# Melsunger Turngemeinde 1861

## Abt. Jedermannsport

# *Wandersaison 2022*

*Senioren erkunden wandernd ihre Heimat*
*unter dem Motto:*
*Wandern ist gesund für Körper und Geist*

**Wanderprogramm 2022**
**(Die Umsetzung des Programms hängt vom Verlauf der Corona-Pandemie ab.)**

| Tag | Programmpunkte | Uhrzeit | Treffpunkt |
|---|---|---|---|
| **04.01.** | **Auftakt-Seniorenwanderung** | **10.00** | DGH Obermelsungen |
| 07.01. | Wanderertreffen: Rückblick, Vorschau, Ehrungen, Infos, gemütlicher Abend | 18.00 | MT-Heim, Großer Raum |
| 18.01. | Fortsetzung Seniorenwandern | 10.00 *) | alle 14 Tage dienstags DGH Obermelsungen |
| | Abteilungsversammlung | 18.00 | Vereinsheim (kleiner Raum) |
| 15.02. | Nachtwanderung (Dienstag) | 17.00 | DGH Obermelsungen |
| 20.02. | **Winterwanderung**: Start: Nausis - Wanderscheune | 9.00 | Bahnhof Melsungen Unterer Parkplatz |
| 24.04. | **Frühjahrswanderung**, Start: Grandenborn, Teichhof | 9.00 | Bahnhof Melsungen Unterer Parkplatz |
| 21.06. | **Reguläre Wanderung mit Grillen** | 9.00 | DGH Obermelsungen |
| | Sonnenwendfeier | | Waldstadion |
| 17.07. | **Sommerwanderung**, Start: Fritzlar Gärtnerhof | 9.00 | Bahnhof Melsungen Unterer Parkplatz |
| 09.10. | **Herbstwanderung**, Start: Grandenborn (Ringgau) Teichhof | 9.00 | Bahnhof Melsungen Unterer Parkplatz |
| | Abteilungsfeier | ab 8.00 | MT-Vereinsheim (Goßer Raum) |
| 07.12. | Jahresabschluss Seniorenwandern mit Einkehr (Grünkohlessen mit Wurst) | 10.00 | DGH Obermelsungen |
| | ***Vorschau 2023*** | | |
| 06.01. | Wanderertreffen: Rückblick, Vorschau, Ehrungen, Infos, gemütlicher Abend | 18.00 | MT-Heim, Großer Raum |
| 10.01. | Auftakt Seniorenwandern | 10.00 | DGH Obermelsungen |

*) In der Regel treffen wir uns in den Monaten November bis April um 10.00 Uhr und in den Monaten Mai bis Oktober um 9.00 am DGH Obermelsungen.

**Änderungen vorbehalten**

Das obige Wanderprogramm 2022 kann auch von der Homepage www.lauftreff-melsungen.de unter der Rubrik „Wandern“ eingesehen oder heruntergeladen werden.

**So erreicht Ihr mich:** Reinhard Micke, Melsungen, Schweriner Str. 8
Telefon: 05661/2786, E-mail: reinhard_micke@arcor.de.

Die Winter-, Frühjahrs-, Sommer- und Herbstwanderung sind Tageswanderungen, die den Entfernungsradius von 30 km überschreiten können. Die Streckenlänge liegt hier bei ca. 15 km.

***Die jahreszeitlichen Wanderungen für 2022***

*(Wanderführer der Quartalswanderungen ist Helmut Wenderoth.)*

**20. Februar 2022 – Winterwanderung**

Die **Winterwanderung** beginnt an der **Wanderscheune in Nausis**. Wir starten auf dem Nausiser Ars Natura und wandern hinauf zur Metzebacher Höhe mit ihren herrlichen Fernsichten. Weiter folgen wir dem Bartenwetzerpfad hinüber zur Herlefelder Höhe und auf der Franzosenstrasse bis zum Potsdamer Platz. Ein kleiner Abstecher nach Stolzhausen (ehemals Altkreis Melsungen) erlaubt uns den Blick in den Schemmergrund. Nun geht es hinab nach Herlefeld und zurück nach Nausis.
Besonderheiten: Ars Natura, Franzosenstrasse, Aussicht in mehrere Täler.

Anfahrt: 16 km - Spangenberg, Landefeld, Nausis
Start : Wanderscheune Spangenberg -Nausis
Streckenlänge ca. 15 km (kann bei Bedarf eingekürzt werden)
Wir haben ca. 200 Höhenmeter zu bewältigen, ab Metzebacher Höhe ein nahezu ebener Höhenweg.
Die Strecke ist mittelschwer.

