



## Walking - Was es ist und was es nicht ist!

Walking und Nordic Walking, das sind wirklich schöne und gesunde Ausdauersportarten für alle, die aus welchen Gründen auch immer, nicht Laufen, Fahrrad fahren oder Sonstiges machen wollen. Jede/r, der/die es schafft, sich dabei ausreichend und für ein Gesundheitstraining sinnvoll zu belasten ist damit bei der richtigen Bewegungsart.

Walking ist jedoch kein Wettkampfsport! Man/frau kann an den angebotenen Veranstaltungen teilnehmen und sich natürlich auch für seine Walk-Zeit interessieren. Man kann jedoch nicht "um die Wette" walken! Das ist unmöglich und führt - wie schon oft erlebt - immer wieder zum Streit. Da es keine Walk-Regeln gibt, können diese auch nicht überwacht werden. Gäbe es Regeln, wären wir bei der Leichtathletik-Sportart "Gehen".

(Die Hilfen, die es gibt, wie gewalkt werden soll, sind aus einem gesundheitlichen Aspekt heraus entstanden und sind keine sport-technischen Regeln.)

Mehr gibt es dazu nicht zu sagen. Allen Walker/inne/n weiterhin viel Spaß bei eurem Sport und lasst ihn euch nicht von "Wettkämpfern" kaputt machen.

Wolfgang Bronner