

Vitaltag macht mobil

Das Kloster Haydau ist am Sonntag Ziel eines regionalen Fitness-Programms

MORSCHEN/ALHEIM/ROTEBURG/BEBRA. Wer sich gerne bewegt, dabei die Schönheiten der Landschaft genießt und sich schlau machen möchte über neue Angebote in Sachen Ernährung, Sport und Gesundheit, der sollte sich den kommenden Sonntag, 7. Mai, freihalten für den ersten Vitaltag zwischen Bebra und Morschen. „Nix wie raus“, so lautet das Motto dieses Aktionstages, hinter dem die Vitalregion Mittleres Fuldata steht. Mit im Boot sitzen die Kommunen Bebra, Rotenburg, Alheim und Morschen.

Start ist auf dem Mehrzweckplatz in Bebra (7 bis 18 Uhr). Ziel ist der Domänenhof in Altmorschen. Dort erwartet die Besucher zwischen 9 bis 18 Uhr ein Programm, das nach Angaben der Organisatoren Volksfestcharakter hat.

Drei Strecken verbinden die vier Kommunen des Vereins Pro Region Mittleres Ful-

Startmöglichkeiten je nach Lust und Laune

data am Sonntag: Bergauf und bergab durch die Wälder, entlang der Fulda und auf der Fulda kann man sich von Bebra nach Altmorschen bewegen.

Die Art der sportlichen Bewegung bleibt den Teilnehmern selbst überlassen: Wandern, Nordic Walking, Radeln, Skaten, Joggen, vielleicht auch mit dem Padelboot oder auf dem Floß. Je nach Lust und Laune können Teilnehmer an verschiedenen Stationen einsteigen:

► Start auf dem Mehrzweckplatz in Bebra über drei Stempelstrecken ins Ziel nach Mor-



Alle Wege führen zum Kloster Haydau: Ziel des 1. Vitaltages am Sonntag ist der Domänenhof in Altmorschen, hier der malerische Kloster-Innenhof mit dem Kräutergarten. FOTO: WEYH/ ARCHIV

schen: Entweder auf der Fuldaaue-Strecke, die sich am Radweg R 1 orientiert, auf der Waldstrecke - laut Organisatoren eine anstrengende, aber interessante Berg- und Tal-tour, oder mit dem Boot die Fulda flussabwärts.

► Vom Kloster Haydau aus kann können Besucher über die Streckenpunkte F 5, W 6 und W 7 über Heinebach und den Herzblumenplatz auf einen Rundkurs (17 Kilometer) gehen.

► Einstieg ins Geschehen am Kloster Haydau; dort warten

sportliche Angebote wie Rundwanderungen, geführte Nordic Walking-Touren und ein Sommer-Biathlon.

Die Startgebühr beträgt einen Euro. Dafür gibt's einen Teilnehmerbutton. An den Streckenposten werden kostenlose Getränke und Obst bereit gehalten - solange der Vorrat reicht. Auf einer Urkunde wird die persönlich erbrachte Leistung mit der am Vitaltag zurückgelegten Entfernung eingetragen.

Auf eine offizielle Zeiterfassung verzichten die Orga-

nisatoren, da man der Veranstaltung keinen Renncharakter zukommen lassen möchte, sagte Achim Wilutzky vom Herz- und Kreislaufzentrum Rotenburg.

Der Appell, auf den Strecken aufeinander Rücksicht zu nehmen, werde an alle Teilnehmer gerichtet: „Sie sollen miteinander Sport treiben, nicht gegeneinander.“ (ZAL)

► Broschüren und Buttons erhältlich bei den beteiligten Kommunen und im Herz- und Kreislaufzentrum Rotenburg. ► **BERICHT UNTEN**

Hintergrund Wandern, radeln, und walken

Beim Vitaltag am Sonntag, 7. Mai, zwischen Bebra und Morschen haben die Teilnehmer die Möglichkeit, das Ziel Kloster Haydau in Altmorschen über zwei ausgeschilderte Strecken zu erreichen. Eine Strecke orientiert sich an den Radwegen und führt durch die Fuldaaue, die andere Strecke schlängelt sich über Berg und Tal durch die Wälder.

