

08.02.2024 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Alexandra Becker,

Katholische Pastoralreferentin Frankfurt

Beten im Fitnessstudio

Moderator/in: *Heute ist Weiberfastnacht. In ganz Hessen wird heute Abend gefeiert. Aber: Nicht alle feiern. Manche ziehen vielleicht die Jogginghose an und schauen Serien, andere ziehen die Jogginghose an und gehen zum Sport! Alex Becker von der katholischen Kirche: Wie ist es bei Dir heute Abend? Feiern, Couch oder Sport?*

Couch wahrscheinlich. Sport und Feiern ließen sich ja auch kombinieren. Bei der Polonaise werden auch Kalorien verbrannt ;-). In Kassel gibt es jetzt ein Fitnessstudio, das bringt den Sport mit etwas zusammen, da kommt man vielleicht erstmal nicht drauf.

Was gibt's da Besonderes im Fitnessstudio?

Da wird Sport und Beten miteinander verbunden. Der Betreiber hat zwei Gebetsräume in seinem Fitnessstudio eingerichtet – einen für Frauen, einen für Männer. Ihm ist aufgefallen: Viele Muslime, die zum Sport kamen, wollten ihr Gebet verrichten und haben dafür keinen rechten Platz gefunden. Daher die Idee. Die Gebetsräume sind aber für alle Religionen offen.

Wie findest du das? Passen Sport und Beten, Sport und Religion denn zusammen?

Absolut. Ich hab selbst schon Einiges ausprobiert. Wandern mit Gebet oder christliches Yoga. Es gibt sogar einen katholischen Jugendverband, den DJK. Das ist ein Sportverband. Die bringen auch Sport und Glaube zusammen. Ich denke, alles, was den Kopf frei macht – und das macht der Sport ja – schafft Platz für neue Gedanken, vielleicht neue Hoffnung. Ein freier Kopf schafft auch Platz für Gott.

