

Entspannter Abendspaziergang auf dem "Philosophenweg"

Der Kneipp-Verein Sulzbach möchte seine Mitglieder zu einer neuen Aktivität einladen. Hauptanliegen von Pfarrer Kneipp war es doch, den Menschen die Eigenverantwortung für ihre Gesundheit bewusst zu machen. Eine der fünf Säulen seiner Lehre ist "Bewegung".

Bewegung heißt aber nicht nur durch gezielte Gymnastik den Körper zu stärken oder mit Nordic-Walking-Stöcken und weiten Schritten durch den Wald zu schreiten, Bewegung ist auch entspannt durch den Wald zu spazieren - ganz ohne Leistungsdruck.

Daher möchte der Kneipp-Verein einmal monatlich zu einem Abendspaziergang einladen. Geplant ist, über den "Philosophenweg" zum Brennenden Berg, einem beliebten und allen Sulzbachern bekannten Ausflugsziel zu gelangen.

Treffpunkt ist um 17.00 Uhr am Parkplatz an der Blaufabrik. Die Strecke ist weitgehend flach und wir möchten mit dem Angebot jene erreichen, die nicht mehr so fit sind, an den Bewegungskursen teilzunehmen.

Wer ohne Auto ist und nicht zu Fuß zum Treffpunkt kommen kann, melde sich bitte bei der Tel-Nr.: 06897/87535. Der erste Abendspaziergang soll am Mittwoch, dem 17. Mai 2017 stattfinden und dann immer am 4. Mittwoch eines Monats. Nähere Infos gibt es bei Tel-Nr.: 06897/87535.

Auch Nichtmitglieder können das kostenlose Angebot des Kneippvereins Sulzbach gerne annehmen, um sich motivieren zu lassen, sich mehr zu bewegen.