

ARTIKEL
vom 01.09.2007



Mit zwei Stöcken „rund ums Dorf“

23. September: Der Skiclub lädt wieder zum Nordic-Walking-Day ein

Drachselsried (vbb). Pünktlich zum Herbstanfang am Sonntag, 23. September, wollen die Verantwortlichen des Skiclubs Oberried/Riedlberg ihre Gesundheitsveranstaltung, den Nordic Walking Day, wieder durchführen.

Dazu sind wieder alle Bewegungswilligen aus Nah und Fern und vor allem alle Sportler der Gemeinde Drachselsried herzlich willkommen. Es werden zwei Strecken angeboten. Strecke I führt vom Startpunkt Riedlberg zur Schareben, weiter über die Marderstraße, Wanderweg vom Großen Arber, Tausender und zurück zum Riedlberg. Diese Strecke mit 21 Kilometern ist sehr anspruchsvoll und fordert gute Kondition und Ausdauer.

Auch für die weniger Ambitionierten ist Interessantes geboten. Die Strecke II „Rund ums Dorf“ führt vom Riedlberg weg nach Schönbach, Tränk, Kirchenbuckel und über Unterried wieder zurück zum Riedlberg. Sie ist mit rund zehn Kilometern auch für weniger Trainierte gut zu meistern. Auf jeden Fall sind bei beiden Strecken eine wunderschöne Aussicht und Landschaftserlebnis pur garantiert.

Als Neuerung bietet der Skiclub einen Schnupperkurs für Einsteiger an. In diesem Kurs werden die „Beginner“ etwa eine Stunde lang in die Technik des Nordic Walkings eingewiesen. Diesen Part übernehmen ausgebildete Nordic Walking Trainer. Danach geht es auf eine etwa eine Stunde dauernde Schnupperrunde, in der das Theoretische gleich in die Praxis umgesetzt werden kann. Auch hier werden geprüfte Trainer die Begleitung übernehmen.

Für Kinder wird ein gesondertes Programm durchgeführt. Die Übungsleiter des Skiclubs werden sich mit ihnen bei Sport und Spiel die Zeit vertreiben. Bei Bewegungs- und Wettkampfspielen werden hier Gleichgewicht und Balance gefordert. Kleine Wettkämpfe bei Staffelläufen, Abenteuerstunden und Rasenspiele stehen hier im Vordergrund. Natürlich steht auch ein Angebot für die Kids, Nordic Walking zu erlernen, auf dem Programm. Alle Kinder, die teilnehmen, erhalten ein kleines Geschenk.

Als besonderen Service stellt der Skiclub in Zusammenarbeit mit dem Sporthaus Greil die Nordic Walking-Stöcke kostenlos zur Verfügung. Natürlich sind auf den beiden Strecken Verpflegungsstationen eingerichtet und nach dem Sport können sich die Teilnehmer bei Speis und Trank stärken. Jeder Teilnehmer nimmt automatisch an einer Tombola teil, bei der es viele interessante Preise zu gewinnen gibt.