

vom 23.09.2005 Nordic Walking Day noch attraktiver

Sonntag: Um 10 Uhr ist Start zum Wandern mit
Stöcken



Gemeinsames Aufwärmen mit Musik: Wie letztes Jahr starten damit auch heuer die Teilnehmer in den Nordic Walking Day. (Foto: Archiv-kn)

Oberried (kn). Eine attraktivere Strecke I können die Läufer heuer beim zweiten Nordic Walking Day am Sonntag mit mehreren Aussichtspunkten genießen. Die Strecke II bleibt unverändert. Der Lauf beginnt um 10 Uhr beim Wellness Hotel Riedlberg in Oberried. Zu Beginn bereitet die geprüfte Übungsleiterin Nina die Läufer mit einem Warm up mit Musik auf den Lauf vor. Auf beiden Strecken begleiten erfahrene, mit Handy ausgerüstete Nordic Walking Guides die Läufer, die Routen sind vollständig ausgeschildert und führen nur über Waldboden oder Forststraßen. Für Notfälle ist die Bergwacht einsatzbereit.

Die Veranstaltung ist kein Wettkampf, sondern ein Lauf für Jedermann, zu dem auch Urlauber eingeladen sind. Er findet bei jedem Wetter statt. Kurzenschlossene können sich noch am Start anmelden.