

## Information

### Essener Sportbund ESPO auf der Mode Heim Handwerk 2011

#### Von Kanufahren bis Sprungstelzen: Über 150 Vereine laden zum Mitmachen ein

#### Schwerpunkt in diesem Jahr: Outdoor-Sport

Sport, Spaß und Fitness stehen im Mittelpunkt beim Auftritt des Essener Sportbunds ESPO. Er präsentiert sich mit mehr als 150 Vereinen auf der Mode Heim Handwerk 2011.

Ob Klettern, Tanzen oder Selbstverteidigung: Die Welt des Sports ist bunt – dies spiegelt auch das umfassende Angebot in Halle 6 wider. Vereine informieren zum Beispiel über populäre Ballsportarten wie Fußball oder Volleyball. Ein Schwerpunkt liegt in diesem Jahr auf dem immer beliebter werdenden Outdoor-Sport.

#### **Höhentraining und Geocaching**

Spannende Aktionen laden zum Mitmachen ein. Eine 13 Meter lange Rollenrutsche simuliert eine turbulente Wasserlandschaft für Kanufahrer. Eine felsähnliche Wand aus Acryl ermöglicht Kletterspaß – natürlich gesichert von Profis. Das Präventions- und Höhenzentrum NRW veranstaltet ein Höhentraining. Hier können Besucher hautnah erleben, wie es sich anfühlt, in 3000 Metern über Normalnull unterwegs zu sein. Um möglichst realistische Bedingungen zu schaffen, erfolgt die Beatmung über eine Sauerstoffmaske. Eine ganz besondere Messe-Tour bietet das Geocaching, die moderne Form der Schnitzeljagd: Auf Wunsch werden Besucher mit einem GPS-Gerät für Wanderer ausgestattet, das festgelegte Punkte auf dem Gelände der Messe Essen ortet.

An den Messe-Wochenenden werden Bambini-Fußballturniere für die Kleinsten organisiert. An Wochentagen sucht der ESPO unter Schülern den Stadtmeister in einer ganz ungewöhnlichen Disziplin: dem Wasserkistenklettern. Training auf kleinem Raum ermöglicht ein Showtruck mit seinem gläsernen Fitnessstudio. Ausgestattet mit Laufbändern, Fahrrad- und Ruderergometern, einem kleinen Gymnastikbereich und Messgeräten zur sportlichen Leistungsfähigkeit beherbergt das innovative Fahrzeug ein Paradies für Bewegungs-Fans. Trainer aus unterschiedlichen Essener Einrichtungen, darunter das Sport- und Gesundheitszentrum (SGZ) Nordost, das SGZ Zeche Helene oder das SGZ Bad am Südpark, halten Tipps bereit.



MESSE ESSEN GmbH  
Messehaus Ost Norbertstraße  
Postfach 10 01 65  
45001 Essen  
Presse-Kontakt  
Gabriele von Graes  
gabriele.vongraes@messe-essen.de  
Fon +49. (0)201. 72 44-2 46  
Presse-Sekretariat  
Claudia Brügger  
Fon +49. (0)201. 72 44-2 44  
Fax +49. (0)201. 72 44-2 49  
presse@messe-essen.de  
Pressefoto-Medienservice  
Rainer Schimm  
rainer.schimm@messe-essen.de  
Fon +49. (0)201. 72 44-2 47  
www.messe-essen.de  
www.mode-heim-handwerk.de  
Veröffentlichung kostenfrei –  
Beleg erbeten

## **Fit und aktiv auf der Bühne**

In Halle 6 gibt es auch eine Aktionsfläche: Dort zeigen Vereine und Tanzgruppen ein umfassendes Programm – mit dabei sind Sprungstelzen, American Football, Inlineskatehockey, Afrikanischer Tanz sowie Kampfsportarten wie Judo, Kickboxen oder Karate. Am Mittwoch (9. November) präsentieren zahlreiche Seniorengruppen ihr sportliches Engagement.

Weitere Informationen und Tickets: [www.mhh-essen.de](http://www.mhh-essen.de)