

## Höchstadter bewegen sich mit viel guter Laune und Musik

Autor:

Höchstadt a. d. Aisch, Donnerstag, 08. August 2019

**Die Kirchweih im Höchstadter Engelgarten ist längst vorüber, das Altstadtfest mit seinem Programm im Engelgarten hat noch nicht begonnen - und trotzdem war erneut beste Stimmung in den Aischauen. Dafü...**



Die [Kirchweih](#) im Höchstadter Engelgarten ist längst vorüber, das Altstadtfest mit seinem Programm im Engelgarten hat noch nicht begonnen - und trotzdem war erneut beste Stimmung in den Aischauen.

Dafür sorgte im Rahmen "Höchstadt goes fit im Engelgarten" das Team vom A4plus Kursstudio. Sophie Gerner motivierte zum Auftakt des Aktionsmonats mit einer Zumba-Party viele Höchstadter zum Mitmachen.

Passende Musik, eine leicht zu erlernende Choreografie sowie positive Animation begeisterten die über 60 Teilnehmerinnen.

Sabine Gerner, die vor einigen Jahren die Idee "Höchstadt goes fit" bei Bürgermeister [Gerald Brehm](#) vorgetragen hatte, war ebenfalls begeistert von der Atmosphäre und der Kulisse im Engelgarten. "Für uns war das ein vielversprechender Auftakt der Aktion."

Der Funke der Fitness-Begeisterung sprang schnell über auf die jungen und älteren Teilnehmer. Selbst die "Zaungäste" wurden eingebunden und machten mit.

Trotz der angenehmen Temperaturen und der schattigen Aktionsfläche wurde bei diesem kostenfreien Open-Air-Sportevent ordentlich geschwitzt. "Das war auch unser Ziel", so Sophie Gerner abschließend, "uns zu bewegen, [Spaß](#) und gute Laune zu haben und unser persönliches Gesundheitskonto aufzuladen." red