

KAMPAGNE «NACHHALTIGKEIT IM SPORT»
BEWERBUNGEN ASSA-PREIS

1. Mai 2021
z.Hd. Jury-Mitglieder

PROJEKT 5

WALD Parcours Bewegung & Kunst

Zug-Oberwil



WaldParcours

BEWE
GUNG
&
KUNST

Geöffnet ab
2. Mai 2020

waldparcours.ch

Eingabe Wettbewerb WaldParcours – Zug-Oberwil



Pilotprojekt mit Ausstrahlung

Auf Initiative des Vorstandes der Nachbarschaft Oberwil-Gimenen entstand 2015 die Idee eines Bewegungs-Parcours im Oberwiler Wald am unteren Hang des Zugerberges. Auf Anstoss von Patrick Göcking entwickelte ZugSPORTS zusammen mit dem Team des «Fonds für nachhaltige Projekte in den Regionen» der Mobiliar die Idee des WaldParcours Zug-Oberwil. Dank dem Support der Behörden, der Ämter, der Korporation, Gönner und der Partner wurde während 3 Jahren ein einzigartiges Projekt entwickelt und umgesetzt.

Bewegung und Kunst

Das zentrale Anliegen des WaldParcours ist es, der breiten Bevölkerung zeitgemässen Zugang zur Natur und zu sich selber zu ermöglichen. «Lass Dein Handy für einen Moment in der Tasche. Dann nimmst Du wahr, was viele nicht mehr wahrnehmen: die Kraft der Natur.» Im WaldParcours verschmelzen Kunst und Bewegung zu einem Ganzen. Die Grenzen zwischen Be- und Entschleunigung verschwimmen und Inspiration und Reflektion vermischen sich mit körperlicher Fitness und geistiger Entspannung.

Zwei Rundgänge mit 11 Posten

Der WaldParcours ist ein Kunst- und Bewegungsparcours welcher in zwei Runden aufgeteilt ist. Bei der gemütlichen Runde, mit 4 Posten steht das spielerische Erleben und die Reflektion im Zentrum. Die sportliche Runde, mit 7 Posten ist etwas länger, hat mehr Höhenmeter, Treppenstufen und Bewegungsposten. Der Parcours steht allen Besucherinnen und Besuchern das ganze Jahr ohne Eintritt frei zur Verfügung.

Nachhaltig und schoned

Der WaldParcours wurde ganz bewusst am unteren Rand des Oberwiler Waldes platziert, so dass der Lebensraum Wald so wenig wie möglich beeinträchtigt wird. So sind keine langen Anfahrten durch Naturräume nötig. Gebaut wurde der WaldParcours von der Korporation Zug in nachhaltiger Art und Weise. Es wurde darauf geachtet, dass einheimische Materialien eingesetzt werden. Die Sportgeräte und Bauten wie Pylone und Treppen wurden aus einheimischen Lärchenholz gefertigt. Die Schnitzel bei den Posten stammen vom ESAF 2019.

Anfahrt mit dem Bus

Unser Anliegen war, den Parcours so zu platzieren, dass er gut mit dem öffentlichen Verkehr erreichbar ist. Die Buslinie 3 führt vom Bahnhof Zug direkt an den Start des WaldParcours. Mit dem Velo erreicht man den Parcours in rund 15 Minuten ab Bahnhof Zug. Parkplätze vor Ort gibt es keine.

Essen und Trinken

Auf dem Parcours gibt es einen grösszügigen Rastplatz mit mehreren Feuerstellen, Tischen und Bänken. Ergänzend dazu bietet die Klinik Zugersee ein Bistro mit Snacks und Getränken. Im Garten der Klinik gibt es eine Minigolfanlage, mit angrenzenden Toiletten, die mitbenutzt werden dürfen.

Für Rollstühle und Personen mit Einschränkung

Die gemütliche Runde ist teilweise auf einer Waldstrasse angelegt, so dass ältere Personen oder Menschen mit Gehhilfen einen Teil des WaldParcours begehen können. So ist gewährleistet, dass auch Personen mit einer Einschränkung den Parcours erleben können.

