

Einfach bewegen in kommunalen Alltagsräumen! = Bouger dans la ville, partout et en tout temps!

Autor(en): **Schelhorn, Dirk**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Anthos : Zeitschrift für Landschaftsarchitektur = Une revue pour le paysage**

Band (Jahr): **56 (2017)**

Heft 2: **Räume für Bewegung = Les espaces pour bouger**

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-681508>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Einfach bewegen in kommunalen Alltagsräumen!

Die Stadt zum Benutzen ist machbar, der Alltag im urbanen Raum kann der Gesundheit und der Bewegungsförderung dienen – wenn einige wenige Faktoren berücksichtigt und neue Spielregeln im Rahmen von Stadtentwicklung und -gestaltung fachübergreifend gelebt werden.

Bouger dans la ville, partout et en tout temps!

Utiliser la ville, c'est possible. L'environnement urbain quotidien peut servir à entretenir sa santé et sa forme physique. Il suffit de tenir compte de quelques facteurs importants et d'adopter de nouvelles règles de jeu interdisciplinaires dans la planification et l'aménagement.

Dirk Schelhorn

Die Gesundheit eines Menschen ist von zwei wesentlichen Perspektiven abhängig: vom eigenen Verhalten und den Rahmenbedingungen, in denen er aufwächst und lebt. Die Stadt ist in diesem Zusammenhang in erster Linie Lebensraum und somit Er(L)ebensraum und nicht Verkehrs- oder Wirtschaftsraum. Die wichtigen, weichen Standortfaktoren «Kinder- und Familienfreundlichkeit» drücken sich in erster Linie nicht quantitativ, sondern vor allen Dingen qualitativ aus und werden unter anderem durch Attribute wie gesundheits- und bewegungsfördernd bestimmt.

