

Nordic Walking kennt keine Grenzen

Von Sonja Carlson und Marcus Merk (fotos)



Neusäß Anfangs, so vor etwa 10 Jahren, wurden sie etwas skeptisch beäugt und sogar belächelt - die Menschen, die in aller Frühe oder am Abend mit Stöcken in einer speziellen Schritttechnik durch die Gegend laufen. Nordic Walking war zunächst eine Sommertrainingsmethode im Profi-Skilanglauf. Heute ist es ein Freizeit- und Breitensport, den fast jeder ausüben kann.

Hoher Energieverbrauch

Das Besondere daran: Er ermöglicht aufgrund der Technik einen hohen Energieverbrauch bei relativ geringer körperlicher Belastung, kräftigt die Muskulatur, trainiert die Beweglichkeit und bringt Kondition. Nordic Walking ist auch besser als Fahrradfahren, weil die Schulterpartie und die Arme trainiert werden. Der Sport macht fit und hilft sogar beim Abnehmen.

Das Laufen mit den Stöcken macht am meisten Spaß in der Gruppe, kennt weder Altersgrenzen noch macht es halt vor Gemeindegrenzen.

„Und das ist gut so“, sagte der Neusässer Bürgermeister Hansjörg Durz bei der Eröffnung von drei neuen Nordic-Walking-Routen zwischen Neusäß und Aystetten. Im vergangenen Herbst fiel der „symbolische Startschuss“ für die neuen Routen, für die die Arbeitsgemeinschaft Sport mit dem TSV Neusäß, TSV Steppach, TSV Täferlingen und SV Ottmarshausen ihre Vorschläge einbrachten. Durz dankte den Nachbargemeinden für die gelungene Zusammenarbeit.

Dickes Lob für Zusammenarbeit

Bevor die Routen freigegeben wurden und sich die Sportler in Bewegung setzen konnten, durfte der Dank an etliche Helfer und Beteiligten am Projekt nicht fehlen. Insbesondere wurden die Bemühungen der Bauamtsleiters Dietmar Krenz von der Stadtverwaltung Neusäß, die Unterstützung durch Hubert Droste, Leiter des Forstbetriebes Zusmarshausen, sowie das Engagement von Werner Platteder und Johann Huber vom Naturpark Augsburg Westliche Wälder hervorgehoben.

Zusammenarbeit, sprich Arbeitsteilung, wird es auch weiterhin geben: Der Naturpark-Verein wird sich künftig um die Instandhaltung der Schilder kümmern. Der Bayerische Staatsforst dagegen sei für den Erhalt der Wege verantwortlich, wobei er von den Sportvereinen tatkräftig unterstützt werde. Diese werden auch Nordic-Walking-Kurse anbieten, um die Routen optimal zu nutzen.

Zwei Kommunen teilen sich die Kosten

Die Kosten für die drei neuen Strecken werden brav zwischen Neusäß und Aystetten geteilt, wobei der Naturparkverein einen Zuschuss in Aussicht gestellt hat. „Sport kann nicht nur räumlich verbinden“, sagte Durz, „sondern auch finanziell“. Deshalb sei das neue Projekt ein sehr gelungenes Gemeinschaftswerk.

Das Jugendblasorchester der Musikschule Neusäß schließlich sorgte für den musikalischen Rahmen der Eröffnung - dann konnten sich die ungeduldigen Sportler in Bewegung setzen. »Seite 1

13.07.2009 05:40 Uhr

Letzte Änderung: 13.07.09 - 09:40 Uhr