Hundepfoten lernen „walken“

Nordic Walking mit vierbeinigem Freund

Region (mt). Nordic Walking erfreut sich seit Jahren einer großen Beliebtheit. Es werden eine Großzahl der Muskeln beansprucht, viele Kalorien verbrannt und man kann gleichzeitig in der Gruppe Sport machen oder einfach die Landschaft genießen. Fehlt nur noch der beste Freund des Menschen. Den zieht nun Manuela Eix dazu, die in Alfter mit einer privat organisierten Gruppe regelmäßig Nordic Walking macht - nicht nur mit Herrchen oder Frauchen, sondern auch mit deren Hunden.

Mit einer Klettverschlussleine am Arm oder um den Bauch können Rex und Struppi folgen, ohne dass sich Leine und Walking-Stöcke allzusehr ins Gehege kommen. Ein bißchen Übung gehört dazu, aber Eix gibt Tipps - sowohl für das Verhalten mit den vierbeinigen Freunden als auch für das technisch einwandfreie Walken.

Und während die Menschen nach 90 Minuten Walken Sehnen und Muskeln dehnen, können die Hunde herumtollen und sich weiter beschnuppern.

Weitere Informationen zur „Aktivhundezeit“ unter Tel.: 0228 9649440 und online auf www.aktivehundezeit.de .