



## **In Bad Griesbach wird jeder zum Marathon-Walker**

*Auf geht's zum 11. Nordic Walking Volksmarathon*

Freie Streckenwahl für jede Kondition

17 Nordic Walking Strecken stehen den Freizeitsportlern in und um Bad Griesbach zur Auswahl. Eine Größenordnung, die deutschlandweit Vergleiche sucht. Mit 150 Kilometern ausgewiesener Wegstrecke findet man hier eines der größten Nordic Walking Netze Deutschlands. Und der Freizeitspaß wird hier auch gerne in der großen Gemeinschaft erlebt: Am 13. September findet in Bad Griesbach bereits der "11. Rottaler Nordic Walking Volksmarathon" statt. Den Teilnehmern stehen wieder 5, 12, 21 oder 42 Kilometer zur Auswahl und die Sportler können sich ihre Ziele je nach Lust und Kondition selbst stecken. Das Besondere am Bad Griesbacher Marathon: Die 42 km lange "Durststrecke" ist ein kompletter Rundkurs, ohne dass sich die Strecke wiederholt.

Einfach losmarschieren

Nordic Walking ist die Sportart, die Fitness, Spaß und schöne Landschaften verbindet. Ein Sport, der Herz, Kreislauf und Muskeln intensiv trainiert ohne zu überfordern, ein sanfter Wohlfühlspor zum Energietanken, ein Freizeitspaß ohne Termindruck und große Anforderungen an Ausrüstung und Wissen. Man muss auch nicht 42 km marschieren. "Dabei sein ist alles" und jeder weiß selbst am besten, wie viele Kilometer er sich zumuten kann. Im Vordergrund steht nicht Leistung und Tempo, sondern das lockere Sporteln unter freiem Himmel, das in der Gruppe noch viel mehr Spaß macht. Weitere Informationen unter [www.nordicwalking-marathon.de](http://www.nordicwalking-marathon.de)

Nach dem Walk ein entspannendes Bad in der Wohlfühl-Therme

In der Startgebühr von 6 Euro sind Startgeschenk, Streckenverpflegung, Zeitnahme, Urkunde und die anschließende Erholung in der Wohlfühl-Therme Bad Griesbach enthalten. "Bewegung in unserer schönen Landschaft und dann anschließend im Thermalwasser entspannen - das ist ja gerade die Kombination, die Bad Griesbach so stark macht", erklärt Kurdirektor Martin Mayer. Erneut am Start ist auch der Behinderten- und Rehabilitationssportverband (BVS). Eine eigens geschaffene fünf Kilometer lange Kurzstrecke macht es möglich, dass auch Anfänger oder Sportler mit Handycap beim Marathon mitmachen können. Diese Zusammenarbeit wird auch vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit- und Sozialordnung, Familie und Frauen unterstützt.

## **Pressekontakt**

Gäste- und Kurservice Bad Griesbach

Frau Birgit Bernkopf  
Stadtplatz 1  
94086 Bad Griesbach i. Rottal

[badgriesbach.de](http://badgriesbach.de)  
[birgit.bernkopf@badgriesbach.de](mailto:birgit.bernkopf@badgriesbach.de)

## **Firmenkontakt**

Gäste- und Kurservice Bad Griesbach

Frau Birgit Bernkopf  
Stadtplatz 1  
94086 Bad Griesbach i. Rottal

[badgriesbach.de](http://badgriesbach.de)  
[birgit.bernkopf@badgriesbach.de](mailto:birgit.bernkopf@badgriesbach.de)

Die "Wellness-Landschaft" mit ihren sanften Hügeln, sattgrünen Wäldern, idyllischen Ortschaften und dem geschwungenen Flussbett der Rott bietet den idealen Rahmen für den niederbayerischen Quellness-Ort Bad Griesbach. Hier verbindet sich die ansprechende Rottaler Landschaft seit Jahren mit sauberer Luft und mit der Heilkraft der Natur, die mit dem Thermalmineralwasser mit bis zu 60° Celsius aus den Tiefen der Erde sprudelt. Es wirkt heilend auf Knochen und Gelenke und bringt neuen Schwung für den gesamten Bewegungsapparat. Maßgeschneiderte Heil- und Therapiemethoden sowie eine große Bandbreite an Gesundheits- und Wellnessangeboten sorgen für einen gesunden Urlaub, der Spaß macht und Raum für Erholung und Entspannung lässt.

In der ansprechenden Hügellandschaft des Rottals findet man nicht nur Europas größtes Golf Resort, sondern auch zahlreiche Wander- und Nordic Walking-Routen auf einem 170 Kilometer langen Wegenetz. Das Rottal lässt sich prima zu Fuß erkunden, z. B. auch auf den Pilgerwegen, Themenwegen wie dem Landwirtschaftsweg oder der WaldWunderWelt.

Anlage: Bild

