

10 Jahre Nordic Walking

Vor 10 Jahren hört Susi im Radio,
von einem neuen Sport, das stimmt sie froh.

Die Sportart heißt "Nordic Walking"
sie denkt, dass kriegen wir auch hin.

Susi gleich darauf zu Ulli rennt,
fragt, ob sie den neuen Sport schon kennt.

Die Zwei machen bald darauf einen Kurs,
dass uns zeigen können, wie man's machen muss.

Geschmunzelt und gelächelt haben die Kollegen,
dem Nordic Walking, nur 1 Jahr gegeben.

Jetzt treffen wir uns schon seit 10 Jahr um 17 Uhr,
beim Parkbad, mit Stecken und in voller Montur.

Ob die Sonne scheint, es regnet oder schneit,
egal, bei jedem Wetter sind wir bereit.

Nach dem Aufwärmen geht es über Stock und Stein,
Susi oder Ulli fällt immer eine neue Route ein.

Sie zeigen uns die Heimat, wie sie kaum wer kennt,
und beim richtigen Namen nennt.

Wenn es dann regnet wie aus Kannen,
gehen wir im Wald unter Tannen.



Wir sagen dann verdächtig schnell,
dahinter kommt's schon wieder hell.

Bei steilen Stegen und Wegen, ach oh graus,
geht uns manchmal fast die Puste aus.

Es geht ins Tal runter dem Berg wieder rauf,
die Strapazen nehmen wir gern in Kauf.

Wir recken und strecken Körper und Glieder,
denken, eine Jause wär uns jetzt lieber.

Nach ungefähr der zweiten Stunde,
gehen wir über, in die gemütliche Runde.

Zu einer kleinen Jause und edlen Wein,
kehren wir dann beim Wirten ein.

Weil es immer in freundschaftlicher Runde,
vielmehr ist als nur eine Trainings Stunde.

Deshalb machen wir froh und heiter,
eine Woche später mit Nordic Walking weiter.

Zum Schluss einen herzlichen Dank an unsere
zwei Damen
mit einem Strauß Rosen, in unser aller Namen.