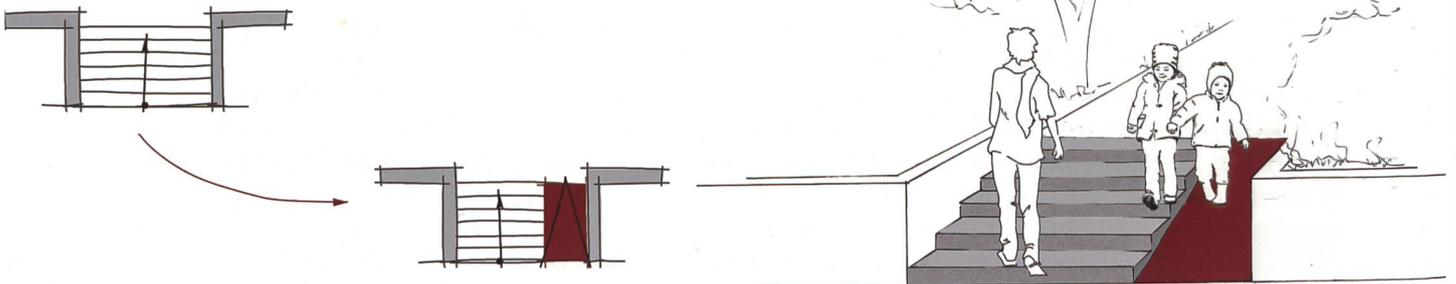
Motivierende Räume schaffen

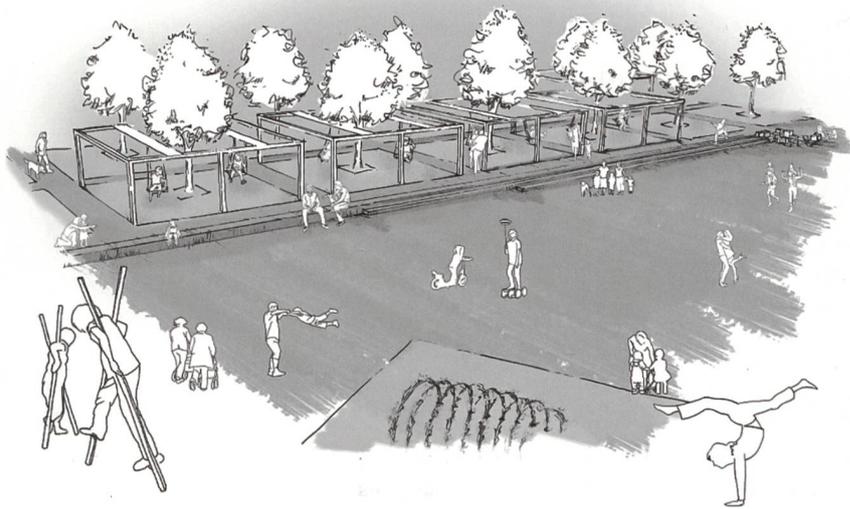
Damit Menschen gesund aufwachsen und leben können, benötigen sie entsprechende gesundheitsfördernde und -erhaltende Lebensbedingungen. Dieser Fakt muss jedem bekannt sein, denn die Diskussionen, zum Beispiel um Feinstaubbelastung, Lärm, störenden KFZ-Verkehr, Nachverdichtung, fehlende, zusammenhängende Freiraumangebote und so weiter füllen fast täglich die Nachrichten. Ver-

La santé d'un individu dépend de deux facteurs essentiels: son propre comportement et les conditions dans lesquelles il grandit et vit. Ainsi, la ville est un espace de vie et d'expérience avant d'être un lieu de circulation et d'activité économique. La convivialité pour les enfants et les familles ne constitue pas le premier critère qualitatif pour choisir un lieu de vie. Un cadre propice à la santé et à l'exercice physique se révèle plus déterminant.

Créer des espaces qui motivent les gens

Pour pouvoir grandir et vivre de façon saine, les conditions de vie doivent s'y prêter. Nul ne saurait l'ignorer: les débats liés aux particules fines, au bruit, au trafic automobile, à la densification urbaine ou au déficit d'espaces non bâtis ne cessent de faire l'actualité. Ce qui laisse pantois, c'est que des facteurs aussi essentiels que des places de parc réservées aux véhicules en autopartage, des endroits où il fait bon s'arrêter et flâner, des réseaux de chemins piétonniers continus, des lieux où l'on peut jouer et bouger de





2

1 Treppensituation in Reutlingen, Umsetzung 2017: Fusrutsche und Rollatorrampe zum Üben. Face aux escaliers à Reutlingen, réalisation en 2017: surface glissante et rampe pour s'exercer.

2 Statt Sitztribünenstufen werden in Reutlingen am Kulturplatz in der ersten Reihe Schaukeln eingebaut. Au lieu de marches, des balançoires sont construites aux premiers rangs des tribunes.

3 Altstadt Reutlingen; Pilotprojekt Minigolf in der Fußgängerzone. Vieille Ville de Reutlingen: projet pilote de minigolf dans la zone piétonne.

blüffend ist aber, dass die wesentlichen Faktoren wie Parkplätze für Fußgänger, ausreichende Verweilqualitäten, ein durchgehendes Fußwegenetz, genügend Platz für spontanes Spielen und Bewegen oder grüne Räume oft zur Ausnahme werden und es so gut wie keine stringente Strategie zur Gesundheits- und Bewegungsstadt gibt, wie sie beispielsweise auch Ärzte und Verbände fordern.¹

Ziel einer gesunden Stadt muss es aber sein, die alltäglichen Lebensverhältnisse der Menschen aller Altersstufen so zu ermöglichen, dass ein bewegtes, ein bewegendes und damit gesundes Alltagsverhalten möglich werden kann. Und zwar selbstverständlich für alle Generationen. Eine am Menschen orientierte Stadtentwicklung bildet den Rahmen, die Freianlagengestaltung konkretisiert die Inhalte.

Philantropie Stadtplanung

Gesundheits- und Bewegungsförderung stellt keine Ausnahmesituation dar. Sie findet «auf dem Weg» statt, überall und ständig im Alltag. Insofern stellt sich die Frage, wie zielführend es ist, im Rahmen von Stadtgestaltung Ausnahmeplätze zu generieren, neben Spielplätzen für Kinder und Bewegungsorten für Jugendliche nun auch Seniorenspielplätze anzubieten und alles ein wenig zu mischen, um dann von Generationenplätzen zu sprechen. Und damit Spielen und Bewegen als Ausnahmen nur an bestimmten Orten und unter bestimmten Bedingungen zuzulassen.

