

Am Montagmorgen auf eine Walkingrunde gehen

Die Mitglieder des TSV Concordia Baar betreuen seit Jahren die zweite Etappe der Zugerberg Finanz Trophy.

Neben Unihockey, Volleyball oder Fitness ist die Walkinggruppe eine von zahlreichen Erwachsenensportriegen des TSV Concordia. «Statt atemlos gejoggt, wird zügig marschiert. Gelenkschonend. Für jedes Alter», heisst es auf der Vereinswebsite. Unter diesem Motto treffen sich jeden Montagmorgen rund ein Dutzend Walkerinnen. «Aktuell sind wir nur Frauen, aber Männer sind selbstverständlich auch willkommen», erzählt Carmen Gysi, welche die Gruppe seit zwei Jahren leitet. «Auch wenn wir ein konstantes Grüppchen sind und einige seit über 20 Jahren mitwalken, über neue Mitwalkerinnen oder eben auch Mitwalker würden wir uns freuen.»

Seit einem Jahr ohne Regenschirm unterwegs

Die Gruppe trifft sich jeweils um 9 Uhr im Lättich beim Klubhaus des Fussballvereins. Nach dem Aufwärmen folgt jeden Montag eine neue Runde. Carmen Gysi kennt die Gegend inzwischen so gut, dass es immer aufgeht und sie nach 90 Minuten wieder zurück sind. «Während in Baar die Tro-



Wegen der Frühlingsferien etwas reduziert: Die Walkinggruppe des TSV Concordia unterwegs auf «ihrer» Etappe der Zugerberg Finanz Trophy.

Bild: PD

phy läuft, machen wir eine Ausnahme. Wir treffen uns jetzt um 8.45 Uhr direkt beim Zeitmessgerät am Start und absolvieren die mittlere Runde.» Wer sich der aufgestellten Gruppe anschliessen möchte, sei am 9. oder 16. Mai herzlich willkommen. Natürlich darf man sich

auch später entscheiden und dann einmal ab dem Treffpunkt Lättich mitgehen. «Der Montagmorgen eignet sich perfekt zum Walken oder allgemein für Outdoor-Sport», erzählt Carmen Gysi, «seit gut einem Jahr sind wir auf unserer Runde nie im Regen gelaufen. Schnee ja,

aber den Schirm haben wir tatsächlich schon ewig nicht mehr gebraucht.»

Frauen, die es etwas zügiger angehen möchten, können sich immer noch dem Trophy-Laufkurs für Einsteigerinnen anschliessen. Für die kostenlosen Trainings ab Mai bis 15. Juni

kann man zwischen zwei Zeitfenstern wählen: Dienstagmorgen um 8 Uhr oder am Mittwochabend um 19 Uhr, Dauer 60–90 Minuten.

Für die Zugerberg Finanz Trophy:
Sara Hübscher