



DeutscherWanderverband

Pressemitteilung 30

Interventionsatlas Adipositas / Kassel, 23. Juli

Pressemitteilung

Interventionsatlas Adipositas

DWV-Gesundheitsinitiative ausgewählt



Die unter dem Namen „Let´s go- jeder Schritt hält fit“ zusammengefassten Gesundheitsinitiativen des Deutschen Wanderverbandes (DWV) sind im Interventionsatlas Adipositas aufgenommen worden. Damit ist die DWV-Gesundheitsinitiative eine von bundesweit vier Initiativen, die im Rahmen des EU-SPOTLIGHT Projektes für den Atlas ausgewählt wurden.

Das SPOTLIGHT Projekt hat unter Leitung der Universität Amsterdam europaweit Initiativen recherchiert, die Adipositas bei Erwachsenen verhindern. Dabei standen Initiativen im Vordergrund, welche sowohl zur Verbesserung der Ernährung als auch zur körperlichen Aktivität in einer Region beitragen. Auch die Wirksamkeit und Reichweite der Projekte wurde berücksichtigt. Die Aufnahme der unter dem Dach von „Let´s go- jeder Schritt hält fit“ angebotenen DWV-Gesundheitswanderungen wird insbesondere mit den die Wanderungen unterbrechenden physiotherapeutischen Übungen begründet. Ebenso wie das Deutsche Wanderabzeichen förderten diese Wanderungen die körperliche Aktivität von Menschen, heißt es in der Begründung. DWV-Gesundheitsreferentin Christine Merkel: „Gerade im Aktionsjahr zum Deutschen Wanderabzeichen freut es uns besonders, wenn unsere Gesundheitsinitiative im europäischen Webatlas veröffentlicht ist. Zeigt es doch, dass die gesundheitsfördernden Auswirkungen des Wanderns inzwischen wissenschaftlich anerkannt sind.“ Das liegt nicht zuletzt an der Wirksamkeitsanalyse des Gesundheitswanderns, die 2012 vom Institut für Leistungsdiagnostik und Gesundheitsförderung (ILUG) der Martin-Luther Universität Halle-Wittenberg unter Leitung von

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



Prof. Dr. Hottenrott durchgeführt wurde. Die Probanden konnten durch das Gesundheitswandern im Zeitraum von sieben Wochen ihr Körpergewicht um 2,3 Kilogramm verringern.

Das „Aktionsjahr Deutsches Wanderabzeichen“ steht unter dem Motto „Sei aktiv und geh mit!“. Mit dem Abzeichen belohnt der Deutsche Wanderverband regelmäßiges Wandern. Mitmachen kann jeder – ob Wandereinsmitglied oder nicht. Die Wanderungen müssen lediglich aus den über 100.000 Angeboten der unter dem Dach des DWV organisierten Wandervereine oder von zertifizierten Gesundheitswanderführern stammen.

Pressemitteilung

Weitere Infos: www.gesundheitswanderfuehrer.de;
www.deutsches-wanderabzeichen.de, www.spotlightproject.eu.



Pressekontakt: Jens Kuhr, Tel. (05 61) 9 38 73-14, E-Mail:
j.kuhr@wanderverband.de

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

