

## **Erlebnis-Wandertag in Fischbach bei Dahn Buntes Programm für die ganze Familie**

**Am kommenden Sonntag, den 12. September, veranstaltet die IKK Südwest ein Familien-Wander-Event, um Groß und Klein mit zahlreichen Aktionen Freude an der Bewegung zu vermitteln. Denn Wandern ist nicht nur ein Naturerlebnis, sondern trägt zum Erhalt des körperlichen und geistigen Wohlbefindens und zur Prävention von Zivilisationskrankheiten bei. Auch Kindern wird an verschiedenen Mitmach-Stationen das Thema Bewegung und Gesundheit nähergebracht.**

Am 12. September können alle Besucherinnen und Besucher von 10:00 bis 17:00 Uhr an dem Erlebnis-Wandertag am Biosphärenhaus in Fischbach bei Dahn teilnehmen. Dabei steht vor allem der Spaß an der Bewegung für die ganze Familie im Mittelpunkt. IKK-Südwest-Vorstand Prof. Dr. Jörg Loth freut sich über das Event und erklärt: „Ausreichend Bewegung an der frischen Luft ist in jeder Altersgruppe für einen nachhaltig gesunden Lebensstil entscheidend. Denn körperliche Aktivitäten, dazu gehört auch das Wandern in der Natur, können dazu beitragen, Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Adipositas oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen.“ Auf der Gesundheits-Wanderung erfährt die ganze Familie mehr über weitere interessante Gesundheitsthemen wie beispielsweise den richtigen Sonnenschutz. Die verschiedenen interaktiven Stationen wie der Barfußpfad, das Spazierstockbasteln, die Edelsteinsuche und die Falknershow sowie die kostenfreien Gesundheits-Checks auf der Wanderroute laden außerdem zum Mitmachen ein. Für alle Spielteilnehmer ist der Eintritt zum Baumwipfelpfad an diesem Tag kostenfrei.

### **Die IKK Südwest**

Aktuell betreut die IKK Südwest mehr als 630.000 Versicherte und über 90.000 Betriebe in Hessen, Rheinland-Pfalz und im Saarland. Versicherte und Interessenten können auf eine persönliche Betreuung in unseren 21 Kundencentern in der Region vertrauen. Darüber hinaus ist die IKK Südwest an sieben Tagen in der Woche rund um die Uhr über die kostenfreie IKK Service-Hotline 0800/0 119 119 oder [www.ikk-suedwest.de](http://www.ikk-suedwest.de) zu erreichen.

.....  
Ansprechpartner: Franziska Knoll  
Pressesprecherin  
Hessen, Rhein-Main und Pfalz  
Tel.: 0 61 31/4 95-3070  
Mobil: 0 15 16/4 53 05 70  
Fax: 0 61 31/4 95-3999  
E-Mail: [franziska.knoll@ikk-sw.de](mailto:franziska.knoll@ikk-sw.de)