



## Walker starteten in die neue Saison

**Illkofen.** (ck) Die Nordic-Walker der SpVgg Illkofen unter Leitung von Lisa Rosenmüller starteten mit einem Trainingscamp in Spiegelau in die neue Saison (Bild). Bereits am Freitagvormittag machten sich zwölf Walker auf den Weg nach Spiegelau zum inzwischen zehnten Trainingslager. Im Gasthaus am Stausee in Grossarmschlag stärkte man sich bei einem Mittagessen, ehe bei herrlichem Wetter die erste Tour von rund acht Kilometer in Angriff genommen wurde. Es ging durch die wildromantische Steinklamm nach Spiegelau. Dort wurde in einem Café leckerer Kuchen genossen, bevor es wieder zurück nach Grossarmschlag zu den Fahrzeugen ging.

Am Nachmittag beziehungsweise Abend trafen dann die restlichen Walker ein, so dass man eine stattliche Runde von 17 Walkern war.

Den Samstag genoss man bei einem Ausflug mit der Waldbahn über Zwiesel nach Ludwigsthal und wanderte durch das Tier-Freigelände mit Steinzeithöhle zum Haus der Wildnis. Dort stärkte sich die sportlich motivierte Gruppe beim Mittagessen, ehe sie den Weg zurück zur Waldbahn einschlug und zurück nach Zwiesel fuhr. Dort statteten die Illkofener den „Zwieseler Glas-tagen“ einen Besuch ab und ließen sich von der internationalen Glasausstellung beeindrucken. Zurück im Hotel erwartete die Nordic Wal-

ker am Abend ein bayrisches Büffet. Natürlich folgte wie schon am Freitag ein sehr geselliger Abend. Am Sonntag machte man sich zu einer größeren Nordic-Walking-Runde von etwa 15 Kilometern auf. Dazu fuhren die Teilnehmer nach Oberfrauenau. Die dreistündige Wanderung führte die Gruppe auf breit geschotterten Forstwegen entlang der Flanitz bis zur Flanitzhütte und den Kapellenweg durch herrliche Wälder zurück bis Oberfrauenau. Im Gutsgasthof Oberfrauenau wurde dann noch gemeinsam Mittag gegessen, bevor sich wieder alle auf den Heimweg machten. Organisiert hatten das Wochenende Claudia und Theo Bäuml.