



# Fit im Quartier

Burtscheid





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.

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 Burtscheid aus Kalabrien vor der katholischen Kirche St. Michael



### 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!



# Aachen LoS!



## » 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 heutigenurtscheider 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 Zeiturtscheid vermutlich zu einem Nebenhof der Aachener Kaiserpalz mit Viehwirtschaft umfunktioniert wurde.

Seine eigentliche Entstehung als Stadt verdankturtscheid dem Benediktinerklosterurtscheid, das im Jahr 1000 n.Chr als kaiserliche Stiftung unter dem Basilianerabt Gregor vonurtscheid 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 inurtscheid 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 wurdeurtscheid 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 zwischenurtscheid 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.urtscheid entwickelte sich dank seiner heißen Quellen zu dem bis heute anerkannten Kurort vor allem für Rheumaerkrankungen. 1896 wurdeurtscheid in Aachen eingemeindet.

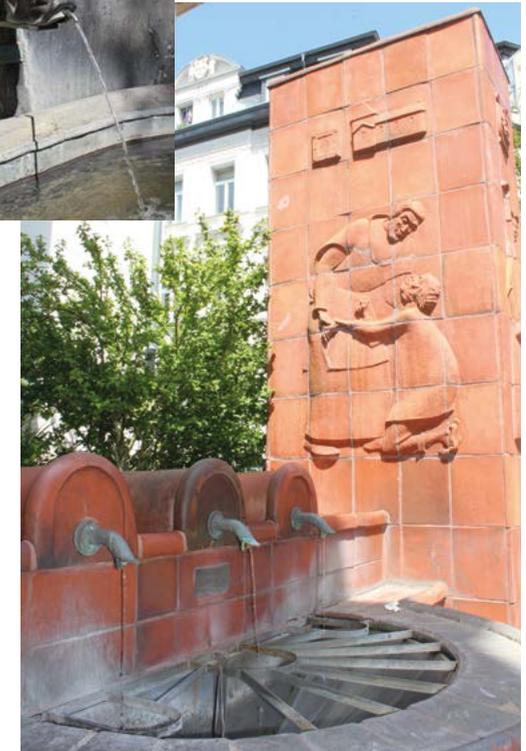


## »urtscheider Wasser

Ein bedeutender Faktorurtscheids sind seit den Zeiten der Kelten die Thermalquellen. Mehr als 25 entspringen aufurtscheider Territorium, darunter mit der Landesbadquelle 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 bekanntestenurtscheider Brunnen sind der Thermalwasser-Trinkbrunnen, der Couvenwandbrunnen und der Seepferdchenbrunnen.



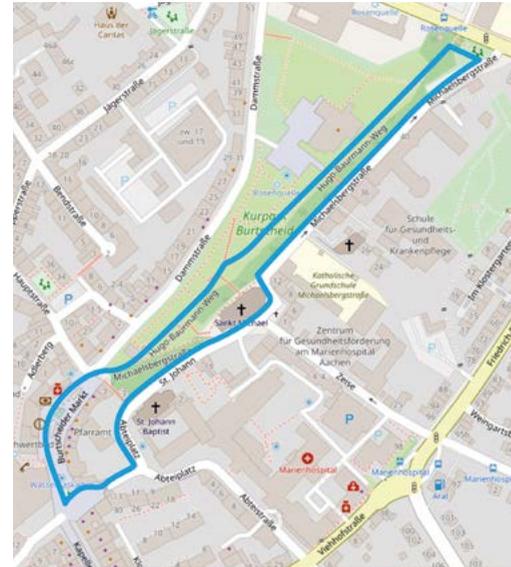
Wandbrunnen J.J. Couven 1701 – 1763  
 Ursprünglich - 1773 - im Hof des ehemaligen Wespienhauses Kleinmarschierstraße  
 Versetzt - um 1928 - zum Couven Museum Haus Fey Seilgraben  
 Versetzt - 1993 - zum Abteiplatzurtscheid



## » 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)rg  
Gesellschaft Burscheid für Geschichte  
und Gegenwart 1969  
Gut Branderhof  
Heimattreue 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.



## » Burtscheid und die Bewegung

**Kurparkroute:**  
im Zentrum von Burscheid  
nahezu barrierefrei, 30 min.

**Heißbergroute:**  
bergauf und bergab, 30 min.

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





## 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

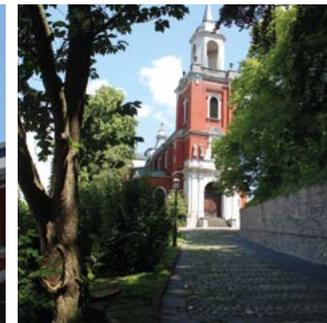
Anschrift

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

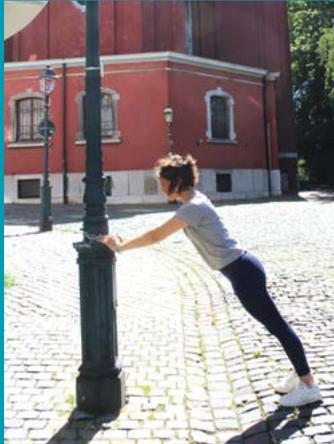


### Übung 1: Der Einbeinstand!

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!

**Start**



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 „Burtseider Krankheit“ genannt. 1832 wurde der Cholerafriedhof, der heutige Waldfriedhof, errichtet. Das Gelände am Heißberg wurde 1851 zur Gründung eines neuen Stadtfriedhofs erworben.



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

## » Heißbergroute

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

## » Bewegungskvorschläge 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!**

**LoS**

- Aachen - LoS e.V. -