Gemeinsam ans Ziel

Ein Grundanliegen des Projektes war, möglichst viele lokale Partner mit ins Boot zu nehmen. So waren neben den politischen Behörden, wie die Stadt Zug und der Kanton Zug auch die NOG Nachbarschaft Oberwil-Gimenen und die Korporation eng in das Projekt involviert. Auch passte man den Parcours den Vorstellungen von Pro Natura und dem WWF an. Schliesslich unterstützte die Mobiliar das Projekt durch einen namhaften Betrag und entwickelte die künstlerischen Projekte durch den «Fonds für nachhaltige Projekte in den Regionen».

Personen und Firmen

Partner

- NOG Nachbarschaft Oberwil Gimenen
- Korporation Zug
- Stadt Zug
- Kanton Zug
- ZugSports
- die Mobiliar

Initianten

- Martin Rohdewald
- Patrick Göcking
- Daniel Schärer

Künstler

- Ana Roldán
Pyramide «I Say Oh! Everybody say Oh!»
- Bob Gramsma
Betonflächen «one step beyond, PD#20250»
- Teres Wydler
2 Liegen «Der vertikale Blick»
- Markus Kummer
3 Findlinge «Bordure»

Umsetzungspartner

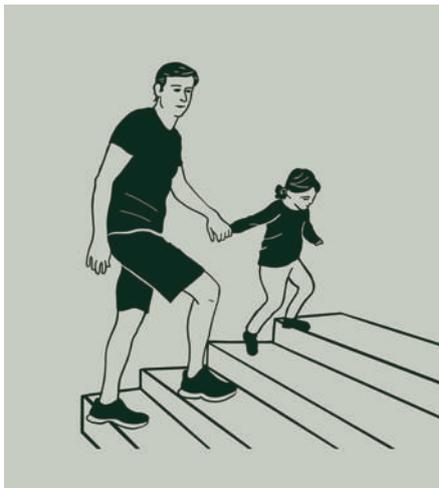
- Christen Visuelle Kommunikation
- Amt für Raumplanung
- Amt für Wald und Wild
- Zugerland Verkehrsbetriebe
- Pro Natura
- Beatrice Isenegger Architektur

Lokale Sponsoren/Gönner

- Mobiliar Generalagentur Zug
- Triaplus
- Migros Kulturprozent
- Familie Schlatter

