

Wechsel in der Leitung der Gruppe Nordic-Walking

Am 11. März wurde absprachegemäß ein Wechsel in der Leitung der Gruppe vollzogen: **Klaus Vollmer** übernimmt ab sofort die Funktion, da **Friedrich Schüler** alters- und krankheitsbedingt dieses Amt leider abgeben muss.



Klaus Vollmer, Friedrich Schüler, Rainer Lauterbacher (von links)

Die Gruppe wurde im **Frühjahr 2017** gegründet und erfreut sich seit dem großer Beliebtheit und ständigem Zuspruch. In den Wintermonaten startet die Gruppe jeweils freitags um 16.00 und in den Sommermonaten um 17.00 Uhr an wechselnden Start- und Zielpunkten in Reinheim. Die Länge der Laufstrecken variiert zwischen 6 und 7 Kilometern.

Diese Sportart ist bekannt als gelenkschonendes und präventives Herz- Kreislauftraining und fördert bei regelmäßiger Ausübung Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und die Koordination. Darüber hinaus wird das Immunsystem gesteigert sowie die sozialen Kontakte nicht unerheblich gefördert.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind jederzeit herzlich willkommen und melden sich bei Interesse beim Gruppenleiter Klaus Vollmer (Tel. 0173 9497277)

Rainer Lauterbacher, Leiter der Abteilung Gesundheitssport