

Zweite Auflage verspricht mehr

Nordic Walking Marathon in Ottobeuren: Bis zu 800 Teilnehmer werden erwartet

Ottobeuren (mz). Veranstalter Stefan Reichel schwärmt bis heute vom Echo auf den ersten Nordic Walking-Marathon im vergangenen Jahr: „Der Sprint von null auf 665 bewegungsbegeisterte Menschen, ungezählte Zuschauer und eine nachhaltige Medienpräsenz, es war ein voller Erfolg.“ Der erste Schritt zu einem „Breitensportevent“ war getan, der Leute von überhaller ins Kneippland lockte. Die zweite Auflage folgt heute, Samstag, und am Sonntag, 10. September.

Beim zweiten Nordic Walking-Marathon im Allgäu geht es über die Viertel-, Halb- und Volldistanz, also über 10,5, 21 und 42 Kilometer Streckenlänge. Veranstalter Reichel

brauchte nicht lange über eine Wiederholung des ersten Marathons nachzudenken. Bereits während des „Erstlings-Events“ gingen Anmeldungen für 2006 ein. Starter von Bremen bis Berchtesgaden werden auch dieses Jahr erwartet. Bis zu 800 Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden voraussichtlich an den Start gehen. Deutschlands erstes Nordic Fitness Magazin begleitet die Großveranstaltungen bereits in der Vorbereitung. Chefredakteur Ulrich Pramann zeigt sich überzeugt von Organisation, Streckenqualität und fachlicher Kompetenz der Veranstalter. Das Insidermagazin bereitet alle Lesewilligen schon seit Mai auf die Marathondistanz vor. Stefan Reichel begleitet dort alle Bewegungsfreudigen seit

längerem mit einem ausgefeilten Trainingsplan.

Die Unterstützung von regionalen Firmen und von namhaften Herstellern aus der Sport-Gesundheits- und Lebensmittelbranche ist ebenso gesichert wie ein umfangreiches Rahmenprogramm.

Sport und Abtanzen in einem

Das Sportereignis startet heute, Samstag, mit einem Symposium und – neu – mit verschiedenen zusätzlichen Workshops. Das nötige Aufwärmprogramm wird es heuer extra für die Marathonläufer und eine Stunde später für die Teilnehmer der 10,5 km- und 21 km-Distanz separat geben. Damit gehen die Walker der verschiedenen Distanzen mit genügend Abstand ins Rennen, um Engpässe zu vermeiden.

Als Breitensportevent stellt der 2. Marathon mit einer zweitägigen Nordic Walking- und Gesundheitsmesse die Information um den Bewegungssport ins rechte Licht. Dem entspricht auch die Art der Ehrungen: Es werden nicht nur die Bestplatzierten prämiert, sondern auch die weiteste Anreise, der oder die älteste Teilnehmer(in), die größte Gruppe und in diesem Jahr auch die Gruppierung, die am meisten Kilometer nachweist. Kulinarische Schmankerl, regionaltypische Blasmusik und die Samstagabend-Party mit Livemusik rücken die Unterhaltung in den Mittelpunkt.

Rahmenprogramm des Marathons

Ottobeuren (mz). Dem eigentlichen Nordic Walking-Marathon am Sonntag geht heute, Samstag, 9. September ein „Gesundheits-Symposium“ mit Workshops voraus. Beginn ist um 13 Uhr im Haus des Gastes am Markt-platz.

- Das Programm sieht unter anderem vor:
- 13 bis 14 Uhr: „Bewegungstipps für Arthrose und Osteoporose geplagte Menschen“ mit Dr. med. Tanja Sigl-Erkel von der Physischen Abteilung im Kreiskrankenhaus Ottobeuren
 - 14 bis 14.30 Uhr: „Traditionelle Chinesi-

sche Medizin – Heilkunst mit großer Tradition“ mit Sigrid Losert, Geschäftsführerin der Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin GmbH

- 14.30 bis 15 Uhr: „Wenn Gelenke, Muskeln und Sehnen schmerzen- was kann die systemische Enzymtherapie leisten?“ mit Dr. Winfried Miller aus Kempten
- 15.30 bis 16 Uhr: „Intelligente Trainingssteuerung mittels Polar Ownzone“ mit Petra Maier
- 16 bis 16.30 Uhr: „Mit der richtigen Technik zum gewünschten Erfolg“ mit Stefan Reichel
- 16.30 bis 17 Uhr: „Nordic Walking für Späteinsteiger“ mit Ulrich Pramann, Chefredakteur und Herausgeber des „Nordic Fitness-Magazins“.

i Mehr Informationen unter www.allgaeuer-nordic-walking-marathon.de

