

Brugerrådsmøde dec 2007

Naturen som motionsrum

Sundhed og motion er et af de områder, Skov- og naturstyrelsen sætter fokus på og opprioriterer i disse år. Derfor vil jeg foreslå, at man i distriktet i takt med denne fokusering udbygger de mange gode eksisterende motions tiltag i statsskoven med flere aktiviteter, der appellerer til et bredere og ikke så selvhjulpent publikum.

Det kunne åbne op for at "svage naturbrugere" eller aldersgrupper, der normalt ikke er de store naturbrugere, får øget mulighed for at komme ud og få sig rørt i kønne omgivelser.

Fra Skov- og naturstyrelsens hjemmeside:

<http://www.skovognatur.dk/Ud/Tema/Sundhed/>

Lige uden for din dør er der masser af muligheder for udfoldelse – naturen er jo et fremragende fitnesscenter, du kan bruge døgnet rundt. Skov- og Naturstyrelsen har derfor besluttet at sætte fokus på sammenhængen mellem brug af naturen og vores sundhed.

Det man kunne være blandt andet:

At lave naturvandring fast en dag om ugen, vandreture med guidning fra samme udgangspunkt, f.eks. ved skovlegepladsen. Sundhedscenter Vest, Skjern-Egvad museum og DGI Vestjylland har stor succes med denne type arrangementer (100 deltagere i januar 2007, 160 i februar og 200 deltagere i marts 2007).

Det kunne også være for stavgængere – det er en stor succes på Kongskilde Friluftsgård.

At tegne det bedste klatretræ ind på vandreturskortet, og andre gode steder – ikke nødvendigvis skovlegepladser, men andre steder med mulighed for bevægelse

At lave naturløbeture (som på Bornholm), hvor der er fælles guidede løbeture med lidt opvarmning, og så 3-4 stop undervejs med kortvarig naturvejledning.

At lave en platform til mavebøjninger, nogle ganske få motionsredskaber Gerne i forbindelse med løberuter. Redskaberne kunne udformes i træ, af

naturmaterialer og kunne falde ind i landskabet. Dette findes allerede flere steder, f.eks. i Hareskoven og i Risskov ved Århus.

At tegne løberuterne op og sætte kilometersten op (reetaflere 10 km ruten ved Skovlegepladsen på Ringkøbingvej, f.eks., og lave tilgængelige kort). Et skilt med indtegnede ruter ved start/stop ville også være dejligt. Dette kunne gøres i samarbejde med Lemvig Løbeklub.

Lave en vandrerute, der er særlig venlig overfor ældre, dvs. jævnt underlag (veje), tydelig skiltning overalt, bænke hist og her, mobildækning, i nærheden af toiletter og p-plads. Her skulle man gå på kompromis med "det usynlige naturbrug".

At sætte midlertidige skilte op langs løbsruter, når der er offentlige løb i Klosterheden (f.eks. "Klosterhedeløbet", 2. pinsedag), der fortæller bare en lille smule om den natur, løberne løber igennem. Dette er forsøgt på Bornholm i 2007 ved "Bornholms naturmaraton". <http://www.nyvestatletik.dk/>

Lave et rollespilssted, med borge, knogler i træerne, skjolde, bålplads, fugtigt underlag, broer, en bæk, kæder gerne i tæt og varieret bevoksning, gerne tæt på p-plads. Et sted, der appellerer til mystik, kamp, skjul og hvor der er så tilpas langt til andre, at kampene kan foregå med gny og gnidsel uden at forstyrre andre eller vildtet. Og hvor de unge gerne må være.

Fra hjemmesiden

<http://www.skovognatur.dk/Udgivelser/2005/Mellem/Dreng.htm>

"Der skal ansøges om lov til at spille rollespil i de danske skove. For statsskovenes vedkommende kan der søges via Skov- og Naturstyrelsens hjemmeside"

Alt muligt andet – men med sigtet:

- At skabe flere muligheder for bevægelse i statsskoven
- At få fat på flere brugere, der måske ikke kommer så ofte

Venligst

Karen B