Tätigkeitsbericht Nordic-Walking Gruppe - (Corona-) Sportjahr 2020

Montag 8.30 – ca. 10.00 Uhr

Donnerstag von Ende März bis Mitte Oktober 18.30. bis ca. 20.00 Uhr

Freitag von Mitte Oktober bis Ende März von 16.00 bis ca. 17.30 Uhr

Beide Gruppen treffen sich am Park- und Ride-Parkplatz an der Autobahn. Von dort starten wir unseren ca. 6,5 km langen Rundweg. Montags führt er uns meistens über den Rossberg zum Schmidberg, wieder zurück zum Rossberg und dem P + R-Parkplatz. Der Weg beschreibt eine liegende acht.

Hin und wieder laufen wir auch neue Wege. Streckenlänge beträgt durchschnittlich zwischen 6,5 und max. 8 km. Dauer der Übungseinheit zwischen 1 ¼ und 1,5 Stunden.

Wegen der sehr heißen Sommertemperaturen habe ich den Montagslauftreff von Anfang Juli bis zum Ende der Sommerferien um eine halbe Stunde vorverlegt. Vermutlich wird das auch im kommenden Sommer wieder so sein.

Am Donnerstag bzw. Freitag laufen wir unterschiedliche Wege. Sie führen uns nach Bittelbrunn, Richtung Autobahnraststätte, an die Spöck, auf den Alten Postweg, rund um den Hohen Hewen oder den Schoren.

Nach der Tour machen wir noch einige Dehnübungen.

Es wurden in beiden Gruppen die jeweils geltenden Corona-Verordnungen eingehalten. Auch gab es die ein oder andere Teilnehmerin, die sich wegen der Infektionszahlen vom Lauftreff abgemeldet hat.

Beide Gruppen haben sich zum Sommerabschluss, unter Einhaltung der jeweils geltenden Corona-Verordnungen, auf der Autobahnraststätte West getroffen.

Mit der Montagsgruppe habe ich noch einen kleinen Winterabschluss auf der Spöck mit Abstand bei Kaffee und Butterbretzel durchgeführt.

Beide Gruppen haben derzeit eine Gruppenstärke von 6- 8 Teilnehmern.

Im März 2021

Eure Gisela Merkel