



## HR4-Nordic-Walking-Tag

Ich war dabei.....

Ich war einer der 1.200 gemeldeten Starter beim diesjährigen HR4-Nordic-Walking-Tag am 05. Mai in Altenstadt. Es hat wieder riesig Spaß gemacht. Es war richtig aufregend, bis dann endlich um 12 Uhr der Startschuss fiel und ca. 1.200 Teilnehmern sich auf den Weg machte. Gelaufen werden konnten die Strecken in Distanzen zu 7 km, 14 km und 21 km Länge. Ich hatte mich –wie die meisten- für die 14 km-Strecke entschieden. Die Strecke führte durch wunderschöne blühende Streuobstwiesen, durch Wald mit frischem Blattgrün und teilweise auch entlang des Limes, bei leicht hügeligem Gelände und immer bei bestem Sonnenschein. Unterwegs gab es zwei Verpflegungspunkte, an denen ausreichend Getränke gereicht wurden. Es hat rundherum Spaß gemacht hier mit zu laufen!

Vielleicht finden sich im nächsten Jahr weitere Teilnehmer, sodass wir eine kleine Gruppe mit Läufern aus Assenheim stellen können ???  
Übrigends: ich bin 151 (von 320 gewerteten Teilnehmern) geworden, mit einer Zeit von 2:19. Aber die Zeit spielt überhaupt keine Rolle, der Spaßfaktor und das Gemeinschaftsgefühl sind absolut vorrangig.

Lothar Riemann

Interesse am Nordic-Walking?  
Infos auf unserer Homepage  
<http://tv-assenheim.de>

**Nordic-Walking immer  
Dienstag von 10-11:30 Uhr oder  
Mittwoch von 18-19:30 Uhr  
ab Sportplatz Assenheim  
(Vereinsheim TV 1965 Assenheim eV)**