Für fitte Walker: Abfahrt am Kitzbühler Horn

Nordic Walking Wenn Kreissportbund und der SV Blau-Weiß Heubisch einladen, geht es keineswegs nur ums schnöde „Wandern“.

HEUBISCH. Bereits zum zweiten Mal lud der Kreissportbund (KSB) Sonneberg zum Nordic Walking mit dem SV Blau-Weiß Heubisch ein. Und auch diesmal folgten 17 begeisterte Freizeitsportler dem Aufruf. Nach der Begrüßung durch die KSB-Vertreter Hartmut Franz und Peter Götte ging die Nordic-Walking-Gruppe unter Leitung der lizenzierten Übungsleiterin, Uta Frötschner, in eine kurze Erwärmung über. Bei strahlendem Sonnenschein und frischem Wind liefen anschließend die Teilnehmer durch den Fröschgrund zur Bergmühle, bis auf die bayerische Landesseite. Dort angekommen, teilte sich die Gruppe, um auf geradem Wege am Waldesrand oder auf dem gut 800 Meter längeren und schmaleren Weg im Wald zu walken. An drei Grenzsteinen sorgte die Kräftigungsübung „Skiabfahrt am Kitzbühler Horn“ mit einem Abschlussschwung zur Après-Ski-Einkehr für starke Muskeln und zugleich großes Gelächter. Entlang des Waldesrandes, parallel zur thüringisch-bayerischen Grenze, ging es schließlich für die Sportler wieder zurück.

Gut ausgerüstet, bestens motiviert: Beim SV Blau-Weiß Heubisch startete die jüngste Nordic-Walking-Tour. Foto: Marcel Recknagel

Angesichts der zurückgelegten Wegstrecke von sechs Kilometern und der allmählich eintretenden Erschöpfung wurden die eingeplanten Dehnübungen zum Abschluss durch Kuchen und Getränke ersetzt. Die Bewirtung im Sportheim wurde komplett von der Nordic-Walking-Gruppe des SV Blau-Weiß Heubisch organisiert. So ließ man den ereignisreichen Nachmittag entspannt ausklingen. *MarRec*

Lust auf Nordic Walking?

In Heubisch: Interessenten sind jederzeit willkommen. Die Nordic-Walking-Gruppe trifft sich in den Sommermonaten immer dienstags um 19 Uhr am Sportplatz Heubisch. Einfach vorbeikommen und mitmachen. *MarRec*