

## Fitnessstraining+Lernen+Spaß – geht das zusammen?

Die Antwort vorweg: Ja, das ist möglich. Wie es gelingen kann, zeigt der folgende Artikel.

Als Mitglieder des Lauftreffs Grebenstein sind Herbert und ich bemüht, auch im Lockdown unsere Fitness einigermaßen aufrechtzuerhalten. Zusätzlich zu meinen Lauf- und Walkingrunden sind wir zu eifrigen Spaziergängern geworden. Kaum ein Tag vergeht, ohne dass mehrere Kilometer zurückgelegt werden. Gern probieren wir neben den Hausstrecken auch neue Wege aus.

So animierte uns ein Artikel in der HNA (Wolfhager Allgemeine vom 29.3.) zu einem Ausflug nach Naumburg. Der Artikel informierte über die Bemühungen des Naturparkzentrums Habichtswald trotz der geltenden Einschränkungen immer wieder interessante und abwechslungsreiche Wandererlebnisse zu ermöglichen.

Dies geschieht mit dem Aufbau sogenannter Pop-up-Wege, die einen Wanderweg mit zahlreichen Tafeln ausstatten, die sich einem bestimmten Thema widmen. In Naumburg - dem 11. solcher Wege - ist dies das Thema Ostern und Frühling.

Das Interesse war geweckt und bei herrlichem Wetter machten wir uns auf die Fahrt nach Naumburg. Startpunkt des Themenweges ist der Wanderparkplatz Hasenacker. Dort lädt diese erste Tafel zum Spaziergang ein:



Wie man sieht, ist diese Tafel wie auch alle weiteren auf einem Holzpflöck angebracht, hat einen farbigen Rahmen und der Inhalt ist grafisch ansprechend und sehr phantasievoll gestaltet.

In unregelmäßigen Abständen folgen nun 20 weitere Tafeln, die teils lehrreich, teils lustig, aber auf alle Fälle unterhaltsam sind. So erfährt man zum Beispiel, wie es dem Kuckuck gelingt, seine Eier von fremden Vogelweibchen ausbrüten zu lassen, wie hoch und weit ein Feldhase springen kann, welche Schmetterlingsart als Frühlingfalter bezeichnet wird und was der Zickzackflug der Erdhummel zu bedeuten hat. Auch gibt es Tafeln mit Rätseln sowie Gedichten, man erfährt einiges über Osterbräuche in anderen Ländern und erhält Anleitung zu Osterspielen.

Der Weg verläuft auf weiten Strecken entlang des Habichtswaldsteigs, anfangs auf Wiesenwegen, später im Wald. Zwischendrin hat man schöne Aussichten auf Naumburg und die Weidelsburg.



Die Gesamtlänge ist mit 4,8 km angegeben. Wir erreichten jedoch 6,7 km, da wir zweimal kleine Umwege machten, weil wir die falsche Abzweigung nahmen. An manchen Gabelungen ist - ein kleiner Kritikpunkt – nicht klar erkennbar, welcher Weg der richtige ist. Bei tollem Wetter und schöner Landschaft war dies jedoch kein Problem für uns.

Auch wenn dieser Pop-up-Weg sicher vor allem Kinder ansprechen will, ist er auch für Erwachsene ein lohnendes Ziel.

Ulrike Kill