Ist es nicht angebracht, all dem monofunktionalen, schicken Möblieren des öffentlichen Raums entgegenzuwirken? Es sollen keine Bewegungshettos entstehen, sondern belebte, und nicht möblierte Räume: Urbane Alltags-Bewegungsräume.

Zielgruppengerichtete Zusatzangebote

Es werden sicherlich dennoch zusätzliche, spezielle Spielplätze und Bewegungsorte im Rahmen des

façon spontanée ou même de simples espaces verts tendent à devenir des exceptions. Il n'existe, pour ainsi dire, aucune stratégie cohérente en faveur d'une ville propice à la santé et à l'activité physique, telle que l'appellent de leurs vœux médecins et associations¹.

Le but d'une ville saine est pourtant d'offrir à la population des conditions de vie favorables permettant l'activité physique au quotidien. Et ce, à tout âge. Les besoins des gens doivent former le cadre général du développement urbain, avant l'aménagement des espaces non bâtis.

Aménagement urbain philanthropique

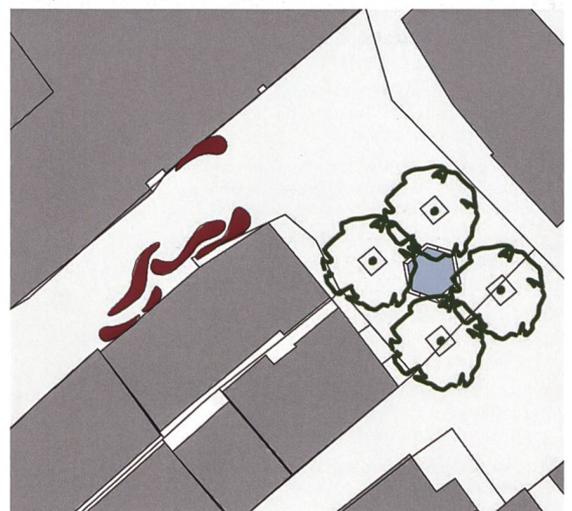
Bouger, faire des exercices et ainsi améliorer sa santé ne requièrent pas de conditions particulières. Ce doit être possible «sur le chemin», en tout lieu et en tout temps, au quotidien. Est-il donc pertinent d'aménager des espaces spécifiques (à l'instar de ceux destinés aux personnes âgées), en plus des places de jeu pour enfants et des lieux de rencontre pour les jeunes, puis de mélanger le tout pour obtenir des endroits favorisant les échanges intergénérationnels? Dans cette perspective, le jeu et le mouvement ne semblent être admis qu'en des lieux précis.

Ne convient-il pas de s'opposer au mobilier monofonctionnel chic des espaces publics? Il ne faut pas créer des ghettos réservés à l'exercice physique, mais des espaces animés sans mobilier: des lieux de mouvement quotidiens.

Une offre complémentaire ciblée

Bien sûr, des places de jeu et des lieux de rencontre spécifiques au sein du tissu urbain, de même que des espaces verts spécifiques sont nécessaires. Engins de fitness, appareils thérapeutiques, structures de callisthénie, parcours d'exercice, pistes de moto tout terrain et autres skateparks sont autant d'inventions formidables.

Ces aménagements ne concernent toutefois jamais qu'une partie de la population. Et ils favorisent surtout la mobilité secondaire. Afin de renforcer du-



3



4 Prioritätenplan Reutlingen, Massnahmen und Ideensammlung zum Altstadtkonzept – «Spielen und Bewegen». Prioritäten des plan Reutlingen, mesures et collecte d'idées liées au concept de la vieille ville «Jouer et bouger».

5 Akteure und Voyeure; Spielraumkonzept Altstadt Reutlingen: in den Belag integriertes Trampolin. Acteurs et spectateurs; concept de l'espace dédié au jeu Reutlingen: trampoline intégré dans le revêtement.

