




Fit im Quartier

Burtscheid





Aachen-LoS e.V. ist ein Verein zur Gesundheitsförderung durch Bewegung/ Sport und Gesundheitsbildung, vertreten durch die erste Vorsitzende Dr. Alexandra Schlachetzki sowie die zweite Vorsitzende Birgitt Lahaye-Reiß.

Dank für die Unterstützung unseres Projekts gilt dem Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung des Landes NRW sowie unserem Model Mira!

Weitere Ausgaben sind unter anderem für Aachen-Mitte und das Jakobsviertel in Planung.

Fotos: Nina Krüsmann
Layout: Kerstin Lünenschloß
Textquellen: Wikipedia



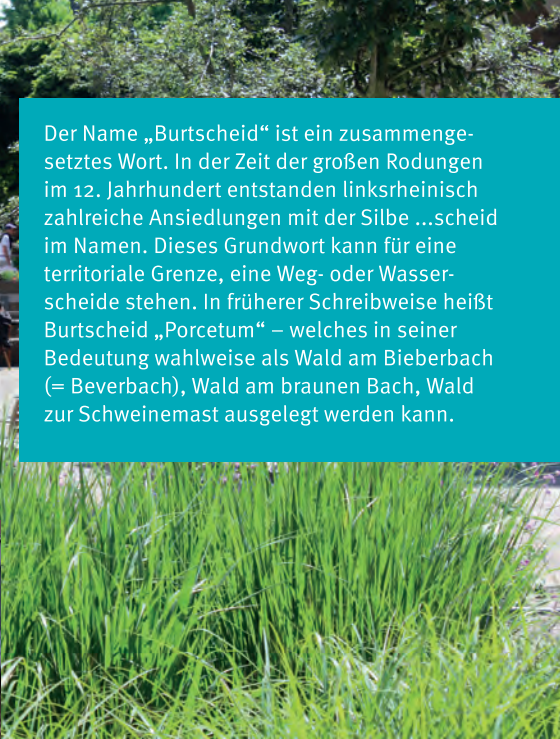
Impressum:
Bild, Druck, Gesamtkonzept: Birgitt Lahaye-Reiß und Dr. Alexandra Schlachetzki

Alle Rechte vorbehalten!

Titelbild: Basilianerabt Gregor von Buttscheid aus Kalabrien vor der katholischen Kirche St. Michael



Der Name „Burtscheid“ ist ein zusammengesetztes Wort. In der Zeit der großen Rodungen im 12. Jahrhundert entstanden linksrheinisch zahlreiche Ansiedlungen mit der Silbe ...scheid im Namen. Dieses Grundwort kann für eine territoriale Grenze, eine Weg- oder Wasserscheide stehen. In früherer Schreibweise heißt Burtscheid „Porcetum“ – welches in seiner Bedeutung wahlweise als Wald am Bieberbach (= Beverbach), Wald am braunen Bach, Wald zur Schweinemast ausgelegt werden kann.



Fit im Quartier

Ein Angebot für alle Mitbewohner des Stadtteils Burtscheid, die Bewegung in ihr Leben bringen wollen!

Werden Sie fit und erfreuen Sie sich an der Geschichte und den Bildern Ihrer Heimat!





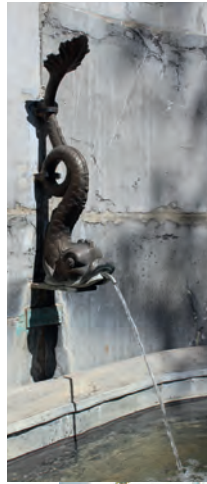
» Geschichte

Bereits die Kelten siedelten sich in der Gegend entlang einer der damaligen Quellen der Wurm an. Später ließen sich hier die Römer nieder und nannten das Gebiet auf Grund des Wildschweinevorkommens „Porcetum“. Im Bereich des heutigen Burtscheider Marktes wurden römische Thermen und medizinisches Besteck aus der Römerzeit gefunden. Ein künstlicher Wasserlauf des Kalten Baches verläuft am Hang des Heißberges und Adlerberges bis ins Frankenberger Viertel. Anschließend besiedelten germanisch-fränkische Stämme das Gebiet, bevor später im 7. Jahrhundert zunächst die Arnulfinger hier eine Kapelle erbauen ließen und in der folgenden karolingischen Zeit Burtscheid vermutlich zu einem Nebenhof der Aachener Kaiserpfalz mit Viehwirtschaft umfunktioniert wurde.

