

11.08.2009

## Wehr Mit Muskelkraft durch die Region

Der August in Wehr hat es in sich:



Nicht nur Profis treten in die Pedale: Beim Jedermann-Rennen im Rahmen der Regio-Tour am Samstag, 22. August, kann jeder selbst seine Sportlichkeit unter Beweis stellen.  
Foto: Privat

Wehr – Fast wie echte Radprofis können sich Sportbegeisterte aus der Region am Samstag, 22. August, fühlen. Bevor an diesem Tag das Fahrerfeld der Regio-Tour die Stadt Wehr passiert, findet auf einem Rundkurs in und um Wehr herum ein Jedermann-Radrennen statt. Um 10.30 Uhr fällt der Startschuss, 54 Kilometer gilt es durchzuhalten und ordentlich in die Pedale zu treten. Besonderes Highlight: Die Zieleinfahrt in der Wehrer Innenstadt. Dort können sich die Teilnehmer von Fans, Freunden und Familie bejubeln lassen und mit einem finalen Sprint vielleicht noch ein paar Plätze gutmachen. Mitmachen kann, wer Spaß an der Bewegung hat – Rennerfahrung ist nicht unbedingt nötig. Ein Anmeldeformular findet sich auf der Internetseite der Regio-Tour unter [www.rothaus-regio-tour.de](http://www.rothaus-regio-tour.de). Auch für die Zuschauer ist rund um das Rennen einiges geboten, Bier- und Weinbrunnen, allerlei Verpflegungsmöglichkeiten an der Strecke und Darbietungen örtlicher Musikvereine.

Eine Woche später geht es dann „zu Fuß“ weiter – am Samstag, 29. August, sind nicht mehr die Radfahrer, sondern die Läufer gefragt. Dann nämlich veranstalten die Lauffreunde Wehr ihren alljährlichen Wehratallauf. Schon im letzten Jahr war dieser ein großer Erfolg, mehr als 370 Teilnehmer genossen die Kombination aus Natur und sportlicher Herausforderung. „Die gibt es auch in diesem Jahr“, verspricht Walter Thoma, Übungsleiter bei den Lauffreunden. Von Wehr führt eine 10,2 Kilometer lange Strecke durch das Haseltal vorbei an diversen Aussichtspunkten.

### 5K2W Rasch 6-30kg weniger

Ohne Diät und Ohne erneute Zunahme 100% Erfolgs-/Ergebnis-Garantie

[www.Institut-dulac.com/de](http://www.Institut-dulac.com/de)



Google-Anzeigen

Beim Wehratallauf ist eine lange Vorbereitung – wie beim Jedermann-Radrennen – zwar hilfreich, aber nicht unabdingbar. „Wir haben“, gibt Walter Thoma zu verstehen, „die Strecke so gewählt, dass jeder sie bewältigen kann.“ Nur auf sich achten müsse man. Im letzten Jahr hatte es nämlich mehrere Kreislaufzusammenbrüche gegeben. „Darum“, mahnt Übungsleiter Thoma, „immer genug trinken, Pausen machen, sich nicht überschätzen.“ Wer nicht um 16 Uhr im Hauptfeld joggen möchte, kann sich auch für die Nordic Walking-Gruppe um 15.30 Uhr einschreiben und den Lauf etwas langsamer angehen. Selbst Kinder dürfen mitmachen und ab 14.30 Uhr über die Strecke von 750 Metern um einen Platz auf dem Treppchen kämpfen. Teile der Startgelder kommen wohltätigen Zwecken zugute. Anmeldungen bei Kurt Wymann, Telefon 07762/43 38. Weitere Infos im Internet:

[www.wehratallauf.de](http://www.wehratallauf.de)



Turnschuhe schnüren heißt es am Samstag, 29. August, beim alljährlichen Wehratallauf.  
Foto: Archiv

[www.pse-team.de](http://www.pse-team.de)

### Google-Anzeige

#### [Konstanzer Seenachtsfest](#)

am 8.8.09 an Bord der Hohentwiel Eventplattform für Unternehmer!

---

#### ANZEIGE



#### **Solarstrom in Spanien**

Beteiligung an fertig erstellten Solarkraftwerken - die Gelegenheit ist günstiger denn je!



#### **Selbständig? bis 55 J.?**

Testsieger Private Krankenkasse ab 59 € für Freiberufler + Selbständige unter 55 Jahre.



#### **Berufsunfähig, Was Dann?**

TOP-Testsieger Berufsunfähigkeits Versicherung ab nur 9.90,- Euro !

<http://www.suedkurier.de/region/hochrhein/wehr/Mit-Muskelkraft-durch-die-Region;art372624,3897023,0>

Fenster schließen