



## Gelungene Premiere: Heute starten weitere Gesundheitswanderungen in Nuttlar

**Zum Start der Gesundheitswanderungen** mit dem zertifizierten Wanderführer Ingobert Balkenohl konnte der Bezirksvorsitzende des SGV-Oberruhr, Heinz Wiemann, trotz schlechter Witterung auch Bürgermeister Ralf Péus sowie den Vorsitzenden des SGV Nuttlar, Wolfgang Rickes, begrüßen. Zwei

Gruppen mit unterschiedlichen Anforderungsprofilen (moderat und sportlich) hatten sich mit insgesamt 53 Teilnehmern aus Brilon, Olsberg, Meschede, Bestwig und Nuttlar auf den Weg gemacht. Nach den Grußworten des Bürgermeisters mit anerkennenden Worten für den ehrenamtlichen Einsatz und das

Engagement des SGV Nuttlar ging es los. Die von den Nuttlarer Wanderführern Brigitte Eilinghoff, Gerhard Friedhoff, Bernd Spindelreher und dem Gesundheitswanderführer Ingobert Balkenohl ausgesuchte Waldroute fand positiven Anklang. Durch die abwechslungsreiche Strecke mit Zeit für Übungen,

Entspannungen und nötige Erklärungen zur Kräftigung der Muskeln und zum Schonen der Gelenke vergingen die 90 Minuten wie im Flug. Die nächsten Wanderungen finden am heutigen Mittwoch statt: Start ist um 13.30 Uhr (moderat) und um 15.30 Uhr (sportlich) an der Evenkopfhütte.