

Vierte Auflage erstmals mit Strecke für Kinder

Nordic-Walking-Marathon Rund 700 Teilnehmer in Ottobeuren erwartet

Ottobeuren | mz | Der Nordic-Walking-Marathon in Ottobeuren geht in die vierte Runde. Vom 13. bis 14. September ist für die Teilnehmer voller Stockeinsatz gefragt. Veranstalter Stefan Reichel rechnet in diesem Jahr mit rund 700 Freizeitsportlern aus ganz Deutschland. Auch bei der vierten Veranstaltung geht es am Sonntag ab 8 Uhr über

die Viertel-, Halb- und Vollandstanz, also über 10,5, 21 und 42 Kilometer Streckenlänge. Eine zusätzliche, vier Kilometer lange Route gibt es für Menschen mit Behinderungen. Erstmals wird auch ein Lauf für den Nachwuchs angeboten. Am Sonntagmittag starten Kinder auf der Distanz von 2,5 Kilometern in ihrer eigenen Klasse. Die Routen

erstrecken sich wohl dosiert zwischen Landschaftsschutzgebiet, dem Ottobeurer Bannwald und Ortschaften im Untertalgan auf durchwegs befestigten und gut gesicherten Wegen (siehe Grafik).

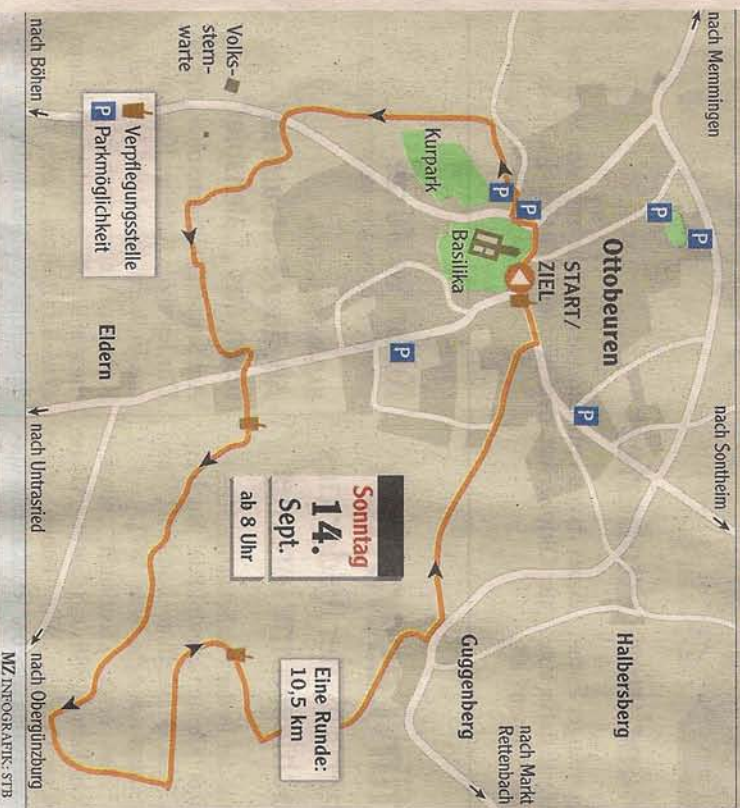
Eine andere Disziplin sollte man beim Rahmenprogramm beherrschen. Neben einer Sport- und Gesundheitsmesse, Vorträgen und Workshops kommen auch Bewirtung und Musik zum Zuge. Beim Sonntags-Frühshoppen mit Blasmusik steht die Geselligkeit im Vordergrund. Der unterhaltsame Teil auf dem Marktplatz bietet zudem einen musikalischen Sternmarsch und verschiedene Kinderanimatoren.

Praktische Übungen für Rücken und Muskulatur

Das zweitägige Rahmenprogramm beinhaltet außerdem praktische Bewegungsübungen für Rücken und Muskulatur mit der Allgemeinmedizin der Nova-Klinik aus Biberach gehen in ihren Vorträgen auf Krafttraining bei Lausportarten ein und beleuchten die verschiedenen Verletzungsrisiken. Zudem wird ein Nordic-Walking-Praxisseminar angeboten.

Infos Weitere Informationen im Touristikamt Ottobeuren oder im Internet: www.allgaeuer-nordic-walking-marathon.de

4. Nordic-Walking-Marathonlauf in Ottobeuren



Beim vierten Nordic-Walking-Marathon in Ottobeuren ist für Sportler wieder voller Stockeinsatz geplant mit rund 700 Teilnehmern.