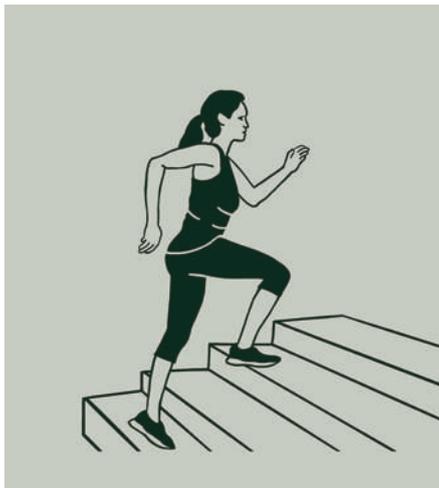
Zwei Rundgänge

Gemütliche Runde für Geniesser

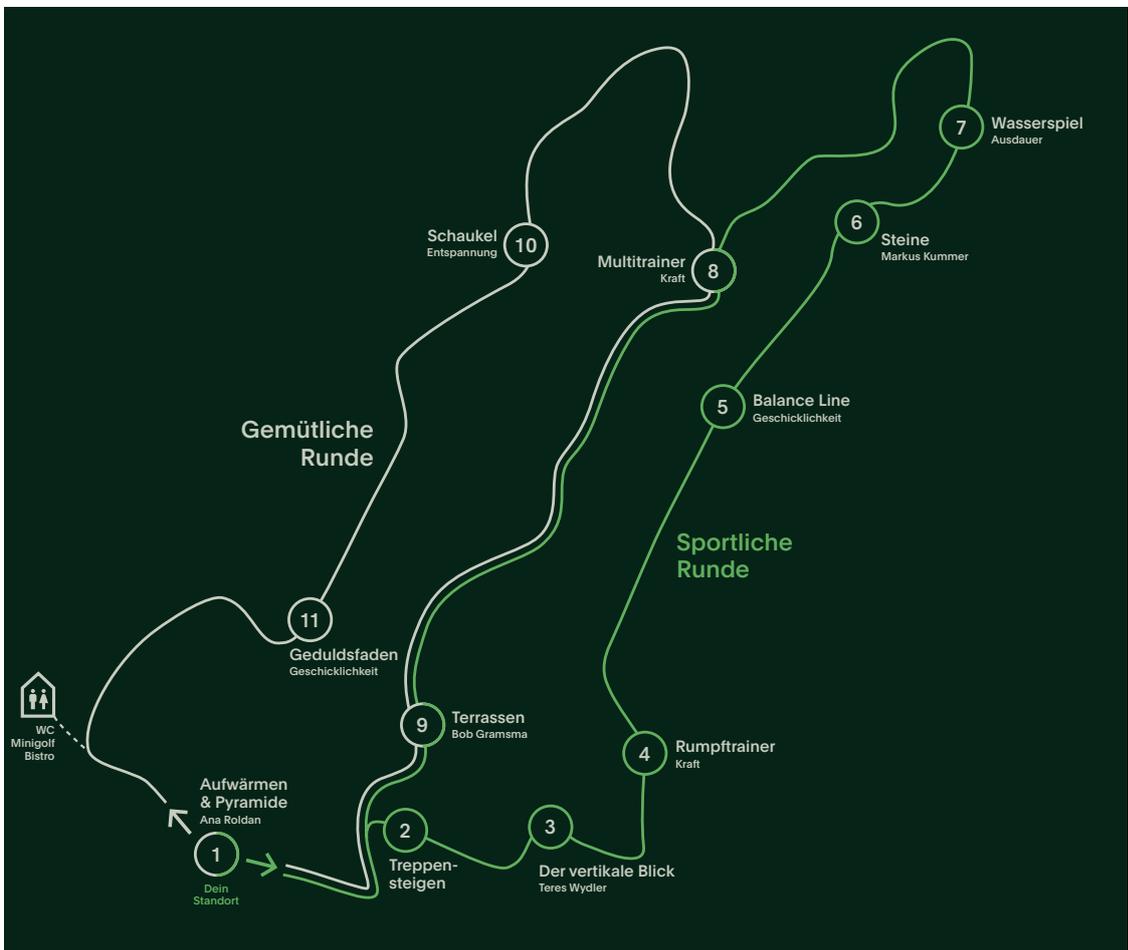


Bei der gemütlichen Runde steht das spielerische Erleben und die Reflektion im Zentrum.

Sportliche Runde für Aktive



Die sportliche Runde ist etwas länger, hat mehr Höhenmeter, Treppenstufen und Bewegungsposten.



Die 11 Posten im Detail

1 Aufwärmen & Pyramide

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Starte hier deinen Rundgang

Setze dich hin, binde die Schuhe und nimm einige tiefe Atemzüge. Siehst du die Pyramide? Wenn du rennen willst, wärme dich 3-5 Minuten mit Steps auf.



Kunst Ana Roldán, I Say Oh! Everybody say Oh!, 2020, Teufener gelb, 120×120×148 cm, 1.8t

Obwohl «I Say Oh! Everybody say Oh!» 1,6 Tonnen schwer ist, wirkt die Pyramide leicht, fast schwebend. Wie ein erhabenes Relikt aus einer alten Kultur thront sie rund fünf Meter über den Betrachter. Ana Roldán bringt den Ort durch ihre Skulptur in ein sanftes Ungleichgewicht und macht ihn so zugleich bewusster erfahrbar.

Mehr Infos

die Mobiliar | **ZUG** | **ZUGSPORTS** | **trio plus** | **Christen**

2 Treppensteigen

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Schritt um Schritt nach oben

Zähle die Stufen. Sind es 327, 399 oder 475? Schaffst du 100 Stufen am Stück?