4

195

Bestand Inventaire

- Brunnen / Fontaine
- Objekte/Kunst / Objets/œuvre d'art
- Spielplätze/Schulhöfe / Place de jeux/cours d'école

Legende Prioritäten / Légendes Priorités

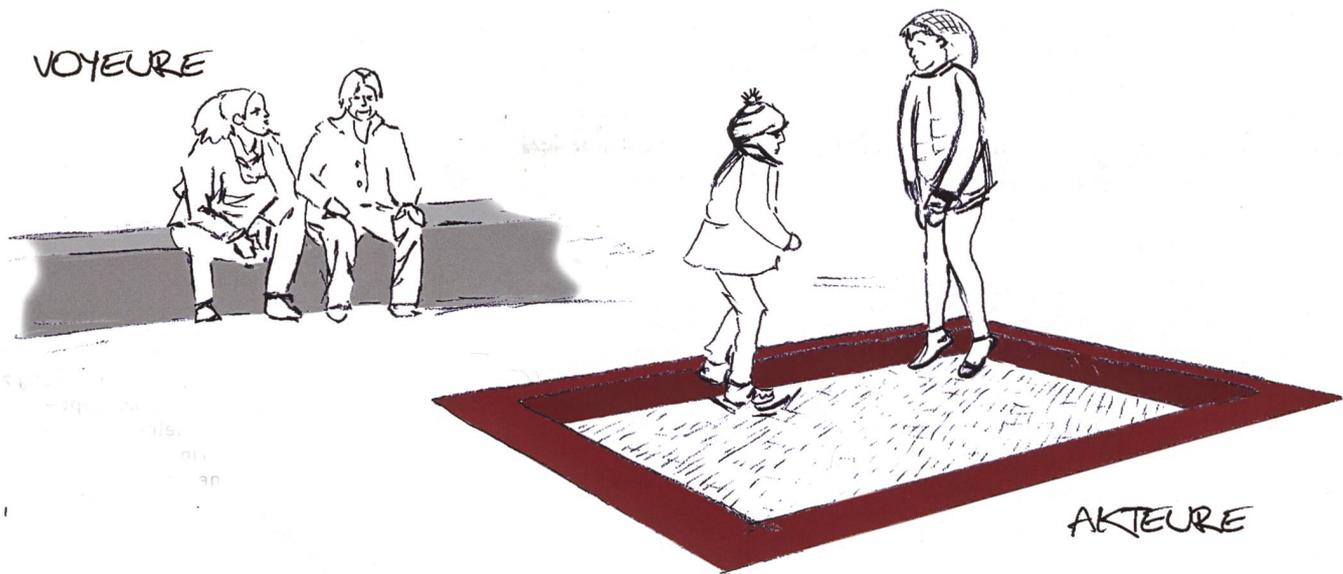
- Sofortmassnahme 2013 – Starterprojekt / Mesures urgentes 2013 – Projet de démarrage
- kann sofort in Planung umgesetzt werden / peut être aussitôt appliqué dans la planification
- kann mittelfristig umgesetzt werden / peut être mis en œuvre à moyen terme
- kann langfristig umgesetzt werden / peut être réalisé à long terme
- Zeitraum variabel / Période variable

Massnahmen – Prioritäten / Mesures – priorités

- 1** Gerberwehr - Bürgerpark: Versuchsstationen / Parc public: lieux d'essai
- 2** Gerbersteg mit Brücke: Spielend kommunizieren / Gerbersteg avec ponts: communiquer en jouant
- 3** Übergang Zentraler Omnibusbahnhof: Spielweg / Passage de la gare routière principale: chemin réservé aux jeux
- 4** Spielstrasse zwischen Stadtbachstrasse und Fernseeestrasse / Zone réservée aux jeux entre les rues Stadtbach et Fernsee
- 5** Jugendcafé am Fernseeplatz: Platz schaffen / Café pour les jeunes sur la place Fernsee: créer une place
- 6** Ende der Spielstrasse an der Fernseeestrasse: Kreuzung / Fin de la zone réservée aux jeux sur la rue Fernsee: carrefour
- 7** Nikolaikirche/Nikolaiplatz / Église Saint-Nicolas/place Saint-Nicolas