An allen Streckenpunkten können die Teilnehmer Stempel auf der Rückseite des Vitaltag-Faltblatts sammeln. Anhand der Stempel wird die Leistung mit einer Urkunde in Morschen bestätigt. Nach Angaben der Veranstalter wird dieses Teilnehmerfaltblatt mit einer genauen Streckenkarte und einer Übersicht aller Aktivitäten verteilt und auch an den Streckenpunkten ausgelegt.

Der Hauptstart ist in Bebra. Starts sind aber auch an jedem anderen Streckenpunkt möglich, etwa in Rotenburg, am Herz- und Kreislaufzentrum, in Braach, Baumbach, Erdpenhausen oder Heinebach.

Die Grundrichtung ist fuldaabwärts, um schließlich das Ziel in Morschen zu erreichen. Zum Vitaltag wird eine spezielle Buslinie eingerichtet, die am Sonntag von 7.30 bis 18.45 zwischen Morschen und Lipsenhausen verkehrt; die exakten Abfahrtsorte und -zeiten sind in den Broschüren und auf der Homepage des Vitaltages nachzulesen. (ZAL)

►► www.vitalregion.de

Nix wie raus - Bewegung im Grünen

Vitaltag: Volksfest unter dem Motto Sport und Gesundheit im Domänenhof in Altmorschen

MORSCHEN/ROTEBURG. Mit dem Vitaltag möchten die Initiatoren auf die Schönheit und die Möglichkeiten der Vitalregion aufmerksam machen (siehe Bericht oben). Der Vitaltag richtet sich nach Angaben der Veranstalter, des Fachforums Vitalregion im Verein Pro Region Mittleres Fuldata, nicht nur an aktive Sportler, sondern will allen Menschen einen Anreiz geben, sich im Freien zu bewegen - ganz ohne Leistungsdruck, aber mit der Option, auf der Strecke interessante Angebote und Einkehrziele zu finden. Mörscher Vereine wie der TSV Altmorschen, TSV Neumorschen, Schützenverein

Wanderungen, Platzkonzert, Biergarten, Wein und Kräuter

Altmorschen, der Hessisch-Waldeckische Gebirgs- und Heimatverein Zweigverein Morschen, die Diakoniestation Fulda-Eder sowie Gewerbetreibende gestalten auf dem Domänenhof mit verschiedenen Aktivitäten eine Art Volksfest. Mit im Bunde sind auch die Feuerwehr, der Förderverein der Georg-August-Zinn-Schule, der Hof Ruhlgut, das Rittergut Binsförth, der Hof Groh-Hirschle und das Ökologische Schullandheim Licherode.

Das Programm:

► Kinderprogramm, Fußball, Torwandschießen, Spiele und Klettermobil, Ponyreiten;
► Getränke, Bratwurst, Kaffee und Kuchen, gesundes Frühstück, Säfte, Müsli, Käse Hähnchenpfanne, gebackene Apfelfringe, Kräuterwaffeln, Gemüsesticks mit Kräuterdipp und vieles mehr;
► Bogenschießen;
► geführte Nordic Walking-Touren; 11 Uhr (7 Kilometer) und 13 Uhr (5 km);
► geführte Wanderungen, ca. 5 km (10 und 12 Uhr);
► Krafttraining und Gymnastik, Blutdruckmessung;
► Ernährungswerkstatt; kostenlose Ernährungsberatung;
► Platzkonzert der Feuerwehrkapelle Spangenberg-Morschen (15.30 bis 17.30 Uhr).

► Außerdem: Info- und Aktionsstände zum Thema Beckenbodengymnastik, Fußdruckmessung und eine Fahrrad-Service-Station.

Weitere Bewirtung durch die Poststation Zum alten Forstamt (Vitalmenüs), Gasthaus Semmler (Biergarten), Gasthaus Wickenhof (Wein und Schmeggewöhlerchen), Bäckerei Siebold, Metzgerei Beinbauer, Cateria Kloster Haydau, Gartenbau Holz (Heil- und Gewürzkräuter), Hof Brehm (Marmelade). (ZAL)