

## Presseinformation

30. Mai 2005

### Präsentation der NÖ „tut gut-Wanderwege“

#### Sobotka: Bewegung als „Einzahlen auf Gesundheitskonto“

Am Hochkogelberg bei Randegg präsentierte Landesrat Mag. Wolfgang Sobotka heute die neue Initiative der NÖ „tut gut-Wanderwege“ im Rahmen der von Landeshauptmann Dr. Erwin Pröll ins Leben gerufenen Aktion „Gesünder leben in NÖ – tut gut“. Die auf den vier Säulen Ernähren - Bewegen – Entspannen – Vorsorgen basierende Initiative widmet sich heuer dem Schwerpunkt Bewegen.

Angesprochen werden sollen damit jene 60 Prozent der Österreicher, die sich überhaupt nicht, bzw. jene 20 Prozent, die sich nur alle zwei bis drei Wochen bewegen. Bewegung soll solcherart nicht nur als sportliche Zusatzleistung, sondern „aus der Alltäglichkeit“ definiert werden. Wandern für die ganze Familie auf Rundkursen in einer herrlichen Umgebung nutze dabei das nahe liegendste Angebot und ermögliche damit – ohne erhobenen Zeigefinger – ein „Einzahlen auf das Gesundheitskonto“, so Sobotka.

Derzeit gibt es als Pilotprojekte fünf „tut gut-Wanderwege“ (Hochkogelberg, Rax, Moorbad Harbach, Bad Pirawarth und Schloss Hof); offiziell eröffnet wird die Initiative am 5. Juni auf der Rax. Die „tut gut-Wanderwege“ umfassen jeweils zwei bis drei Routen, widmen sich speziellen Themen und thematisieren auch die anderen Säulen der „tut gut-Initiative“. Mindestens ein „Wandergastgeber“ pro Route bietet „tut gut-Menüs“. In eigens aufgestellten Boxen können mittels Postkarte auch der Rezepte- und Bewegungsordner angefordert werden. Die „tut gut-Wanderwege“ sollen ab 2006 jährlich um weitere fünf Routen wachsen. Daneben umfasst der Bewegungsschwerpunkt auch Bewegungsfibel und –ordner, Kooperationen mit Sportvereinen und Fitness-Studios sowie die Aktion „Bewegte Gemeinde“.

Am Hochkogelberg sind die beiden Routen auf 1,25 bzw. 3,5 Stunden (3 bzw. 12 Kilometer) angelegt und stehen Dank des in die Strecke eingebundenen Almhauses unter dem Motto „Milchwanderweg“. Als „Wandergastgeber“ fungiert das Panoramastüberl.

Nähere Informationen beim Panoramastüberl am Hochkogelberg unter 07487/211 11 bzw. bei „Gesünder Leben in NÖ – tut gut“ unter 02742/226 55, [www.tutgut.info](http://www.tutgut.info)



**Presseinformation**

und [www.niederoesterreich.at](http://www.niederoesterreich.at).