

Vitaparcours in Winterthur

Winterthur erhielt 1969 den ersten Vitaparcours am Eschenberg. Auf Initiative des Turnlehrers Walter Baumann (1935–2022) erstellten Schulklassen 1971 einen eigenen Fitnessparcours im Lindbergwald. Beide tragen heute die Marke «Zurich vitaparcours», ebenso ein dritter Parcours am Hegiberg.

BAUJAHR
1969



Walter Baumann (1935–2022), Turnlehrer an der Kantonsschule, instruiert Lernende beim Bau des Fitness-Parcours auf dem Lindberg, Sommer 1971.

Foto: winbib (Signatur 035881)

Der erste Vitaparcours auf der Breite

Der erste Vitaparcours entstand im Sommer 1968 in Zürich. Er war eine Werbeaktion der Vita-Lebensversicherung (heute Zurich Versicherung). Schon im folgenden Sommer wurde am nördlichen Hang des Eschenbergs der erste Vitaparcours in Winterthur eingerichtet. Sein Start ist beim Minigolf am Breiteplatz.

Der Fitness-Parcours am Lindberg

In der Folge entstand die Idee, auch im Lindbergwald eine solche Anlage zu erstellen. Ein Initiativkomitee mit Kanti-Turnlehrer Walter Baumann (1935–2022) an der Spitze erarbeitete ein Konzept. Es stellte eine Weiterentwicklung der

Eschenberg-Anlage dar. Auch der Parcours am Lindberg sollte unentgeltlich zur freien sportlichen Betätigung zur Verfügung stehen. Die Anlage mit Start nahe beim «Bäumli» bestand aus einer Fitnessbahn von 2800 m Länge und mehreren Übungsposten. An diesen Zwischenhalten wurden gemäss Konzept lösende, dehnende und leicht kräftigende Übungen gemacht. Ein Sägemehl-Rundkurs von 500 m Länge, die «Moosbahn», ermöglichte das Lauftraining auf einem weichen und federnden Untergrund. Dies sollte eine Fussmassage bewirken, ohne Überbeanspruchung der Gelenke und Bänder.

Die Gesamtkosten von 45'000 Franken wurden durch Spenden von Winterthurer Grossfirmen und durch Fronarbeiten von Kantonsschüler:innen für die Stadt auf unter 20'000 Franken vermindert. Die Anlage nahm am 8. Mai 1971 den Betrieb auf.

Entwicklung bis heute

Die Anlagen fanden rasch Gefallen. Eine Zählung im September 1971 ergab eine durchschnittliche Tagesfrequenz von 450 Sporttreibenden auf dem Lindberg und 90 auf der Breite. Eine dritte Anlage wurde am Hegiberg mit Start im Ohrbühl erbaut. Heute tragen alle drei Anlagen die Marke «Zurich Vitaparcours»; für den Unterhalt ist die Stadt Winterthur verantwortlich.

Anders als die Vitaparcours sind die drei Helsana-Trails in Winterthur am Lindberg, am Wolfensberg und am Brühlberg reine Laufstrecken ohne weitere Übungen.

Benutzte und weiterführende Literatur

BAUMANN, WALTER: FIT FÜRS LEBEN. EINE ANLEITUNG ZUR ERHALTUNG DER GESUNDHEIT DURCH KÖRPERLICHES TRAINING, AM BEISPIEL DES FITNESS-PARCOURS «LINDBERG» IN WINTERTHUR, WINTERTHUR 1971.

Links

- [Website der Zurich Vitaparcours](#)
- [Webseite Jogging/Walking der Stadt Winterthur](#)

Bibliografie

- Fitnessparcours Lindberg
 - Puls 1992/32. Sanierung, nach Sturm Lothar: Landbote 2000/220, 243
-

AUTOR/IN:
Heinz Bächinger

[Nutzungshinweise](#)

LETZTE BEARBEITUNG:

11.10.2024