

Nordic Walking Zentrum in Giengen an der Brenz

Geschrieben von: Administrator

Freitag, den 28. September 2007 um 11:51 Uhr

Das vom Deutsche Skiverband (DSV) zertifizierte Nordic Walking Zentrum mit Start und Ziel am Parkplatz Taubentäle (Brückle) wurde offiziell am Samstag 05.05.07 seiner Bestimmung übergeben. Insgesamt stehen drei Rundkurse, 4 km, 5,9 km und 10,5 Kilometer zur Verfügung.

Die Starttafel (Info-Tafel) gibt Hinweise auf die Strecken und Tipps zum Aufwärmen sowie Technik. Wegschilder sorgen dafür, dass die Nordic Walker auf dem rechten Kurs bleiben. Außerdem stehen an jeder Strecke Hinweisschilder, wie man unterwegs Puls misst und wertvolle Hilfestellungen für die Freizeitsportler.

Oberbürgermeister Clemens Stahl sprach in seiner Begrüßungsansprache von einer Gesundheitsanlage und von einem weiteren wichtigen Meilenstein für die Attraktivität der Stadt auf dem Sektor Freizeitsportmöglichkeiten.

TSG Vorstand Thoralf Volquardsen sprach davon, dass die Idee eines solchen Zentrums in seinem Verein schon lange existiere. Um diese Idee zu vervollständigen hat sich Helga Reiser Zielstrebig und mit großem Engagement eingesetzt.

Per Scherenschnitt wurde die neue Laufstrecke freigegeben. Fitnessbewusste Frauen und Männer machten sich gleich auf die Rundstrecken. Neulinge konnten sich unter Fachkundiger Anleitung durch Nordic Walking Trainerin Helga Reiser mit dem Sport vertraut machen.

In der reizvollen Naturlandschaft von Giengen a. d. Brenz ist Nordic Walking die ideale Betätigung für aktives Erleben und entspanntes Genießen. Das „Gehen mit Stöcken“ bringt Spaß und Freude und ist gleichzeitig ein ganzkörperorientiertes Ausdauertraining, das Muskeln kräftigt, die Gelenke schont, die Koordination verbessert und eine positive Auswirkung auf Körper und Geist hat.

Über die TSG Giengen werden geführte Nordic Walking Kurse mit lizenzierte Nordic Walking Trainerin und passender Ausrüstung angeboten.