Seine eigentliche Entstehung als Stadt verdankt Burtscheid dem Benediktinerkloster Burtscheid, das im Jahr 1000 n.Chr. als kaiserliche Stiftung unter dem Basilianerabt Gregor von Burtscheid aus Kalabrien zu Ehren des heiligen Nikolaus von Myra und des Apollinaris von Ravenna gegründet wurde. 1220 wurde das Kloster in ein reichsunmittelbares Zisterzienser-Frauenstift umgewandelt.

In der Zeit der Aachener Religionsunruhen flohen viele zum Protestantismus konvertierte Familien wie Pastor, Peltzer und Amya aus dem letztendlich katholisch dominierten Aachen und ließen sich unter anderem in Burtscheid nieder. Hier konnten sie ihre Religion relativ frei ausüben und auch in Ruhe ihrem Handwerk nachgehen. Zahlreiche Mühlen, Hammerwerke, Färbereien, Schleifereien, Tuchmanufakturen und sonstige Fabriken wurden gegründet. Das Wasser der Wurm diente als Antriebskraft für die Mahlwerke.

1802 wurde Burtscheid zum neuen Verwaltungssitz bestimmt. Die Kanalisation sowie die Gas- und Wasserleitungen wurden im Verbund mit der Stadt Aachen angelegt. Zwischen den Städten verkehrte eine erste Pferdebahn und an den Stadtgrenzen zwischen Burtscheid und Aachen entstand 1841 der Aachener Hauptbahnhof. Im gleichen Zeitraum erlebten die Kur- und Badeanlagen regen Zulauf, neue Kureinrichtungen wurden ebenso wie neue Krankenhäuser erbaut. Burtscheid entwickelte sich dank seiner heißen Quellen zu dem bis heute anerkannten Kurort vor allem für Rheumaerkrankungen. 1896 wurde Burtscheid in Aachen eingemeindet.



Wandbrunnen J.J. Couven 1701 – 1763

Ursprünglich - 1773 - im Hof des ehemaligen Wespienhauses Kleinmarschierstraße

Versetzt - um 1928 - zum Couven Museum Haus Fey Seilgraben

Versetzt - 1993 - zum Abteiplatz Burtscheid



» Burtscheider Wasser

Ein bedeutender Faktor Burtscheids sind seit den Zeiten der Kelten die Thermalquellen. Mehr als 25 entspringen auf Burtscheider Territorium, darunter mit der Landesbad- quelle die heißeste Therme Mitteleuropas mit annähernd 74 Grad Celsius. Dass Wasser wird bei Rheuma-Erkrankungen, Gicht, Neuralgien, Lähmungen, Hautkrankheiten sowie zur Rehabilitation nach Operationen und Unfällen innerlich und als Bäder angewendet. Badehäuser wurden errichtet, darunter die noch heute bestehende Kurklinik zur Rosenquelle, das Schwertbad und die Rheumaklinik, das ehemalige Landesbad der Landesversicherungsanstalt Rheinprovinz. Die bekanntesten Burtscheider Brunnen sind der Thermalwasser-Trinkbrunnen, der Couvenwandbrunnen und der Seepferdchenbrunnen.