- 8** Strassenkreuzung Glaser-/Hofstattstrasse: Raum nutzen / Carrefour entre les rues Glaser et Hofstatt: utiliser l'espace
- 9** Spielplatz Pfäfflinshofstrasse: Spielplatz/Raum nutzen / Place de jeux de la rue Pfäfflinshof: place de jeux/utiliser l'espace
- 10** Grünfläche vor dem Tübinger Tor: Stadt – Raum – Spiel / Espaces verts devant la porte Tübinger: ville – espace – jeu
- 11** Stadtmauerstrasse: Baumspirale / Rue Stadtmauer: arbres spirales
- 12** Rathausstrasse (vor Joli): Mauerspiel, Spielstrasse / Rue de l'Hôtel de Ville (devant Joli): mur de grimpe, zone réservée aux jeux
- 13** Innenhof Rathaus (neben Wasserbecken): Raum erobern / Cour intérieure de l'Hôtel de Ville (à côté de bassins): conquérir l'espace
- 14** Marktplatz (Ecke Kanzleistrasse): Raum für alle, City-Baumhaus / Place du marché (angle rue de la Chancellerie): espace pour tous, cité-cabane en bois
- 15** Marktplatz (vor Alexandre): Akteure/Voyeure, Blumenbeet / Place du marché (devant Alexandre): acteurs/spectateurs, lit de fleurs
- 16** Spitalhof: Zentrales Spiel / Cour de l'hôpital: jeu central
- 17** Spitalstrasse: Strassenspiel/Minigolf / Rue de l'hôpital: zone dédiée aux jeux/minigolf
- 18** Kreuzung Mauer-/Krämerstrasse: multifunktionaler Platz / Carrefour entre les rues Mauer et Krämer: place à usages multiples
- 19** Fussgängerzone Obere Wilhelmstrasse: Raum aneignern / Zone piétonne, route supérieure Wilhelm: conquérir la rue
- 20** Friedrich-List-Gymnasium: Gesamtplanung, Einzelmassnahme / Lycée Friedrich List: conception générale, mesures spécifiques
- 21** Friedrich-List-Gymnasium: Gesamtplanung Einzelmassnahme «Stadttisch» / Lycée Friedrich List: conception générale, mesures municipales spécifiques «table de la ville»

- 23** Spielplatz Nürtingerhofstrasse: Neues Konzept / Place de jeu rue Nürtingerhof: nouveau concept
- 24** Jos-Weiß-Schule: Am Schulhof / École Jos-Weiß: dans la cour d'école
- 25** Albortplatz / Place Albtor
- 26** Vor Kindergarten Emilienkrippe: Strasse als verkehrsberuhigte Zone und Grünstreifen Friedrichsplatz / Devant le jardin d'enfants Emilienkrippe: zone à trafic limité et bande de verdure, place Friedrich
- 27** Kreuzung Friedrichsplatz/Mauerstrasse: Mein Weg durch die Stadt / place Friedrich/rue Mauer: mon chemin à travers la ville
- 28** Mauerstrasse: Verweilend balancieren / Rue Mauer: rester en équilibre
- 29** Kreuzung Schul-/Gartenstrasse: Die Stadt benutzen / Croisement entre les rues Schulstrasse/Gartenstrasse: utiliser la ville
- 30** Naturkundemuseum/Marienkirche / Musée de sciences naturelles/Église Sainte-Marie
- 31** Rund ums Rathaus: Bewegungslinien «rauf-runter-durch» / Autour de l'Hôtel de Ville: lignes de mouvement «dessus – dessous – à travers»
- 32** Spielplatz Volkspark / Place de jeux Volkspark
- 33** Vor der Stadtbibliothek / Devant la bibliothèque municipale
- 34** Am Modelleisenbahnladen / Au magasin de trains miniatures
- 35** Bürgerpark / Parc municipal
- 36** Skateanlage / Plate-forme pour le skate



Stadtgefüges benötigt, wie es auch spezielle grüne Freiräume gibt; Objekte zur Förderung der Fitness, therapeutisch orientierte Geräte, Calisthenics- und Parcoursanlagen, Dirt-Bike-Strecken und Skate-Pools und vieles mehr. Das sind grossartige Errungenschaften.

