

SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. organisiert erfolgreich 1. Nordic Walkingchallenge am Rheinsteig im DSV Nordic aktiv Walkingzentrum

Trotz der kurzen Vorbereitungszeit und auf die Anregung vieler Nordic Walker konnte der SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. am Samstag am Rheinsteig seinen 1. Nordic Walkingchallengelauf mit Zeitmessung unter sportlichen Gesichtspunkten durchführen. Start und Ziel war die schwarze DSV Nordic Walkingroute direkt an der Trinksporthalle Heimbach-Weis. Bei strahlendem Sonnenschein waren alle Teilnehmer begeistert von dem Lauf. Auch die erstmalige Teilnahme von Kindern/ Jugendlichen war für den Verein ein weiterer sportlicher Erfolg. Gerade für Kinder aber auch alle Erwachsene, die noch wenig Erfahrung in Ausdauersportarten haben ist Nordic Walking eine Sportart mit der man in ähnliche Herzfrequenzbereiche kommen kann wie beim Laufen oder dem Skilanglauf. Lediglich die Laufzeiten sind durch die Technik der Sportart Nordic Walking langsamer aber bei einer wesentlich günstiger Belastung der Gelenke. Aber auch renommierte Sportler/Läufer haben mit Nordic Walking eine weitere ideale Trainingsalternative. Die DSV Trainer des Vereins vermitteln dies in Ihren Trainingsstunden und Kursen. Für das Jahr 2015 ist wieder eine Wiederholung der Nordic Walkingchallenge geplant. Der Verein kann sozusagen im nächsten Jahr sozusagen auf die beiden Jubiläen 15 Jahre Vereinsgeschichte sowie 10 Jahre DSV Nordic aktiv Walkingzentrum zurückblicken. In diesem Zusammenhang sowie im Rahmen der sporttouristischen Aktivitäten rund um den Rheinsteig ist am 10. Oktober die 2. Auflage der Nordic Walkingchallenge geplant. Weitere Informationen unter rpuderba@rz-online.de, 0152/28926702



Teilnehmer beim Start



Glückliche Teilnehmer bei der Siegerehrung

**Ergebnisse 1. Nordic Walkingchallenge 10.10.2014 DSV Nordic aktiv Walkingzentrum SRC
Heimbach-Weis 2000 e.V.**

Nordic Walking 3 km

Schüler S7 w

1. Anna-Jolie Stursberg SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 21:47,77

Schüler S9 w

1. Michele Naumann SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 16:36,45

Schüler S13 m

1. Steven Sehrer SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 13:20,28

Schüler S13m

1. Aaron Schmuck SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 13:19,88

Schüler S14 m

1. Marc Krämer SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 13:40,71

Nordic Walking 10 km

Jugend 18 w

1. Catherina Freitag SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:13:34,37

Herren 46

1. Stefan Puderbach SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:01:59,50

Damen 51

1. Roswitha Muscheid SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:21:58,06

Herren 56

1. Wilhelm Placke SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:04:31,41

2. Manfred Kirk SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:12:55,37

Damen 56

1. Birgit Wolter SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:14:48,07

2. Marie-Therese Oster TV Feldkirchen 1886 e.V. 1:16:10,30

3. Ingrid Stopperich TV Feldkirchen 1886 e.V. 1:31:16,68

Herren 61

1. Ulf Störmer SRC Heimbach-Weis 2000 e.V. 1:16:05,20

Herren 66

1. Hans Liesenfeld Lt Heimbach-Weis 1:13:00,25

Herren 71

1. Lothar Puderbach TV Feldkirchen 1886 e.V. 1:17:08,61