

Mondschein-Walking im Advent

Datum: **Dienstag, 13. Dezember, 2005**

Route: Magdenau, Altenberg, Baldenwil, Degersheim, Hermenliweg, Magdenau

Wiler Zeitung 19. Dezember 2005

Sport treiben auch im Winter

Rund 40 Frauen und Männer nahmen an einem Mondschein-Walking teil

FLAWIL. Neben dem «Chlausen», «Guetzlen» oder Shoppen ist Walken im Advent eine echte Alternative. So jedenfalls denkt Eliana Heim, die kürzlich ein Mondschein-Walking organisierte.

Nachtspaziergänge können sehr romantisch sein, gerade bei Mondschein. Dies ist längst nicht mehr unbekannt. Doch gilt das auch im Dezember? Eliana Heim,

Organisatorin von Walking-Kursen, ist davon überzeugt. «Bei schönem Sternenhimmel und Mondschein ist das toll. Wer zuverlässige Kleidung trägt, wird im Winter trotz der Kälte nach einer ausgiebigen Walking-Tour zufrieden nach Hause gehen», wirbt Eliana Heim einerseits für Walking, andererseits für das Rausgehen im Allgemeinen.

Die Leute für Sport begeistern

Sie möchte die Leute dazu bringen, auch im Winter ver-

mehrt die eigenen vier Wände zu verlassen und Sport zu treiben. Deshalb beginnt im Januar bereits wieder ein Walking-Kurs.

Erst vor Kurzem organisierte Eliana Heim ein Mondschein-Walking. Etwa 40 Frauen und Männer, wobei der Männeranteil bei rund einem Viertel lag, meldeten sich für die Tour an.

Punsch als Überraschung

Um möglichst alle richtig zu fordern, teilte sie die Frauen und Männer in drei Leistungsgrup-

pen ein. «Niemand soll über- oder unterfordert sein, jeder sein eigenes Tempo durchziehen können», erklärte die Organisatorin im Vorfeld. Die ausgiebige Tour führte von Magdenau über Baldenwil nach Degersheim und wieder zurück nach Magdenau. Als Überraschung für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer – schliesslich sollte auch der Advent seinen Platz erhalten – wartete auf die Walker unterwegs ein Verpflegungsposten mit Glühwein und Punsch. (tg.)



Gut gelaunt und richtig ausgerüstet begaben sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die ausgiebige Walking-Tour.

Bild: sh.