



Hallo meine lieben Nordic Walker,

Ihr habt es sicher schon gehört, wir dürfen wieder Sport treiben.

Für uns als Nordic Walker ist es sicherlich einfacher wieder loszulegen als für Sportarten, die in der Halle betrieben werden.

Einige Bedingungen müssen aber auch wir erfüllen. Die Abstandsregel von mindestens 1,5m gilt natürlich. Der DOSB empfiehlt sogar einen Abstand von 2m.

Die Regel für uns lautet : es gehen zwei Läufer nebeneinander, der Eine rechts am Rand des Weges, der Andere entsprechend links. Dann müssten wir ca. 1,5m einhalten können. Der Abstand zwischen den Paaren sollte mindesten 1,5m betragen. Wir können also nicht alle zusammen loslaufen wie sonst, sondern die Paare starten nacheinander.

Ich hoffe, dass wir auch unterwegs die Abstände einhalten können, überholen wird schwierig, aber vielleicht ist das ja auch mal eine gute Übung in einem Tempo zu laufen.

Also ich würde sagen wir probieren es am Montag und schauen wie wir zu recht kommen.

Masken sind keine Pflicht wir laufen also ohne Masken (ich finde, die Dinger stören schon beim einkaufen), aber wer sich besser und sicherer fühlt mit, der soll sie ruhig tragen. Mir ist es wichtig, dass wir wieder zusammen laufen. Ihr sollt nicht wegen irgendwelcher Bedenken zu Hause bleiben.

Ich bin mir sicher, wir schaffen es trotzdem nette Lauferlebnisse zu haben und freue mich auf Montag

Es grüßt Euch Dagmar