

ALZEYER

WOCHENBLATT

IM HERZEN UNSERER REGION

Mittwoch, 9. März 2016 | 31. Jahrgang | Nr. 10

Wetter trüb, Stimmung heiter
Einkaufsbummeln trotz
kühler Regenschauer beim
Frühlingssonntag >> Seite 3



Tarkan rockt die Messe
Türkischer Star mit Alzeyer
Wurzeln bei „Summer
in the City“ >> Seite 9



Neue Serie im Wochenblatt
Wir stellen Leser mit
besonderen Hobbys und
Begabungen vor >> Seite 9



Bewegung und Kulturgenuß

Rheinhessen-Walker starten in die neue Saison / Auftakt am Sonntag in Siefersheim



Bestens ausgebildete Enthusiasten geben ihr Wissen gerne weiter.

Foto: Wolfgang Brahm

SIEFERSHEIM (red) – Die Rheinhessen-Walker laufen wieder los. Von März bis November bieten sie zwölf geführte Nordic-Walking Touren an. In den unterschiedlichsten Ecken von Rheinhessen zeigen die sportlichen Gästeführer ihren Teilnehmern die besonderen Winkel ihrer Heimat.

Bewegung, Kultur und Landschaft – das sind die drei Bausteine ihres Angebots. Dafür wurden sie ausgezeichnet mit dem „Best

off 2013“ der Great Wine Capital im Bereich „Innovative Weintouristische Angebote“.

Richtig walken

Bei der Auftaktveranstaltung in Siefersheim im Herzen der Rheinhessischen Schweiz am Sonntag, 13. März, 10 Uhr, in der Ortsmitte, Bushaltestelle, steht das Thema Bewegung im Mittelpunkt. Die Rheinhessen-Walker vermitteln hier Tipps und Auffrischungstechniken für Fortgeschrittene sowie die Grundregeln

im Nordic Walking mit praktischen Übungen zur richtigen Lauftechnik, Stockeinsatz, Materialkunde und gesundheitlichem Aspekt für Anfänger und Wieder-

MITMACHEN

Die Teilnahme kostet zehn Euro pro Person inklusive einem Glas Wein, Wasser und Imbiss. Stöcke werden kostenlos ausgeliehen. Anmeldung bei Dieter Luger, Telefon 06703/15250, 0170/1768626 oder per E-Mail an d.luger@rheinhessen-walker.de

einsteiger.

Auch die erwachende Natur rund um Siefersheim wird erkundet. Hier gibt es nicht nur gute Weine und schöne Wanderwege, sondern auch geologische und botanische Besonderheiten. Tausende von wilden, leuchtend lilafarbenen Kuhschellen blühen im Frühling auf dem Trockenrasen, der hier vor Ort zu finden ist. Noch sind die Knospen geschlossen. Doch in wenigen Wochen ist die volle Pracht der unter Schutz stehenden Pflanzen zu bewundern. Im Anschluss an diese Tour kön-

nen sich die Teilnehmer bei einem Glas Wein und herzhaft belegten Broten stärken. Bei der nächsten Veranstaltung am 10. April in Nierstein stehen historische Rheinübergänge im Mittelpunkt. Sportlich durch das Hügelland geht's am 15. Mai in Wintersheim, und am 20. und 21. Mai in Gimsheim sind zwei Gärten und zwei Seen Thema. Mehr Infos gibt es auf www.rheinhessen-walker.de.

@ info@
rheinhessen-walker.de