfurt am Main mit Mitteln des Projekts „Gut Geht's“ des Gesundheitsamtes Frankfurt am Main.

Fit durch den Riederwald

Über die App „Actionbound“ werden Sportler*innen von Jung bis Alt mit Hilfe verschiedener GPS-Koordinaten durch den Wald geführt, bei Sportübungen angeleitet und angeregt, achtsam gegenüber ihrer Umwelt zu sein. Die digitale Rallye durch den Riederwald ermöglicht es, sowohl in Gruppen als auch ganz individuell Sport an der frischen Luft auszuüben. Alter und Grad der persönlichen Fitness spielen keine Rolle, denn die einzelnen Übungen lassen sich jeweils an die eigene Konstitution anpassen.

Beginn des „Bounds“ – also der Rallye – ist das Nachbarschaftsbüro des Quartiersmanagements des Diakonischen Werkes für Frankfurt und Offenbach an der Schöfflestraße 24. Die ersten 50 Teilnehmenden können sich nach erfolgreichem Abschluss der Rallye ein sportliches Geschenk im Nachbarschaftsbüro abholen.

Und so geht es:

- Actionbound-App im Playstore oder im AppStore herunterladen!
- Bound „Fit durch den Riederwald“ suchen oder QR-Code am Nachbarschaftsbüro scannen.

Öffnungszeiten des Nachbarschaftsbüros im Frankfurter Programm – Aktive Nachbarschaft:

Dienstag zwischen 10 und 13 Uhr und Donnerstag von 13 bis 18 Uhr, Telefon: 069 41 07 48 57

[Mehr Informationen zum Quartiersmanagement Riederwald erhalten Sie](#)

[hier.](#)