



ZWEISAM STATT EINSAM

– Sportliche Betätigung und gemeinsames Erleben trotz sozialer Distanz –

Abstand halten, Ausgangsbeschränkungen, soziale Isolation: Das Coronavirus fordert derzeit eine Abkehr von bisher ganz selbstverständlichen Aspekten des gemeinsamen Lebens, was bei einigen von uns zu dem Gefühl der Vereinsamung, Isoliertheit oder einfach dem Empfinden von Langeweile und Trostlosigkeit führen kann.

Impuls Rhein-Main e.V. ist der Überzeugung, dass vor allem in der derzeitigen Situation, positive Momente und Erlebnisse von besonderer Bedeutung sind, um der aufkommenden Langeweile und Frustration zu begegnen. Unsere Tandem-Hotline soll daher eine kreative Möglichkeit der Zweisamkeit unter Beachtung der derzeit bestehenden Beschränkungen und Vorsichtsmaßnahmen bieten. Über diese können gemeinsame, kostenlose Tandemfahrten mit unserem Team gebucht werden.

Hierdurch ist es möglich, sich mit anderen an der frischen Luft bei sportlicher Betätigung zu unterhalten, gemeinsam Spaß zu haben und gleichzeitig den derzeit erforderlichen Sicherheitsabstand zu wahren. Zusätzlich wird das Immunsystem gestärkt und die Lunge sowie das Herz-Kreislaufsystem trainiert.

Dadurch, dass beide Personen die Pedale bewegen, ist das Tandemfahren zudem auch für Personen geeignet, die aus gesundheitlichen Gründen nur schlecht oder nicht alleine mit dem Fahrrad fahren können. Denn sie sitzen von vorne sicher geführt auf dem zweiten Sitz und können sich somit trotzdem sportlich betätigen. Gemeinsam schaffen wir somit besondere Momente und eine positive Abwechslung.

Sie sind interessiert? Kontaktieren Sie uns unter 0157 87538117

Ansprechpartner:

Peter Metz

E-Mail: p.netzs@impuls-rhein-main-ev.de

