

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/61934/1259341/becel-deutschland-walk-vom-7-bis-20-september-nordic-walking-tour-mit-rosi-mittermaier-und> abgerufen werden.

BGV - Info Gesundheit e.V.

Becel Deutschland Walk vom 7. bis 20. September: Nordic Walking-Tour mit Rosi Mittermaier und Christian Neureuther startet am Sonntag auf Sylt

05.09.2008 - 09:59 Uhr, BGV - Info Gesundheit e.V.

Bonn (ots) - Liebe dein Herz - unter diesem Motto ruft Becel zur Teilnahme am Deutschland Walk auf. Ziel ist es, Menschen für mehr Bewegung und ein herzgesünderes Leben zu begeistern. Der Startschuss für den Walk fällt am 7. September auf Sylt. Anschließend geht es über zehn Etappen quer durch Deutschland - bis zur Zugspitze, wo am 20. September das Finale stattfindet.

Beim Becel Deutschland Walk geht es nicht um Leistung und Schnelligkeit. Das Ziel lautet, möglichst viele Menschen zu Bewegung und gesunder Ernährung zu motivieren. Deswegen ist jeder herzlich eingeladen mitzuwalken. Das Rahmenprogramm mit vielen Informationsständen rund um gesunde Ernährung, Bewegung und vorbeugenden Gesundheitsschutz mit Blutdruck- und Körperfettmessungen startet jeweils 1,5 Stunden vor dem Lauf. Der Walk wird außerdem von erfahrenen Nordic Walking Trainern begleitet, die auf der gesamten Strecke jederzeit mit Rat und Tat zur Seite stehen. Optimale Bedingungen also, um etwas Gutes für die Gesundheit zu tun! Schließlich macht Sport in Gemeinschaft mit Gleichgesinnten noch mehr Spaß und ist in Begleitung erfahrener Experten noch effektiver. Auch dieses Jahr sind Rosi Mittermaier und Christian Neureuther als Botschafter für gesunde Ernährung und Bewegung mit dabei. Allen Nordic Walking-Fans bietet sich daher die einmalige Gelegenheit, den beiden Profi-Sportlern über die Schulter zu schauen und so Tipps zum richtigen Bewegungsablauf zu erhalten.

Gesundheit zum mitmachen

Ob Anfänger oder Profi, für jeden gibt es die passende Distanz, da zwei Strecken pro Etappe angeboten werden - jeder Teilnehmer kann zwischen sechs bis acht oder zehn bis zwölf Kilometern wählen. Wer mitmachen will, kann sich im Internet unter www.becel.de oder www.liebe-dein-herz.de für die kostenlose Teilnahme registrieren lassen. Anmeldungen sind auch vor Ort noch möglich.

Für alle, die nicht an der Veranstaltung teilnehmen können, bietet der BGV Informationen zum Nachlesen an. Mit der Broschüre "Ein bewegtes Leben" zeigt er, dass es im Alltag viele Gelegenheiten gibt, sich mehr zu bewegen. Der Ratgeber erklärt auch, warum körperliche Aktivität für eine gute Gesundheit so wichtig ist und wie man mit Bewegung vielen Zivilisationskrankheiten vorbeugt. Die Broschüre kann im Internet unter www.bgv-bewegung.de oder schriftlich beim Deutschen Bundesverband für Gesundheitsinformation und Verbraucherschutz e.V. (BGV), Heilsbachstraße 32 in 53123 Bonn bestellt werden.

Pressekontakt:

Bundesverband für Gesundheitsinformation
und Verbraucherschutz - Info Gesundheit e.V.
c/o Medcom international
Monika Wohlerlert
René-Schickele-Straße 10
53123 Bonn
Telefon: 0228-308210
E-Mail: wohlerlert@medcominternational.de

Originaltext:

BGV - Info Gesundheit e.V.

Pressemappe:

<http://www.presseportal.de/pm/61934/bgv-info-gesundheit-e-v>

Pressemappe als RSS:

http://presseportal.de/rss/pm_61934.rss2