» Burtscheider Leben

**So vielfältig wie die
Thermalquellen in Burscheid,
so vielfältig sind auch
die Aktivitäten der
rd. 35.000 Einwohner:**

Bürgerstiftung Lebensraum
Bürgerverein Burscheid
Burtscheider Interessengemeinschaft (BIG)
Cati-Kalem
Frankenbu(e)rger
Gesellschaft Burscheid für Geschichte
und Gegenwart 1969
Gut Branderhof
Heimattfreunde Burtscheid
IG Burtscheider Vereine
Kirchbauverein Frankenberger Dom
Lothringair
Musikbunker
Oecher Froennde
Eurojugend
Pfadfinderinnen (PSG)
Aachener Narrenzunft 1892
Benediktiner Jonge
K.G. Oecher Spritzemänner e.V. 1967
KG Burtscheider Lachtauben
Kneipp-Verein
Modern Music School
St. Hubertus Schützenbruderschaft
Aachen 1949
St. Johannes Bogenschützen-Bruderschaft
Aachen 1888
St. Sebastianus Bogenschützengilde 1882
Trommler- und Pfeiferkorps Burtscheid
VDK Ortsverband Aachen-Süd Burtscheid
Aachener Turn-Gemeinde 1862
Aachener Turnverein 1847
AFC Aachen Vampires
Burtscheider Tellschützen Gesellschaft 1819
Burtscheider Turnerbund Aachen 1908
DJK Frankenberg
Freizeitsportgemeinschaft 1973
JSC Blau-Weiss Aachen 1946
Schule für Aikido und Zen
SG VfL05 PSV Aachen
Tennis-Klub Blau-Weiß 1962 e.V.
Verein für Leibesübungen 1905
u.v.m.



**Motto der Weltgesundheitsorganisation:
30 min / Tag
körperliche Aktivität hat
gesundheitsförderliche
Wirkung!**



» Burtscheid und die Bewegung

Kurparkroute:
im Zentrum von Burtscheid
nahezu barrierefrei, 30 min.

Heißbergroute:
bergauf und bergab, 30 min.

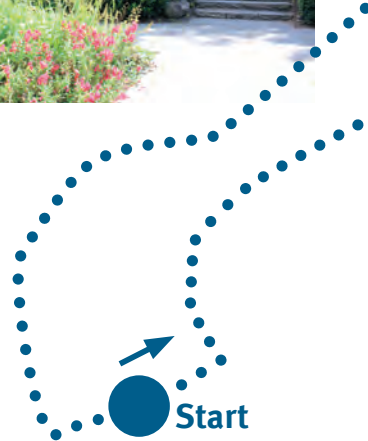
Kurparkroute:
im Zentrum von Burtscheid
nahezu barrierefrei, 30 min.

Heißbergroute:
bergauf und bergab, 30 min.



» Kurparkroute

Das tägliche Training, der Quartierswalk,
kann gleichzeitig die Gemeinschaft
fördern! Zusammen läuft es besser!



NEU: Die Kurparkrunde als
bewegende **Rätselrallye**
für die ganze Familie!

Jetzt teilnehmen und mit
etwas Glück einen VIALIFE
Bäderkönig Karl als Plüsch-
figur gewinnen.

Viel Spaß wünscht
VIALIFE - Dein Weg
zur Gesundheit



Die Kurparkrallye

Wir laden Sie herzlich ein, das traditionsreiche Burtscheid auf den Wegen unserer rätselhaften Quartiersrallye neu zu erleben. Durch das aufmerksame Lesen dieser Broschüre werden Sie während Ihrer Kurparkrunde alle Rätselfragen beantworten können und darüber hinaus neue, bewegende Impulse bekommen.

Kennen Sie z.B. schon die sagenhafte Geschichte rund um die Namensgebung von VIALIFE Schwertbad Aachen?



Tipp:

Der Aachener Geschichtsverein bietet regelmäßig in Kooperation mit Aachen-LoS geführte Touren durch Burtscheid an. Genaue Termine und weitere Informationen erhalten Sie im Haus des Gastes, Burtscheider Markt 18-20, Tel 0241/60 88 057.

Die Rätselrallye ist ein gemeinsames Projekt von Aachen-LoS e.V., dem Aachener Geschichtsverein, dem Haus des Gastes und VIALIFE - Dein Weg zur Gesundheit.



Die Rätselfragen

Wie viele Stufen hat die lange, steile
Klostertreppe? **A: 75 B: 85 oder C: 95**

Welche Institution begleitet uns auf
„Dein(em) Weg zur Gesundheit“?

Wie heißt das Wappentier
von Burtscheid?

Durch wen wird der Teufel in der
Schwertbadsage gerettet?

Wer beobachtet uns vom
höchsten Punkt Burtscheids?

In der Mitte des Kurparks
befindet sich die-quelle.

Senkrecht gelesen ergeben die Buchstaben der grünen Kästchen das Lösungswort.

Das Gewinnspiel

Sie haben das Lösungswort herausgefunden? Herzlichen Glückwunsch! Das Haus des Gastes und VIALIFE verlosen jeden Monat einen Bäderkönig „Karl“ als klimaneutral gefertigte Plüschfigur. Mit ein bisschen Glück sind auch Sie unter den glücklichen Gewinnern. Für die Teilnahme an der Verlosung trennen Sie bitte diese Seite heraus und geben sie ausgefüllt im Haus des Gastes ab. Sie werden benachrichtigt, wenn Sie gewonnen haben.

