



Unser Berater **McArena** informiert:

Sport im Freien: Vorteile kennen & richtig nutzen

Der WLSB-Berater **McArena** zeigt, wie Sport auch bei schlechtem Wetter oder in der dunklen Jahreszeit mit einer **McArena-Freiluftsporthalle** problemlos möglich ist



Auch größere Gruppen können in einer **McArena-Freiluftsporthalle** den Abstand einhalten. Bewegung an der frischen Luft ist ohnehin viel angenehmer.

Foto: *McArena*

Wer Outdoor Sport treibt, ist abhängig vom Wetter. Eine Lösung für mehr Unabhängigkeit, Planungs- und Terminalsicherheit bietet der WLSB-Berater **McArena** mit seiner Freiluftsporthalle.

Die Corona-Pandemie und die damit verbundene lange Zeit im Lockdown hat u. a. dafür gesorgt, dass viele Menschen die Bewegung und den Sport im Freien wieder mehr zu schätzen gelernt oder für sich neu entdeckt haben. Eine Entwicklung von der die sogenannte „Generation Indoor“ nur profitieren kann. Denn die Wahrheit ist: Wir verbringen mittlerweile bis zu 90 Prozent unserer Zeit in geschlossenen Räumen. Ob nun mit oder ohne Corona – Bewegung und Sport im Freien sollten also wieder vermehrt Einzug in unseren Lebensalltag finden. Die Vorteile vom Training und der Bewegung an der frischen Luft sind verblüffend. Wahrscheinlich hat auch so ziemlich jeder von uns schon mal zu hören bekommen: „Geh an die frische Luft – das tut Dir gut!“

Warum sich Sport im Freien lohnt

- Sport ist während Corona draußen weiterhin möglich
- Stärkung des körpereigenen Immunsystems
- Wir tanken Sonnenlicht und somit das Wundermittel Vitamin D
- Verbesserte Konzentrationsfähigkeit
- Höhere körperliche Leistungsfähigkeit

- Sport im Freien hilft beim Abnehmen
- Fördert die Entwicklung von Kindern

Vielfältige Sportangebote im Freien

Vor allem das Outdoor-Training hat sich in den letzten Monaten zu einem echten Trend entwickelt. Anstatt zu Hause im Zimmer auf der Yoga-Matte zu trainieren, ist Bewegung in der Natur bzw. an der frischen Luft viel angenehmer.

Sport bei jedem Wetter dank der **McArena-Freilufthalle**

Ein Problem beim Outdoor-Training ist jedoch oftmals die Abhängigkeit vom Wetter. Wer geht schon gerne in den Park, wenn es regnet, stürmt oder gar gewittert? Eine Lösung für mehr Unabhängigkeit, Planungs- und Terminalsicherheit bietet eine **McArena-Freiluftsporthalle**. In dieser kann bei jedem Wind und Wetter trainiert werden, ohne dass auf die frische Luft und all ihre Vorteile verzichtet werden muss. Folgende weitere Vorteile bieten die **McArena-Freilufthallen**:

- **Platz für kleine und große Gruppen:** Je nach aktuellen Corona-Regelungen können in den Hallen auch Kurse mit größeren Gruppen oder sogar Kindergeburtstage durchgeführt werden.
- **Viele verschiedene Sportarten sind möglich:** Oft werden die Freilufthallen für Ballsport genutzt, doch auch viele weitere Anwendungen wie Kurs-, Gesundheits- und Kindersport sind möglich.

- **Training zu jeder Tages- und Nachtzeit:** Vor allem an den kurzen Wintertagen sind die mit LED beleuchteten Hallen sehr beliebt. Denn wer hat schon um 16 Uhr Feierabend? Da bleibt nicht mehr viel Zeit für Sport im Freien, bis es dunkel wird.
- **Audio- und Musikanschluss:** Auch kreative Sportarten, wie Akrobatik oder Tanz, sind dank der integrierten Musikanlagen sehr gut möglich. Vielleicht habt ihr aber auch einfach Lust auf etwas musikalische Untermalung beim Training.
- **Hochwertige Ausstattung:** Wer die Freiluft-Halle für Veranstaltungen oder z. B. Turniere nutzen möchte, dem steht eine große Anzeigetafel zur Verfügung. Ein z. B. hochwertiger Kunstrasen, die Rundumbande mit Netzen, Mini-Tore sowie die Schussgeschwindigkeits-Messung runden die **McArena-Hallen** ab. ■


 HALLE FERTIG LOS!

Weitere Informationen

McArena GmbH
 Telefon: 07191/3789901
 E-Mail: info@mcarena.de
www.mcarena.de

