

Immer mittwochs, 10 Uhr, in Spexard

Premiere des Gehltreffs gut besucht

GÜTERSLOH (WB). „Das war ein verheißungsvoller Auftakt, mit so vielen Teilnehmern hatten wir nicht gerechnet“, freut sich Ingrid Werner stellvertretend für das Paten-Team des neu eingerichteten Gehltreffs in Spexard, über die gute Annahme des Angebots. Bei schönstem Herbstwetter hatten sich auf Anhieb 20 Frauen und Männer an der Sporthalle am Spexarder Bauernhaus eingefunden, um beim ersten Spexarder Gehltreff mitzugehen.

Auf dem Programm stand ein gut einstündiger Spaziergang durch die nähere Umgebung. Vorbei am Sportplatz führte die Strecke durch Siedlungen und kleine Pättken. Und weil man sich in Spexard kennt, wurden unterwegs direkt einmal Passanten zum Mitgehen eingeladen. „Kannst ja auch mal mitmachen, wir gehen jetzt immer mittwochs 10 Uhr“, rief eine Teilnehmerin einem Bekannten zu.

Nach einer Stunde endete die Runde am Ausgangspunkt, wo man sich von nun an jeden Mittwoch um 10 Uhr zu regelmäßigen Spaziergängen treffen will. „Ich hatte ja ein wenig Bedenken, ob ich eine Stunde Gehen wohl schaffen werde“, so eine ältere Teilnehmerin, die von sich selbst überrascht dann resümierte: „Aber in Gemeinschaft hat es besser geklappt als gedacht. Es war ein schönes Miteinander.“ Alle waren sich einig, dass es ein gelungener Auftakt war.

Als Gäste waren Margarethe Thieme und Erhard Galtzka vom Gütersloher Seniorenbeirat und Britta Thieme vom Fachbereich Sport der Stadt Gütersloh mit von der Partie. Auch Gisela Bauch vom veranstaltenden Sportverein Spexard hatte es sich nicht nehmen lassen, mitzugehen und mit



Los geht's: Margarethe Thieme (vorn) vom Gütersloher Seniorenbeirat begleitete die erste Spexarder Gehltreff-Veranstaltung, die ein verheißungsvoller Auftakt gewesen ist.

Foto: KSB Gütersloh

vielen der älteren „Zu-Fuß-Sportler“ ins Gespräch zu kommen.

„Das war ein verheißungsvoller Auftakt, mit so vielen Teilnehmern hatten wir nicht gerechnet.“

Ingrid Werner,
Paten-Team des Gehltreffs
in Spexard

Immer dabei ist das Team der ehrenamtlichen Gehltreff-Patinnen, die eigens geschult von nun an für die sichere Begleitung des Spexarder Gehltreffs sorgen werden. Zum Team gehören: Hildegard Spexard, Dietlind

Ellebracht, Rita Falkenreck, Doris Kaup, Ilse Westerbarkei, Ellen Pichkonig, Ingrid Werner und Renate Tauscher. „Wenn es Ihnen gefallen hat, sagen Sie es weiter“, sagte Margret Eberl vom Kreissportbund Gütersloh den Teilnehmenden beim Abschied und ergänzte: „Sie haben heute wichtige und wirksame Schritte unternommen. Regelmäßiges Gehen ist gesund und hilft, im Alter mobil zu bleiben.“

Informationen zum Spexarder Gehltreff gibt es bei Heike Maibrink (SV Spexard), 05241/48495, oder beim Kreissportbund Gütersloh, 05241/851446. Die Gehltreffs in Gütersloh gehen zurück auf eine Initiative der AG „Siba – Sport im

besten Alter“. Daran sind die Stadt Gütersloh (Fachbereiche Soziales und Sport), der Seniorenbeirat, der Stadtsporthalle und der Kreissportbund Gütersloh beteiligt.

„Sie haben heute wichtige und wirksame Schritte unternommen. Regelmäßiges Gehen ist gesund und hilft, im Alter mobil zu bleiben.“

Margret Eberl,
Kreissportbund Gütersloh

Die nunmehr sieben Geh-

treffs in Gütersloh finden an folgenden Tagen und Treffpunkten statt. Neuinteressierte sind jederzeit willkommen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Wasserturm an der Stadthalle: dienstags, 10.30 Uhr; Stadtpark Parkplatz Obstwiese: mittwochs, 10.30 Uhr; Blankenhagen Jakobuskirche (Dresdner Straße 101): donnerstags, 10.30 Uhr; Avenwedde Mitte (Avenwedder Straße 73): dienstags, 10.30 Uhr; Friedrichsdorf Katholische Kirche: mittwochs, 10 Uhr; Isselhorst Sporthalle (Haller Straße 171): mittwochs, 10.30 Uhr; Spexarder Sporthalle (Bruder-Konrad-Straße 100): mittwochs, 10 Uhr.