



## **Nordic-Walking-Treff „Nibelungen“**

**Bensheim u. Umgebung**



Harald Herrmann, Heinrichstraße 18, 64625 Bensheim

**c/o Harald Herrmann**  
**Heinrichstraße 18, 64625 Bensheim**  
Tel.Nr.: 0 62 51 – 86 02 346  
nordic-walking-nibelungen@web.de  
www.nordic-walking-nibelungen.de

Bensheim, den 28.9.19

Pressemitteilung 28.09.19

### **Herbstwanderung der Nordic- Walker**

Allerbestes Wanderwetter hatten die Nibelungen bei ihrer diesjährigen Herbstwanderung. Quasi am letzten warmen Tag in diesem Jahr starteten sie rund um Bad Dürkheim.

Rasch war der Anstieg zur Klosterruine Limburg geschafft.

Nach einer kurzen Rast ging es zügig weiter zur Festungsrue Hardenburg, dort kehrte man zur Mittagsrast ein.

Bevor die Walker sich, mit Kaffee und Kuchen gestärkt auf den Heimweg machten, wurde noch ein alter Römischer Steinbruch besichtigt

Körperliche Bewegung hält fit: Regelmäßiges Training senkt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und nach dem Sport fühlt man sich einfach wohl.

Interessierte Nordic- Walker, sind zu den Übungseinheiten des beitragsfreien Nordic Walking Treff jederzeit herzlich willkommen.

Für Anfänger und Wiedereinsteiger, finden das ganze Jahr über dementsprechende Kurse dieser gelenkschonenden Sportart statt.

Mehr darüber erfährt man unter Tel. 06251-860 2346 (Harald Herrmann) im Vereinsspiegel des BA oder unter [www.nordic-walking-nibelungen.de](http://www.nordic-walking-nibelungen.de).