Kunst Ana Roldán, I Say Oh! Everybody say Oh!, 2020, Teufener gelb, 120×120×148 cm, 1.8t

Obwohl «I Say Oh! Everybody say Oh!» 1,6 Tonnen schwer ist, wirkt die Pyramide leicht, fast schwebend. Wie ein erhabenes Relikt aus einer alten Kultur thront sie rund fünf Meter über den Betrachter. Ana Roldán bringt den Ort durch ihre Skulptur in ein sanftes Ungleichgewicht und macht ihn so zugleich bewusster erfahrbar.

Mehr Infos

die Mobiliar | **ZUG** | **ZUGSPORTS** | **trio plus** | **Christen**

3 Der vertikale Blick

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Was hörst du rauschen?

Leg dich hin und schau nach oben. Was rauscht im Wald? Der Bach, dein Puls oder die Blätter?



Kunst Teres Wydler, Der vertikale Blick, 2017, 2 Liegen aus regionalem Eichenholz, je 320×60×45 cm

Die Arbeit «Der vertikale Blick» unterstützt uns dabei, eine ganz besondere körperliche Erfahrung zu machen: Wir liegen mitten im Wald und schauen nach oben. Teres Wydler animiert uns dazu, unsere eingeübten Wahrnehmungsmuster zu hinterfragen und unseren Blick, unsere Perspektive bewusst zu verändern.

Mehr Infos

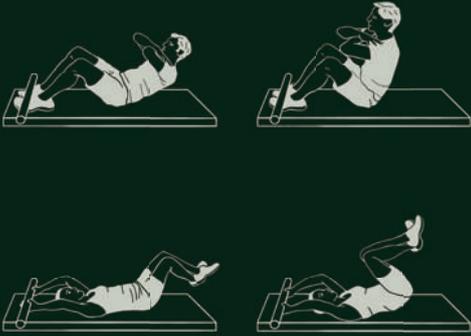
die Mobiliar | **ZUG** | **ZUGSPORTS** | **trio plus** | **Christen**

4 Rumpfrainer

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Stärke deinen Rumpf

Klink dich mit den Füßen oder Händen ein und zieh den Oberkörper oder die Beine nach oben. Achte auf eine saubere Ausführung.



Kunst Teres Wydler, Der vertikale Blick, 2017, 2 Liegen aus regionalem Eichenholz, je 320×60×45 cm

Die Arbeit «Der vertikale Blick» unterstützt uns dabei, eine ganz besondere körperliche Erfahrung zu machen: Wir liegen mitten im Wald und schauen nach oben. Teres Wydler animiert uns dazu, unsere eingeübten Wahrnehmungsmuster zu hinterfragen und unseren Blick, unsere Perspektive bewusst zu verändern.

Mehr Infos

die Mobiliar | **ZUG** | **ZUGSPORTS** | **trio plus** | **Christen**

Die 11 Posten im Detail

5 Balance Line

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Halte dich im Gleichgewicht

Balanciere über das Seil.



die Mobiliar         

6 Steine

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Zeig deine beste Siegerpose

Bezwinge den Stein und mach ein Foto von deiner Siegerpose. Publiziere es auf Instagram oder Twitter unter dem Hashtag #waldparcourzug

ⓘ Die Steine sind glitschig, wenn sie nass sind. Sei vorsichtig!



Kunst

Markus Kummer, Bordure, 2016, mit Mörtel verfertigte Findlinge, je ca. 100×100×150 cm

Findlinge formen sich über Jahrhunderte. Markus Kummer hat die Steine zerschnitten und mit Mörtel wieder zusammgefügt. Er macht damit anschaulich, wie wir Menschen in die Natur eingreifen und diese ganz nach unserem Gusto gestalten.



Mehr Infos

die Mobiliar         

7 Wasserspiel

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Lass das Wasser fließen

Setz dich hin und dreh an einer der Kurbeln. Wie lange schaffst du es, den Brunnen am Laufen zu halten?



