



Zwei starke Partner

Deutscher Wanderverband schließt Medienpartnerschaft zum Thema „Wandern und Gesundheit“ mit Crataegutt®

Jeder Mensch braucht Bewegung, um fit und gesund zu bleiben. Die neue Medienpartnerschaft zwischen dem Deutschen Wanderverband und Crataegutt® möchte noch mehr Menschen für gesundheitsförderndes Wandern begeistern. Gemeinsames Ziel ist die Stärkung der Gesundheit für mehr Kraft im Alltag.

Pressemitteilung 4
Wandern – eine Herzenssache
Kassel, 17. Februar 2010

Deutscher Wanderverband
Wilhelmshöher Allee 157-159
34121 Kassel
Telefon 05 61 / 9 38 73 -0
Telefax 05 61 / 9 38 73 -10
info@wanderverband.de
www.wanderverband.de
www.wanderbares-deutschland.de

„Wandern und Gesundheit“ ist in den nächsten Jahren ein Arbeitsschwerpunkt des Deutschen Wanderverbandes (DWV). Als Medienpartner für seine Aktivitäten hat der DWV nun das Arzneimittel Crataegutt® gewonnen. Der Präsident des DWV, Dr. Hans-Ulrich Rauchfuß, sieht die Kooperation mit Crataegutt® als wichtigen Schritt für den Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit und Lebensqualität, besonders in der Altersklasse 50 plus: „Als Arzt und Apotheker weiß ich, wie wichtig es ist, die körperliche Leistungskraft zu fördern und zu erhalten.“

Wandern ist eine der beliebtesten Freizeitaktivitäten in unserem Land, denn jung und alt profitieren von der Kombination aus Bewegung und Natur. Die Bewegung trainiert die Muskulatur des Körpers. Die Kulisse Natur wirkt ausgleichend auf die Psyche und steigert das Wohlbefinden. Ein weiteres Plus: Für jeden kommt diese Form der Bewegung in Frage, ob jung oder alt, übergewichtig oder schlank, gesundheitlich vorbelastet oder nicht. Keiner wird ausgegrenzt. Wer Ruhe braucht, kann alleine wandern, wer Spaß und Geselligkeit sucht, bevorzugt eine Gruppe. Mit zunehmendem Alter leidet besonders die Ausdauer. Man fühlt sich schneller müde, abgespannt, erschöpft. Mit mehr Bewegung lässt sich die Ausdauer gezielt stärken. Eine besonders gut geeignete Bewegungsart ist Wandern. Eine kleine Wanderung in der freien Natur trägt dazu bei, den Kreislauf in Schwung zu bringen und die Sauerstoffversorgung des Körpers zu erhöhen.



Mehr Kraft fürs Leben.

Weitere Informationen auf www.wanderverband.de, www.wanderbares-deutschland.de und www.kraftquelle-herz.de

Pressekontakt:

Deutscher Wanderverband, Geschäftsführerin Ute Dicks,
Tel. (05 61) 9 38 73-14, E-Mail: u.dicks@wanderverband.de