

Gemeinsam wandern

BEWEGUNG Beim Wanderinformations-Abend der Naturfreunde am Donnerstag geht es um das Wie und Warum. Ziel ist die Erfrischung von Körper und Geist.

REGENSBURG. Tradition bedeutet, alte Handlungsmuster aus Überzeugung und mit Hingabe zu pflegen. Genau diesem Muster folgen auch die Naturfreunde Regensburg. Und das schon seit über 100 Jahren. Schon 1895 grüßte man sich mit „Berg frei“. 1910 fanden sich zwölf Naturbegeisterte zu einer Regensburger Ortsgruppe zusammen, die die Natur in ihren Freizeitmittelpunkt stellten. In diesem Jahr heißt das Jahresmotto „Naturfreunde bewegen“. Das gilt bundesweit, sagt der Ortsvorsitzende Dr. Dieter Groß.

Allgemein aktiv zu sein, genügt den Naturfreunden nicht. Dazu gehört auch, sich körperlich zu bewegen. Wandern kann man sehr gut allein. Aber warum sollte man einer Wanderorganisation beitreten, fragt Groß. Die Gründe dafür wollen die Regensburger Naturfreunde in einer Informationsveranstaltung darlegen, die am Donnerstag, 26. Januar, um 20 Uhr im Saal des Hotel Wiendl, Universitätsstr. 9, stattfinden wird.

„Wandern ist ein Breitensport für

Körper und Geist, es ist sozial, ökologisch, gesund und es bringt uns die Welt näher, in der wir leben“, sagt Groß. „Gemeinsam wandern macht Spaß, schafft ein breiteres Spektrum an Zielen als wenn man allein unterwegs ist. Und man lernt voneinander, weil man ins Gespräch kommt.“

Die Naturfreunde seien ein sozial und ökologisch orientierter Freizeitverband. Dafür haben sie ausgebildete Experten. Einige davon werden an diesem Abend ihre Schwerpunkte darstellen: Dieter Groß als Trainer C mit dem Fokus auf das Wandern, Zita Rivolo klärt als Absolventin des Trainingsmoduls Schneeschuhwandern auf, die Trainerin Sabine Müller informiert als Nationalparkführerin und Judith Schöffel referiert über den gesundheitlichen Aspekt des Wanderns.

Roman Dotzer wird am Infoabend zudem mit Bildern in das Bergwanderprogramm einführen. Weitere erfahrene Vereinsmitglieder berichten über Themen wie „Wandern und Fotografie“ und „Wandern als kulturelle Erfahrung“. All diese Schwerpunkte gehen in das Jahresprogramm der Ortsgruppe ein. Es liegt als Jahreskalender bei der Veranstaltung, aber auch auf den Naturfreundehäusern der Regensburger Ortsgruppe auf – und ist im Internet abrufbar. Infos zu den Aktivitäten gibt es im Internet unter www.naturfreunde-regensburg.de. (msr)



Die organisierten Schneeschuhwanderungen sind sehr beliebt und führen in die schönsten Wanderregionen Bayerns.

Foto: Strasser