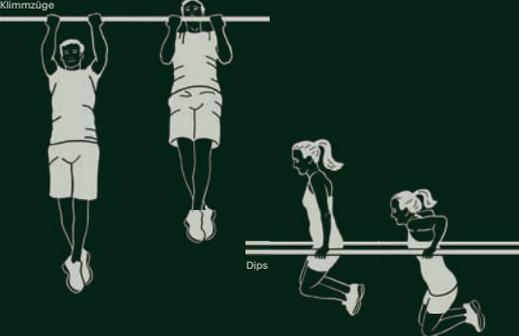
die Mobiliar         

8 Multitrainer

WaldParcours
Bewegung & Kunst

Rauf und runter

Versuche so viele Klimmzüge und Dips wie du kannst. Wenn du dich herausfordern willst, mach 2 mehr als letztes Mal.



Klimmzüge

Dips

die Mobiliar         

Die 11 Posten im Detail

9 Terrassen WaldParcours
Bewegung & Kunst

Lass dich von diesem Ort inspirieren

Nutze diese Fläche, wie immer du willst. Ob Lesen, Yoga, Qi Gong, Stretching oder ein kleines Picknick. Verlasse diesen Kraftort so wie du ihn angetroffen hast.



Kunst QR Code
Mehr Infos

Bob Gramsma, one step beyond, PD#20250, 2020, Beton, Armierung, lokale Erde, ca. 9 x 6 m

Bob Gramsma hat zusammen mit den Förstern der Korporation Zug das Erdreich ans Tageslicht geholt; sie ist an den Rändern der Betonflächen zu erkennen. Wie auf einer kleinen Insel, auf einer Bühne mitten im Wald, kann man sich niederlassen und sich ausruhen, Neues entdecken und Kraft tanken.

die Mobiliar | ZUG | ZUGSPORTS | KORPORATION ZUG | tria plus | Christen

10 Grosse Schaukel WaldParcours
Bewegung & Kunst

Geniesse die Aussicht und das Kribbeln im Bauch

Schauke nach Lust und Laune. Was siehst du alles?

⓪ Halte dich gut fest!



die Mobiliar | ZUG | ZUGSPORTS | KORPORATION ZUG | tria plus | Christen

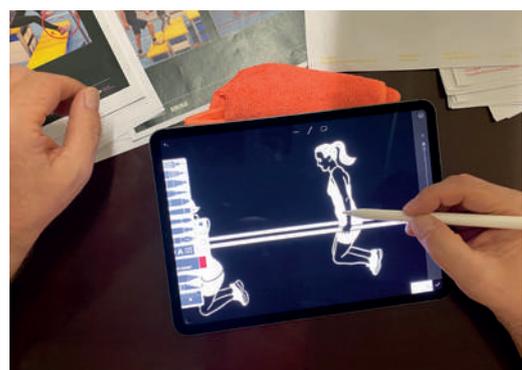
11 Geduldsfaden WaldParcours
Bewegung & Kunst

Wie geduldig bist du?

Führe den Ring der Stange entlang, ohne diese zu berühren. Zu einfach? Dann probiers rückwärts mit einer Hand und geschlossenen Augen.

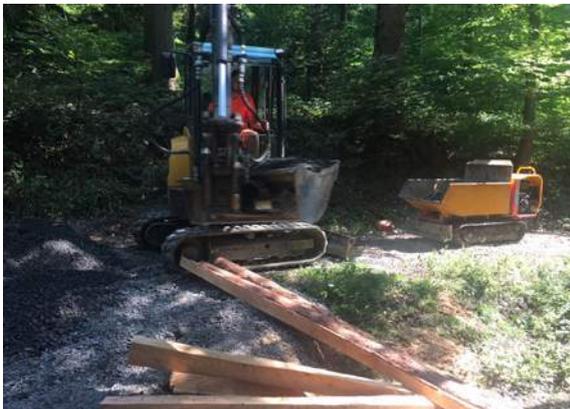


die Mobiliar | ZUG | ZUGSPORTS | KORPORATION ZUG | tria plus | Christen



Zeichnen der Bewegungsabläufe

Impressionen vom Bau



Konzept, Planung und Bau der Stehlen

Impressionen vom Bau



Bau der Wege und einzelnen Posten

Impressionen vom Bau



Bau der Kunstwerke und einzelnen Posten

Impressionen vom Bau

