



# PRESSEMITTEILUNG

28. Januar 2021

## Neues und kostenfreies Angebot „OrtSport“ bringt Bewegung in den Lockdown

„Mangelnde Bewegung in den eigenen vier Wänden ist eine der meist genannten Einschränkungen des Lockdowns, mangelnde Motivation der Hauptgrund, warum man nur wenig dagegen macht“ sagt Barbara Renn über eine unter ihren Mitgliedern durchgeführte Umfrage. Sie ist Gründerin und Inhaberin des „Aviva Social Club“ in Blaiachach-Bihlerdorf, dessen Konzept es ist, Bewegung und Begegnung zu verbinden.

Mit dem „OrtSport“ hatte der Aviva Social Club bereits 2018 ein kostenfreies Sport- und Bewegungsangebot ins Leben gerufen, das über den Sommer mit großem Anklang auf dem Bihlerdorfer Sportplatz stattfand. „Dieses Angebot bringen wir jetzt über das Internet bis ins Wohnzimmer aller Bewegungswilligen“ so Barbara Renn weiter.

„OrtSport“ bietet ein vielfältiges und abwechslungsreiches Bewegungsprogramm, das sich aus einer Kombination von Kraft- und Ausdauerübungen und Elementen aus den Bereichen Faszientraining, Stretching und Yoga zusammensetzt. Jeder kann mitmachen und die Intensität der Übungen individuell an sein persönliches Fitnesslevel anpassen.

„Ich möchte mich für die Allgemeinheit einsetzen und im wahrsten Sinne etwas bewegen“ erklärt Barbara Renn und ergänzt: „In Zeiten von Home Office, Kurzarbeit und co. ist es umso wichtiger, sich auch körperlich zu betätigen und das Immunsystem zu stärken. Auch beim digitalen OrtSport können unsere Trainer die Teilnehmer über deren Kamera sehen und sie so professionell anleiten, sofern das gewünscht ist“.

Das Angebot ist komplett kostenlos und findet ab Februar immer mittwochs um 18:00 Uhr für ca. eine halbe Stunde statt. Eine Voranmeldung ist nicht notwendig. Jeder, der mitmachen möchte, kann sich unter [ortsport.de](https://ortsport.de) informieren und auch direkt dort teilnehmen.

### DIE WICHTIGSTEN FAKTEN:

**Wann:** Immer mittwochs um 18:00 Uhr (Beitritt ab ca. 17:45 Uhr), erstmals am 3. Februar

**Wo:** Online unter [ortsport.de](https://ortsport.de)

**Dauer:** ca. 30 Minuten

### AVIVA SOCIAL CLUB

Barbara Renn  
+49 8321 676060  
[barbara@aviva.fit](mailto:barbara@aviva.fit)  
<https://aviva.fit/presse>

**[aviva-fitness.com](https://aviva-fitness.com)**