



Brilon



Olsberg



Willingen



Winterberg



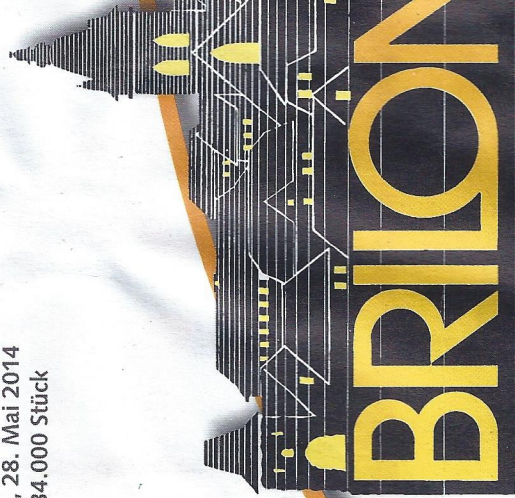
Medebach



Hallenberg

DIE Wochenzeitung

Erscheint in den Städten des Altkreises: Brilon, Olsberg, Willingen, Winterberg, Medebach, Hallenberg und in Willingen



Nr. 20 – 28. Mai 2014

Gesundheitswandern

Gesundheitswandern Bewegen – Entspannen – Begegnen

Olsberg. Mitwandern kann jeder – ob Wandervereinsmitglied oder nicht. Gesundheitswandern richtet sich an alle, die körperlich fit bleiben oder werden wollen und lieber im Freien trainieren als in der Sporthalle.

Gesundheitswandern kombiniert Wandern mit gezielten gymnastischen Übungen. Und das Wich-

tigste: Gesundheitswandern macht Spaß.

Wandern ist gesund. Deshalb erkennen über 60 Gesundheitskassen das Deutsche Wanderabzeichen in ihren Bonusprogrammen an. Gesundheitswanderungen punkten für das Deutsche Wanderabzeichen pauschal mit 10 km. Den Wander-

pass erhalten alle Mitwanderer vom SGV Olsberg geschenkt.

Das Gesundheitswandern findet jeden Donnerstag bis einschließlich 3. Juli, jeweils um 14 Uhr (außer Feiertags) statt.

Treffpunkt ist die Wandertafel SGV Olsberg (Kurpark gegenüber der Volksbank).