



WEIL DER STADT  
*liebenswert lebendig.*



**BARMER** Physiotherapie  
**KÖRPERWERK**

# After Work Walking 2019

Natur, Kultur und Bewegung am Feierabend

**Termine: jeden Mittwoch**  
**ab 03. April bis 31. Juli**  
**Beginn: 18.30 Uhr**



**Wir sind in zwei Gruppen mit Ihnen unterwegs:**

- Gruppe 1: Dauer ca. 1,5 Std., ca. 4 – 6 km; gemütliches Tempo
- Gruppe 2: Dauer ca. 2,5 Std., ca. 9 – 11 km

**!!! NEU Gruppe 3 (FitPlus):** Dauer ca. 2 St. ★Nordic Walking, + Gesundheitswandern,  
× Stilles Wandern, (Termine siehe Programm)

## Treffpunkte im April:

- 03.04.: **Möttlingen**, Wanderparkpl. Möttlinger Köpfe, L 343, Weil der Stadt- Ri. Möttlingen re.
- + 10.04.: **Merklingen**, Parkplatz an den Tennisplätzen, Untere Talstraße 60
- 17.04.: **Schafhausen**, Friedhofsparkplatz, Obere Straße/Hinter Höfen
- × 24.04.: **Simmozheim**, Wanderparkplatz Hörnle, L179 (Verlängerung Steigstr. Simmozheim)

## Treffpunkte im Mai:

- 08.05.: **Althengstett**, Parkplatz Fa. Schnauer KG, Gaststätte Trollinger, Im Mönchswasen 1
- ★ 15.05.: **Grafenau-Dätzingen**, Parkplatz am Schloß, Schloßstraße 1,
- 22.05.: **Althengstett**, Parkpl. „zum Bierkönig“, Heimberg 1, ggü. MCSS-Ring, Gechinger Str.
- × 29.05.: **Neuhausen**, Monbachhalle/Sportplatz (Monbachstraße), Ortsende Ri. Schellbronn

## Treffpunkte im Juni:

- 05.06.: **Malmsheim**, Wanderparkpl. 100m li. hinter Bosch-Kreisel beim Bosch Entw. zentrum
- × 12.06.: **Lehenweiler**, Wanderparkpl. Venusberg, Ortseing. li. Kirchweg, dann 1km i. Ri. Aidl.
- + 19.06.: **Weil der Stadt**, Carlo-Schmid-Platz ggü. E-Center, Hermann-Schnauer-Straße 7
- 26.06.: **Heimsheim**, Sportplatz, Auf der Wanne 1

## Treffpunkte im Juli:

- ★ 03.07.: **Münklingen**, Wanderparkpl. am Büchelberg an der K 4561 Münkl.-Neuhausen re.
- 10.07.: **Merklingen**, Altes Schützenhaus, L 343 Weil der Stadt i. Ri. Bad Liebenzell
- 17.07.: **Ottenbronn, Am Sportplatz 3,**
- × 24.07.: **Tiefenbronn**, Sportpl., (Gasthaus zum Forcheneck) Alte Wimsheimer Str. 5/2
- 31.07.: **Mühlhausen**, Sportplatz im Würmtal, an der L1182 Ri. Pforzheim

## **Was sonst noch interessiert:**

Das „After Work Walking“ ist ein offener Feierabend-Wandertreff, der ab 03. April 2019 bis zu den Sommerferien jeden Mittwoch stattfindet.

Bei diesen Wanderungen genießen wir die herrliche Landschaft des mittleren Heckengäus und den Randgebieten des nördlichen Schwarzwaldes rund um Weil der Stadt zum Ausklang des Tages. Dabei können Sie die Strapazen des Tages hinter sich lassen!

- Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern
- **Die Teilnahme ist kostenlos/ über eine Spende bzw. Wertschätzungsbeitrag für AWW FitnessPlus freuen wir uns**
- keine Anmeldung aber gutes Schuhwerk erforderlich
- Der Veranstalter übernimmt keine Haftung, jeder Teilnehmer trägt für sich die volle persönliche Haftung
- Die Touren werden von einem erfahrenen Wanderführer geleitet
- Gewandert wird bei fast jedem Wetter; ein Abbruch/Absage der Wanderung wegen Unwetter bzw. Unwetterwarnung liegt im Ermessen des Wanderführers
- Die Wanderungen werden im Bonus-System einiger Krankenkassen berücksichtigt
- Die Wanderungen erfüllen die Anforderungen zum Deutschen Wanderabzeichen

**Veranstalter: Schwarzwaldverein Weil der Stadt-Leonberg e.V.**

**Internet:** [www.schwarzwaldverein-wds.de](http://www.schwarzwaldverein-wds.de),

**E-Mail:** [afterwork@schwarzwaldverein-wds.de](mailto:afterwork@schwarzwaldverein-wds.de) / **Handy:** 01573 7 29 13 80



# Aktionswanderungen „FITPlus“

beim  
**After Work Walking 2019**  
*Natur, Kultur und Bewegung am Feierabend*

**Mittwochs, ab 10. April**  
**Beginn: 18.30 Uhr**

## April

10.04.	<b>Merklingen</b> , Parkplatz an den Tennisplätzen, Untere Talstraße 60 <b>Fitness-Wandern</b> unter Anleitung eines Physiotherapeuten des Körperwerk
24.04.	<b>Simmozheim</b> , Wanderparkplatz Hörnle, L 179 (Verlängerung Barthstr. Möttlingen- <b>Stilles Wandern</b> unter Anleitung eines Gesundheitswanderführers

## Mai

15.05.	<b>Grafenau-Dätzingen</b> , Parkplatz am Schloß, Schloßstraße 1 <b>Nordic Walking</b> unter Anleitung eines Physiotherapeuten des Körperwerk
29.05.	<b>Neuhausen</b> , Monbachhalle/Sportplatz, Ortsende i. Ri. Schellbronn, Monbachstraße 2 <b>Stilles Wandern</b>

## Juni

12.06.	<b>Lehenweiler</b> , Wanderparkpl. Venusberg, am Ortsanfang li., 1km i. Ri. Aidlingen, (Verlängerung Kirchweg) <b>Stilles Wandern</b>
19.06.	<b>Weil der Stadt</b> , Carlo-Schmid-Platz ggü. E-Center, Hermann-Schnauffer-Straße 7 <b>Fitness-Wandern</b>

## Juli

03.07.	<b>Münklingen</b> , Wanderparkpl. am Büchelberg an der K 4561 Münkl.-Neuhausen re. <b>Nordic Walking</b>
24.07.	<b>Tiefenbronn</b> , Sportplatz, (Gasthaus zum Forcheneck) Alte Wimsheimer Straße 5/2 <b>Stilles Wandern</b>

**Fitness-Wandern:** Unter Anleitung der **Physiotherapie-Praxis KÖRPERWERK** werden auf einer Strecke von ca. 5 km Übungen zur Kräftigung, Dehnung, Mobilisierung und der richtigen Atmung beim Gehen gezeigt.

**Nordic Walking** wird ebenfalls durch das Körperwerk angeleitet

**Stilles Wandern** bedeutet Achtsamkeit auf den eigenen Körper und die Natur

**Dauer jeweils** ca. 1,5 - 2 Std.

**keine Anmeldung** erforderlich

Zur Unkostendeckung bitten wir um einen **Wertschätzungsbeitrag**

9  
**Veranstalter: Schwarzwaldverein Weil der Stadt-Leonberg e.V.**

**Internet:** [www.schwarzwaldverein-wds.de](http://www.schwarzwaldverein-wds.de),

**E-Mail:** [afterwork@schwarzwaldverein-wds.de](mailto:afterwork@schwarzwaldverein-wds.de)

**Handy:** 01573/7 29 13 80