Ganzheitlich betrachtet wird mit diesen speziellen Angeboten jedoch immer nur ein Teil der Menschen angesprochen. Und es wird überwiegend die Sekundärmobilität gefördert. Um zugunsten körperlicher, geistiger und sozialer Ressourcen nachhaltige Effekte zu erzielen, ist es erforderlich, die Primärmobilität und damit den ganzen Menschen individuell zu fördern.

Bei entsprechender Gestaltung und Organisation kommunaler Lebensräume entsteht eine Fülle sogenannter Bewegungsverführer, die darauf warten, erkannt und benutzt zu werden: Treppen für spontanen Spass, Fassaden zum Klettern, Bewegungsangebote auf dem öffentlichen Platz oder in der Fussgängerzone. Der spontane Kick auf dem Bodentrampolin an einer Bushaltestelle integriert beispielhaft das Bewegungsangebot in den Alltagsort und ermöglicht wartenden Menschen, eigene Bewegungsideen zu entwickeln. Gleichzeitig wird dieser Ort zur Manege: Es gibt immer Akteure und Voyeure.

Theorie des Alltags-Bewegungs-Raums

Diese Wechselwirkungen der Raumeignung sind bereits früh publiziert worden. So beschreibt Otto Friedrich Bollnow, dass sich der Mensch nicht in einem Raum wie ein Gegenstand in der Schachtel befindet. «...der Mensch ist auch kein traumloses Subjekt, sondern das Leben besteht im Verhältnis zwischen Mensch und Raum...».² Auch in der Reggio-Pädagogik nach Maria Montessori (1870–1952) spielt der Raum die entscheidende Rolle. Wie auch bei Bollnow ist er hier kein Ort, der durch ISO-Normen und andere analoge Konstrukte alleine geregelt werden könnte: Er ist auch heimlicher Bewegungsverführer; der dritte Erzieher.³

rablement les ressources physiques, mentales et sociales des individus, il est nécessaire de promouvoir la mobilité primaire et donc de s'intéresser à la personne dans sa globalité.

Si les espaces de vie ordinaires sont aménagés et organisés en conséquence, ils recèlent une multitude d'incitations au mouvement qui attendent d'être exploitées: des escaliers où s'amuser spontanément, des façades à escalader, des aménagements propices à l'exercice sur les places publiques et dans les zones piétonnes entre autres. Si l'on installe, par exemple, un trampoline à côté d'un arrêt de bus, on enrichit ce lieu quotidien, permettant aux gens de bouger et de développer leurs propres mouvements. Et l'endroit se transforme en scène: il y a toujours des acteurs et des spectateurs ci et là.

Un peu de théorie

Ces interactions dans l'appropriation de l'espace ont été très tôt étudiées. Selon Otto Friedrich Bollnow, l'être humain ne se tient pas dans un espace comme un objet dans une boîte: «[...] l'homme n'est pas un sujet sans rêve, mais la vie réside dans le rapport entre l'homme et l'espace [...]».² Dans la pédagogie Reggio, inspirée de Maria Montessori (1870–1952), l'espace joue également un rôle déterminant. Ici, comme chez Bollnow, aucun endroit ne saurait être régi par des normes ISO ou d'autres systèmes analogues. Le lieu incite secrètement au mouvement; il est le tiers-éducateur³.

Les espaces urbains transformés en lieux de mouvement doivent susciter des expériences spontanées. On sous-estime beaucoup les chemins qui ne servent pas seulement à franchir une distance entre deux points. «Être sur le chemin» permet de se maintenir en bonne forme et en santé. Le tracé doit obéir à un concept général, éveiller des émotions positives et être clairement indiqué afin de donner envie aux gens de se déplacer à pied. Devant des vitrines, des

Bei der Entwicklung urbaner Räume zu Bewegungsräumen gilt es, Bewegungserlebnisse zu provozieren, die aus eigenem Antrieb entstehen. Unterschätzt werden vor allen Dingen Wegeverbindungen, die nicht nur der Überbrückung des Raums zwischen zwei Zielen dienen. «Auf dem Weg sein» macht fit und dient der Gesundheit. Dazu sollten Wegebeziehungen aber deutlich erkennbar sein, Lust machen zu Fuss zu gehen, einer Grundidee unterliegen und durch Gestaltungsaspekte emotional begeistern. Parkplätze für Fussgänger vor Schaufenstern erhöhen die Aufmerksamkeit viel mehr als ein PKW-Abstellplatz!

