

## **Nordic walking - Energie door natuur en beweging in de Olympiaregion Seefeld**

De Olympiaregion Seefeld biedt fantastische mogelijkheden die u meer kracht en vitaliteit zullen bieden in een glasheldere lucht met een adembenemend decor. Het zuidelijk gerichte, gigantische hoogplateau op een hoogte van 1.200 m met de dorpen Leutasch, Mösern/ Buchen, Reith, Scharnitz en Seefeld zullen menig sporthart sneller doen slaan.

### **Met stokken onderweg...**

Nordic walking in de zomer is een nieuwe trend die op korte tijd heel wat enthousiastelingen heeft gemaakt. De Olympiaregion Seefeld heeft zich ontwikkeld tot het competentiecentrum voor loop- en Nordic walking in de Alpen. Sinds zomer 2007 beschikt deze regio over 15 loop- en Nordic walking-routes op drie moeilijkheidsniveaus. Een berglooproute, winterlooproutes en meerdere toeloop- en verbindingsroutes vormen samen een perfect bewegwijzerd routenet met een totale lengte van ongeveer 140 kilometer. Elke prestatiegroep krijgt optimale trainingsmogelijkheden om hun sportieve doeleinde te verwezenlijken.

### **Wandelen maakt gezond...**

Het "nieuwe wandelen" met stokken zorgt dat het hele lichaam zonder overbelasting wordt getraind en wordt beschouwd als de ideale zomersport voor langlaufers. Er is nauwelijks een andere sporttak die een dergelijke effectiviteit biedt, een vergelijkbaar laag risiconiveau heeft en door iedereen kan worden beoefend. Heel wat sporters weten de ideale hoogteligging van 1.200 m tot 1.400 m te waarderen. De gemiddelde hoogteligging van de verschillende routes vraagt een lichte, extra hoogte-inspanning voor het lichaam, die in de eerste plaats de zuurstoftoevoer verbetert. Dit zorgt voor een belangrijke verbetering van het trainings- en ontspanningseffect.

### **Onder de hoede van professionals...**

U kunt rekenen op een complete begeleiding door specialisten. De gasten kunnen rekenen op artsen, sportwetenschappers, therapeuten, trainers en gidsen die hen op

elk ogenblik professioneel advies geven, vanaf de controle tot en met de ontspanningsmassage. Maar ook individuele bedrijven hebben zich intensief gewijd aan het loop en Nordic walking-thema.

### **In harmonie met de natuur...**

De sportliefhebbers zullen ongetwijfeld veel plezier beleven aan de activiteiten op sappige weiden, door eindeloze bossen en in het gebergte, maar ook aan de perfecte vrijetijdinfrastructuur. Wandelen zit ongetwijfeld in de lift. 650 km uitgestippelde wandel-, berg- en klimroutes doorkruisen het hoogplateau en de omliggende, imposante bergmassieven van het beschermde natuurgebied Karwendel, Wetterstein en het natuurbeschermingsgebied Wildmoos. Of het nu bij een rustige wandeling is of tijdens een veeleisende bergtocht, de wandelliefhebber zal altijd zijn hartje kunnen ophalen met de fantastische vergezichten en de unieke natuurbelevens. De golfclub Seefeld-Wildmoos en de tot negen holes uitgebreide Golf Academy Seefeld ronden het sportieve aanbod in een uniek landschap af.

### **Een incentive van een speciaal type...**

De gespecialiseerde bedrijven van de Olympiaregion Seefeld stellen individuele, op de klant afgestemde programma's samen. Hiermee is deze regio de ideale partner voor bedrijven die een goede daad willen doen voor hun klanten of werknemers en het preventieve maatregelen willen aanbieden.

Uw contactpersoon in de Olympiaregion Seefeld is Dir. Markus Tschoner die u kunt bereiken via [markus.tschoner@seefeld.at](mailto:markus.tschoner@seefeld.at) of 0043 (0)5/08800.

3.193 Zeichen inkl. Leerzeichen

#### **Meer inlichtingen:**

Olympiaregion Seefeld  
Markus Tschoner  
Klosterstrasse 43  
A-6100 Seefeld

Tel. +43.5.08800  
Fax +43.5-0880-91

[markus.tschoner@seefeld.at](mailto:markus.tschoner@seefeld.at)  
[www.seefeld.com](http://www.seefeld.com)