

Auf die Plätze, fertig, los.

Das großzügig angelegte Sportareal bietet auf 10.000 Quadratmetern vielfältige Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung. Ein gepflegter Rasenplatz, ein Allwetterplatz mit einem robusten Kunststoffbelag, eine Beachanlage und eine große Sport- und Spielwiese laden zu Wettkämpfen oder einfach zum Toben ein.

Ausstattung für: Fußball, Volleyball, Hand- oder Basketball, Beachvolleyball, Beachsoccer und fast alle sonstigen Rasenspiele.

Das Sportareal ist in der Hauptsaison von April bis Oktober in Betrieb.

Arena für Freizeitcracks

Während die Helden des Magdeburger Fußballs und Handballs vom 1. FC Magdeburg und vom SC Magdeburg in den großen Arenen vor Tausenden Zuschauern um Punkte kämpfen, eifern die kleinen und großen Freizeithelden natürlich mit Vorliebe eifrig den Stars nach – und das auch bei uns im Elbauenpark unter hervorragenden sportlichen Bedingungen.

Den "heiligen Rasen", der für Fußballer die Welt bedeutet, und der vielfältige Mehrzweck- und Allwetterplatz mit Kunststoffbelag für Handball, aber auch Basketball sowie die Beach-Anlage für Volleyball und Beachsocker locken Ballartisten, Freizeitcracks und Meister der Herzen in unser ganzjährig geöffnetes Sportareal.

Das gepflegte und großzügig angelegte Gelände ist auf dem Großen Cracauer Anger zu Füßen des grünen Hügels der ehemaligen Deponie zu finden. Auch die große Sport- und Spielwiese lädt dort zu spannenden Wettkämpfen oder einfach zum Toben und Herumtollen unter freiem Himmel ein.

Das etwas andere Fitness-Studio

Kraft tanken in der Natur – das geht bei uns auch buchstäblich. Und nicht nur das. Denn unser Fitness-Parcours zwischen dem Sportareal und dem Kunstareal In den Wällen bietet Freiluftsportlern ein aufeinander abgestimmtes System von 14 Übungsgeräten und -stationen. Hier können Sie an der frischen Luft Koordination, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit testen und aufbauen. Die Informationstafeln an den Geräten geben Ihnen die optimalen Anleitungen.

Für unser Fitness-Studio im Grünen benötigen Sie nicht einmal eine Mitgliedschaft und keine Vertragsbindung. Einfach mit dem Grünticket oder für regelmäßige Besucher besonders günstig mit der Jahreskarte in den Elbauenpark kommen und durchstarten.

Unsere 14 Fitness-Stationen im Überblick:

1. **Zielwerfen** fördert die Ziel- und Wurfgenauigkeit, Gleichgewichtssinn sowie Orientierungs- und

Reaktions-fähigkeit

2. **Pedalstrecke** fördert den Gleichgewichtssinn sowie die Rhythmiserungs- und Umstellungsfähigkeit
3. **Slalomstrecke** fördert die Antizipations- und Reaktionsfähigkeit
4. **Balancierstrecke** fördert den Gleichgewichtssinn
5. **Schwingstreifen** fördert den Gleichgewichtssinn und Umstellungsfähigkeit. Zwei parallele zur Seite auslenkbare Schwingstreifen sind zu überqueren
6. **Reifenlaufen** fördert die Rhythmiserungsfähigkeit und die Frequenzschnelligkeit der Beinmuskulatur
7. **Dehnen** erhält und erhöht die Beweglichkeit
8. **Liegestütze** kräftigen die Armstreck-, Schulter- und Brustmuskulatur
9. **Armzug** kräftigt die Armbeuge- sowie obere und seitliche Rückenmuskulatur
10. **Rückenstrecken** kräftigt die gesamte Rückenstreckmuskulatur
11. **Sit-ups** kräftigen die Bauchmuskulatur
12. **Rumpfseitheben** kräftigt die seitliche Rumpfmuskulatur
13. **Armstrecken** kräftigt die Armstreck-, Schulter- und Stützmuskulatur
14. **Klimmzüge** kräftigen die obere und seitliche Rückenmuskulatur sowie Armbeuge- und Schultermuskulatur



[nach oben](#)