Um den Menschen eigene Bewegungsideen zu ermöglichen, kann für jeden urbanen Bereich ein eigenes Corporate Design entwickelt werden, das auf folgenden Eckpunkten aufbaut:

1. Den ganzen Raum nutzen;
2. Überraschung ermöglichen, Vorhandenes umdeuten, Prinzip der Nutzung vorhandener Strukturen;
3. Prinzip Zirkus, Akteure und Voyeure;
4. Wege als Bewegungssystem;
5. Multifunktionalität, Prinzip der Mehrdeutigkeit und eigenen Interpretation;
6. Prinzip der Erkennbarkeit durch Symbolik und Farbe;
7. Prinzip eines Rhythmus von Aktivität und Passivität.

Diese grundsätzlichen Tatsachen lassen sich auch auf sonstige, zusammenhängende Freiräume übertragen. Jede Grünanlage ist geeignet, ein idealer Bewegungsraum für alle Generationen zu sein, wie das Beispiel der Alla-Hopp!-Anlagen⁴ zeigt: In der deutschen Rhein-Neckar-Region sind seit 2013 neunzehn Bewegungsparkanlagen entstanden, die von allen Generationen zwanglos benutzt werden. In der Kombination aus Raumangebot, Wegebeziehungen und Objekten wird von den BesucherInnen der ganze Raum, ebenso wie seine integrierten Inhalte, individuell gedeutet und benutzt.

Es braucht nicht viel, um die benutzbare Stadt von morgen gemeinsam zu erschaffen und vor allem sie zu (er)leben.

places de parc réservées aux prétons éveillent davantage la curiosité que celles destinées aux voitures privées.

Afin de permettre aux gens d'imaginer leurs propres exercices, l'on pourra élaborer pour chaque secteur urbain une identité visuelle spécifique, basée sur les principes suivants:

1. Rendre tout l'espace utilisable;
2. Laisser de la place aux surprises, réinterpréter et utiliser l'existant;
3. Concevoir l'espace comme un théâtre, avec des acteurs et des spectateurs;
4. Aménager les chemins de manière à susciter l'activité physique;
5. Promouvoir la multifonctionnalité, la polysémie et les possibilités d'interprétation personnelle;
- 6 Assurer l'orientation au moyen de la signalétique et de la couleur;
7. Favoriser l'alternance entre activité et passivité.

Ces aspects fondamentaux sont transposables à tous les espaces non bâtis interconnectés. Tout espace vert est susceptible de devenir un lieu de mouvement idéal pour chaque génération, comme le démontre l'exemple des parcs «alla hopp!»⁴. Dans la région métropolitaine Rhin-Neckar, 19 parcs d'exercice, utilisés en toute décontraction par toutes les tranches d'âge, ont vu le jour depuis 2013. La conjonction entre l'espace, les chemins et les objets proposés permet aux visiteurs d'utiliser et d'interpréter librement l'endroit entier et les contenus qu'il intègre.

Il en faut peu pour réaliser la ville en mouvement de demain et, surtout, pour la vivre.

¹ Siehe auch: Dietrich Grönemeyer Stiftung: Die Gesundheitsstadt. In: Die Welt des kleinen Medicus. Witten, o.J., S. 36.

² Bollnow, Otto Friedrich: Die Räumlichkeit des menschlichen Lebens. In: Mensch und Raum. Stuttgart 1997, S. 23.

³ Siehe auch: Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung (BAG) e.V.: einfachbewegen in anreicherungreichen Freiräumen. März 2016, S. 10.

⁴ Dietmar Hopp Stiftung: www.alla-hopp.de [21.2.2017].