

extra



Das Mehr der Woche für Memmingen / Unterallgäu und württembergisches Illertal



» Foto: Stefan Reichel

„Fit werden und bleiben“

» 5. Allgäuer Nordic-Walking-Marathon: Zum Geburtstag mit neuen Routen

Ottobeuren (ex/mja). Wenn im Unterallgäu viele Sportbegeisterte ihre Nordic Walking-Stöcke ausgepackt und durch die Umgebung von Ottobeuren „marschieren“, gibt es dafür einen besonderen Anlass.

Dann findet wieder der Nordic Walking-Marathon statt. In diesem Jahr feiert die Breitensportveranstaltung ihren fünften Geburtstag und beschenkt die Teilnehmer mit neuen Routen. Organisator Stefan Reichel hat viel Arbeit in die neue

Streckenführung durch die reizvolle Umgebung von Ottobeuren gesteckt. Ob Einsteiger oder Profi: drei Distanzen von zehneinhalb, 21 und 42 Kilometern, eine eigene, zwei Kilometer lange Strecke für Kids und die vier Kilometer lange Strecke des Handicap-Laufes bieten wirklich jedem die Möglichkeit, entsprechend der eigenen Kondition mitzuwalken. Acht Wochen vor dem Marathon am 12. und 13. September 2009 zeigt sich der Veranstalter sehr erfreut. Die Resonanz auf die fünfte Auflage der Allgäu-

er Großveranstaltung sei hervorragend. In diesem Zusammenhang weist Reichel auf die Staffelpreise des Nordic Walking-Marathons: Wer sich noch vor dem Veranstaltungswochenende anmeldet, spart fünf Euro. Im Startgeld sind neben der Teilnahme am Sonntag an einer der drei Distanzen auch ein hochwertiges Funktions-T-Shirt enthalten.

Zahlreiche Infoveranstaltungen geben zudem einen Rundumblick zum Thema Nordic Walking. In Kooperation mit der Universität Ulm wer-

den die jüngste Forschungsergebnisse zu Zusammenhängen zwischen Sport, Gesundheit, Risikobereitschaft und Nordic Walking vorgestellt. Die regionale AOK-Geschäftsstelle, der Markt Ottobeuren und mehrere Sportartikelhersteller sorgen mit Vorträgen, Workshops, Tests und einer Pastaparty mit Musik für den richtigen Rahmen der jungen Geburtstagsrunde, direkt vor der Ottobeurer Basilika. Weitere Infos unter www.allgaeuer-nordic-walking-marathon.de oder im Touristikamt Ottobeuren.