Name, Vorname

Anschrift

PLZ und Ort

Email

Tel



Wir versichern, dass die Daten ausschließlich zur Gewinnbenachrichtigung genutzt und nicht gespeichert oder an Dritte weitergegeben werden. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Zwischen 1735 und 1754 wurde die Abteikirche St. Johann Baptist unter den Äbtissinnen von Renesse und von Woestenrath durch den Architekten Johann Joseph Couven neu erbaut.
1748 und 1751 errichtete er auch die Pfarrkirche St. Michael neu. 1853 führte eine Bürgerinitiative der beiden katholischen Pfarren zur Gründung des Marienhospitals Aachen. Pfarrer Hugo-Baumann prägte die Gemeinden und das Gemeindeleben nachhaltig.

» Bewegungsvorschläge jederzeit und überall



Übung 1: Der Einbeinstand!

mal rechts mal links
mal mit, mal ohne Festhalten
Kräftigung der Bein- und
Rumpfmuskulatur
Gleichgewichtsübung

Übung 2: Fußtippen rechts und links!

Kräftigung der Bein- und
Rumpfmuskulatur
Koordination



Übung 3: Der Liegestütz!

Variante der bekannten Übung:
Liegestütz hier stehend!
Kräftigung der Arm-, Schulter-
und Brustmuskulatur
Körperspannung aufbauen



Übung 4: Der Liegestütz!

Zur Abwechslung einmal rückwärts!
Stärkung der Triceps-Muskulatur
durch Beugung und Streckung
Körperspannung aufbauen



Übung 5: Sitzen und Aufstehen!

Kräftigung der Bein-, Gesäß- und
Rumpfmuskulatur
Verbesserung der Koordination und der Kraft

Übung 6: Treppensteigen!

Kräftigung der Bein- und
Gesäßmuskulatur
Verbesserung der Ausdauer:
hop hop hop



Geschafft!

Die Kraft der Quellen tanken...



1903 fand die Einweihung
der neuen Marienkapelle
Burtscheid statt!



» Heißbergroute

Bewegung im Quartier!
Raus aus der Isolation!
Das Wohlbefinden wird gestärkt!



Abschluss Ferberpark



In den Jahren 1831/32, 1849 und 1866 kam es sowohl zu mehreren Choleraepidemien als auch im gleichen Zeitraum zu Fällen von Wechselfieber, auch „Burtscheider Krankheit“ genannt. 1832 wurde der Cholerafriedhof, der heutige Waldfriedhof, errichtet. Das Gelände am Heiberg wurde 1851 zur Gründung eines neuen Stadtfriedhofs erworben.



ber die Robert-Schuman-Straße gehts zum Wald und dem Waldfriedhof (für eine große Laufrunde)

» Bewegungsvorschläge zum Herz-Kreislauftraining

Der Spielplatz Malmedyerstraße lädt zu ersten Übungen ein:



Übung 1: Ziehen-Strecken!

Kräftigung der Armmuskulatur
Körperspannung aufbauen



Übung 2: Der Einbeinstand!

mal rechts, mal links
Verbesserung des Gleichgewichts
und koordinativer Fähigkeiten
Stabilisierung



Übung 3: Kleine Sprünge für die Gesundheit!

Kräftigung der Bein- und Gesäßmuskulatur



**Idealer Ort für Kraft-, Beweglichkeitstraining
und Erholung: unser schöner Ferberpark lädt ein!**



**Übung 4:
Das Dehnen!**
Erholung der angespannten Muskulatur

» Keine großen Sprünge für die Gesundheit!

Viele Krankheiten sind nicht angeboren,
sondern werden im Laufe des Lebens
erworben.
Zahlreichen Erkrankungen kann durch
Bewegung vorgebeugt werden!
Aktiv am Alltag teilhaben können!

**Gemäß des Motto der
Weltgesundheitsorganisation:
30 min / Tag**



Geschafft!
den Löwen gebändigt!
....und jetzt ein Eis?!



Bewegung begleitet uns ein Leben lang!

