

Ansturm beim Nordic-Walking-Tag

Knapp 400 Laufbegeisterte nehmen zwei Strecken unter die Stöcke – Gesundheitshappen am Ziel

VON ECKHARD SOMMER

Bad Elster/Bad Brambach. „Deutschland bewegt sich“ – so das Motto des 4. Walking-Tages, der gestern in allen Kurorten der Republik gestartet wurde. Sachsen bewegt sich etwas mehr und das Vogtland noch viel mehr, könnte man ergänzen. Vor dem Kurhaus in Bad Elster fanden sich knapp 400 Sportlerinnen und Sportler aller Altersklassen ein, allesamt voller Tatendrang und ausgerüstet mit guter Laune, festem Schuhwerk, Laufstöcken und Regenschutzkleidung. „Das sind viel mehr Teilnehmer als im vergangenen Jahr, da waren es 270. Mit solch einem Andrang haben wir beim besten Willen nicht gerechnet“, freute sich Silvia Hänel von der Barmer in Plauen.

Nach einer flotten Erwärmung durch Robert Häusler von der Paracelsus-Klinik, einschließlich Lockerung der Gesichts- und Pomuskeln, nahm die Gruppe der Fortgeschrittenen die 13 Kilometer bis Bad Brambach unter die Füße und Stöcke. Am Gürther Kreuz hatten Mitarbeiter der Sachsenhof-Klinik einen Versorgungspunkt eingerichtet, bei dem sich Teilnehmer einen ordentlichen Vitaminschub genehmigten. Vom Gürther Kreuz aus startete die zweite Gruppe über fünf Kilometer nach Bad Brambach. Ziel beider Strecken war der dortige Kurpark, wo Gesundheitssnacks und Getränke die Teilnehmer empfinden. Jeder von ihnen erhielt eine Ur-



Vor dem Start zum Nordic-Walking-Tag in Bad Elster am Kurhaus war Erwärmung angesagt.

–FOTO: HARALD SULSKI

kunde und hatte die Gewissheit: Ich habe wieder etwas für meine Gesundheit getan.

STIMMEN

Anett Kießling, Oberwürschnitz: „Ich habe schon im letzten Jahr an dem Walking-Tag teilgenommen und bin dabei auf den Geschmack gekommen. Dass das Wetter nicht so gut ist, stört mich nicht – es gibt doch nur die unpassende Kleidung.“

Annette Thasler, Elstertal: „Nordic Walking ist mein Hobby. Zusammen mit meiner Freundin laufe ich in der Woche be-

stimmt zehn oder zwölf Kilometer. Ich bin gesund, darüber kann sich meine Krankenkasse freuen.“

Christian Heidan, Adorf: „Wir sind mit Freunden hier, das war schon lange abgemacht. Deshalb wäre ich auch gekommen, wenn es heute geregnet hätte, denn Bewegung tut dem Körper schließlich gut.“

Petra Reinel, Oelsnitz: „Nordic Walking finde ich besser als Jogging, weil dabei alle Muskeln beansprucht werden. Ich fühle mich dadurch fitter. Zu Hause sind wir eine Gruppe von vier Frauen und einmal die Woche zusammen unterwegs.“

Thomas Stopp, Adorf: „Ich mache mit meiner Tochter Julia zum zweiten Mal beim Walking-Tag mit. Auch weil ich beruflich dabei bin, denn ich betreue die Gruppe, die vom Gürther Kreuz aus startet.“

Ruth Rank, Jößnitz: „Durch die schöne Gegend im Vogtland zu laufen, das mache ich schon, aber meistens ohne Stöcke. Ich nehme mir auch nur kürzere Strecken vor, weil ich nicht mehr die Jüngste bin.“

Erna Dölling, Gettengrün: „Wenn ich Zeit habe, wandere ich öfter. Ich weiß gar nicht genau, wann ich das letzte Mal krank war.“