

## **Pressemitteilung: Bewegung und Gesundheit – Zwei Dinge die zusammengehören**

**Am 11. Oktober 2008 findet im Heidenheimer Albstadion der Bewegungs-Tag statt. Schüler und Erwachsene werden im Rahmen der bundesweiten Aktion „fit und gesund“ die Möglichkeit haben der 2-fachen Olympiasiegerin Heike Drechsler zu begegnen.**

Der Heidenheimer Sportbund 1846 e.V. präsentiert in Zusammenarbeit mit der BARMER Ersatzkasse und dem Bundesministerium für Gesundheit ein Gesundheits-Event mit Heike Drechsler im Albstadion. Begleitet wird diese Veranstaltung von unserem Bundestagsabgeordneten Georg Brunnhuber, der gleichzeitig auch Pate des M.O.B.I.L.I.S.-Programms ist, und dem Oberbürgermeister der Stadt Heidenheim, Bernhard Ilg. Dieses Event wird durch den Sportkreis Heidenheim e.V. mit unterstützt.

**Heike Drechsler**  
**Bewegungs- Event**  
**Samstag 11.Oktober 2008, 10.30 Uhr**  
**im Albstadion Heidenheim**

Nach ihrer sportlichen Karriere weist Heike in ihrer Gesundheitskampagne regelmäßig und überall in Deutschland auf die Bedeutung von Bewegung für die eigene Gesundheit, aber auch auf deren Stellenwert in der Gesellschaft hin.

Kinder auf Trab bringen! Am 11. Oktober wird Heike Drechsler 90 Minuten mit Schülern und Jugendlichen unter dem Motto „Sport und Bewegung macht Spaß“ auf einem Schnupper-Parcours aktiven Sport anbieten. Dabei stehen keine Rekordversuche im Vordergrund, sondern es gibt vielfältige Anleitungen und Hinweise für gesundheitsorientierte Bewegungsformen.

Nordic Walking – mehr als nur Gehen mit Stöcken – Auch Heike Drechsler ist begeistert. Am 11. Oktober „walken“ erwachsene Teilnehmer rund um das Albstadion, unter fachmännischer Anleitung mit Gleichgesinnten unter dem Motto „Mobil durchs Leben gehen“ !

Ein Mehrwert für alle! Von der Teilnahme können alle profitieren. Ziel der Veranstaltung ist, dass sich mehr Menschen bewegen, Spaß haben, gesünder leben und damit über eine höhere Lebensqualität verfügen.

Mitmachen kann jeder! Also ran an den Speck!

Zum Abschluss gibt es keine Medaillen, aber selbstverständlich Autogramme von Heike Drechsler.

Gesonderte Einladungen gehen an die Schulen und Sportvereine in Stadt und Kreis Heidenheim.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung, für den Schnupper-Parcours und das Nordic-Walking Mitmachprogramm, bis Mi. 08.10.08 über den hsb-Sportpark (Wilhelmstraße 200, 89518 Heidenheim, Tel.: 07321/279677) erforderlich. Unter [www.hsb1846/geschaeftsstelle.de](http://www.hsb1846/geschaeftsstelle.de) gibt es weitere Informationen und das Anmeldeformular zum herunterladen.

Die Teilnahme für das Event ist kostenlos, Nordic-Walking Stöcke und angemessene sportliche Kleidung sind mitzubringen.

Hinweis: Bei schlechter Witterung findet das Programm in der Heidenheimer Karl-Rau Halle statt!!!