



DeutscherWanderverband

Pressemitteilung 33/Kassel, 17. September 2020

Pressemitteilung

Aktionstage Gesundheitswandern am 19. und 20. September

Bewegung im Alltag



Sich auf angenehme Art im Alltag mehr bewegen? Auch und gerade zu Corona-Zeiten das Immunsystem stärken und fit bleiben? Am 19. und 20. September 2020 geht Deutschland wieder Gesundheitswandern: An vielen Orten kann man mitwandern und das DWV-Gesundheitswandern® nach Deutscher Wanderverband (DWV) ausprobieren.

Deutscher Wanderverband
Kleine Rosenstraße 1-3
34117 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de

Die klassische Gesundheitswanderung ist bis sechs Kilometer lang und verbindet Wandern mit Übungen zu Körper, Geist und Seele, die fit machen und einfach zu Hause wiederholt werden können. Diese Angebote richten sich an Wanderneu- oder Wiedereinsteiger*innen und an alle, die sich mit Freude draußen bewegen möchten. Mehr Bewegung in den Alltag bringen – das ist das Motto der diesjährigen Aktionstage Gesundheitswandern, die der Deutsche Wanderverband mit seinem Partner Crataegutt® jährlich durchführt. Deshalb gibt es bei vielen der Aktionen Tipps, wie der Alltag aktiver gestaltet werden kann. Sechs solcher Ideen enthält die Aktions-Würfelnkarte, die die Teilnehmenden bei den Aktionen erhalten.

Dass das DWV-Gesundheitswandern vielseitig ist, zeigen einige der teilnehmenden DWV-Gesundheitswanderführer*innen®: So gibt es in Vreden (Kreis Borken) eine DWV-Gesundheitswanderung zur Rückbildung für frischgebackene Mütter, in Bornheim bei Bonn im Anschluss an die Wanderung die Besichtigung eines Biolandhofs und in Calw im Schwarzwald wird eine heilklimatische DWV-Gesundheitswanderung angeboten. Alle Aktivitäten der Aktionstage Gesundheitswandern finden Interessierte in der interaktiven Karte, in diesem Jahr kombiniert mit der Karte des „Tag des Wanderns“.

www.tag-des-wanderns.de

Seit 1883 vertritt der Deutsche Wanderverband gegenüber Politik und Behörden die Interessen seiner Mitglieder und ist der Fachverband für

das Wandern und die Wegearbeit in Deutschland. Als Dachverband von rund 70 landesweiten und regionalen Gebirgs- und Wandervereinen mit rund 600.000 Mitgliedern hat der DWV wichtige Initiativen wie das Kita-, Schul- und Gesundheitswandern oder die Ausbildung von Wanderführern gemeinsam mit Partnern ins Leben gerufen. Als anerkannter Naturschutzverband hat der DWV zudem eine wichtige Funktion im Dialog von Naturnutzern und -schützern. Er ist Initiator des bundesweiten Tages des Wanderns am 14. Mai und zertifiziert im Rahmen der Qualitätsinitiative „Wanderbares Deutschland“ Regionen, Wege und Gastgeber, wenn sie sich besonders gut für Wanderer eignen.

Pressemitteilung

Pressekontakt: Christine Merkel, Tel. 05 61 / 9 38 73-31, E-Mail: c.merkel@wanderverband.de



Deutscher Wanderverband
Kleine Rosenstraße 1-3
34117 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de