**24. April 2022 – Frühjahrswanderung**

Die **Frühjahrswanderung** führt uns in den Ringgau nach **Grandenborn**. Wir wandern auf dem Premiumweg P13 rund um Grandenborn. Wir parken und starten vom **Teichhof**. Der Weg führt durch Feld und Wald hinüber zu der Ruine Boyneburg mit herrlichem Ausblick zum Hohen Meissner.
Besonderheiten: Ruine Boyneburg, Fernsichten

Wir kürzen den 17 km langen Weg ab auf ca. 14 km und kehren nach Abschluss der Wanderung im Gasthaus Teichhof ein.
Anfahrt: 48 km - Spangenberg, Waldkappel, Bischhausen, Datterode, Röhrda, Grandenborn
Wir müssen ca.250 Höhenmeter überwinden.
Die Strecke ist als mittelschwer einzustufen.

**17. Juli 2022 – Sommerwanderung**

Die **Sommerwanderung** führt uns nach Fritzlar. Wir starten am Gärtnerhof und wandern an der Eder entlang nach Ungedanken. Hier biegen wir nach links ab und wandern durch Wald und Feld in den schön gelegenen Ort Rothelmshausen und schauen uns ein wenig um. Der Rückweg führt uns über einen Höhenzug mit Aussichten zum Schloss Waldeck zum Büraberg. Hier befindet sich die historisch behutsame, älteste Kirche nördlich des Mains und erinnert an Bonifatius. Der weitere Weg führt uns wieder in das Edertal und zurück zum Parkplatz am Gärtnerhof.

Die Streckenlänge beträgt ca. 13 km.
Anfahrt: 26 km – Felsberg, Wabern, Zennern, Fritzlar
Start: Gärtnerhof in Fritzlar.
Wir müssen ca. 300 Höhenmeter bewältigen.
Die Strecke ist als durchaus mittelschwer zu bezeichnen

**9. Oktober 2022 – Herbstwanderung**

Die **Herbstwanderung** führt uns in das **Hessische Kegelspiel**. Wir wandern auf dem Rundwanderweg „Däfter Wiesel“ rund um den Ort Großentaft. Wir parken und starten am Vereinshaus Lene. Der Weg führt durch offene, herbstliche Landschaft mit Feld und Wald. Es bieten sich herrliche Ausblicke in das Hessische Kegelspiel.

Wir kürzen den 17 km langen Weg ab auf ca. 14 km und kehren nach Abschluss der Wanderung im Cafe „Am Rosenbach“ ein.
Anschließend haben wir die Gelegenheit zu einem Besuch in Sargenzell bei Hünfeld. Hier bietet sich seit Jahrzehnten etwas Außergewöhnliches: Der Früchteteppich.
Besonderheiten: Die 9 Kegelberge des Kegelspiels in einer großartigen Landschaft.
Anfahrt: 66 km – Rotenburg, Bebra, Bad Hersfeld, Eitra, Eiterfeld, Großentaft
Wir müssen ca.250 Höhenmeter überwinden.
Die Strecke ist als mittelschwer einzustufen.

**Wir treffen uns wie gewohnt zu den Wanderungen jeweils um 9.00 Uhr am Melsunger Bahnhof auf dem unteren Parkplatz. In der Woche vor den Wanderungen schicke ich noch eine Mail an alle. Auf eine gute Beteiligung hofft euer Wanderfreund Helmut Wenderoth. Tel. 05661/6238**

***Liebe Wanderfreunde,***

welchen Stellenwert hat das Wandern für die Gesundheit von Seniorinnen und Senioren? Mit zunehmendem Alter nimmt bekanntermaßen die Leistungsfähigkeit unserer Organe ab. Das betrifft vor allem unsere Sinnesorgane.
Wenn die Muskulatur eines Ruheständlers weniger leisten muss, bildet sie sich allmählich zurück; seine Gelenke verändern sich arthrotisch, sein Gedächtnis lässt nach und sein Blutkreislauf gerät manchmal außer Kontrolle, insbesondere der Blutdruck. Körperliche Aktivitäten, wie Wandern, zögern die degenerativen Veränderungen unseres Körpers hinaus.
Die regulären Wanderungen mit ihren gesundheitlichen Effekten sollten auch nicht durch regelmäßige Café- oder Gasthausbesuche wieder unwirksam gemacht werden. Wir wollen ja unser Körpergewicht halten oder sogar etwas abnehmen. Nach Abschluss einer Tageswanderung (jahreszeitlichen Wanderung) sollte aber eine Einkehr erlaubt sein.
Dass Wandern für unsere „körperliche Gesundheit“ vorteilhaft ist, wissen wir; dass es aber auch gilt, unser Gehirn fit zu halten, wird manchmal vergessen. Ich denke dabei an die Altersdemenz.
Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass ältere Menschen, die sich auch geistig beschäftigen, eine erblich vorprogrammierte Demenz zurückdrängen oder sogar verhindern können. Wenn das so sein sollte, müsste die Verbindung zwischen Wandern und Heimatkunde für unsere körperliche und geistige Gesundheit förderlich sein. Kurzvorträge zu den erwanderten Sehenswürdigkeiten trainieren unser Gehör, unsere Konzentrationsfähigkeit und unser Gedächtnis. Der neue Gesprächsstoff wird dann manchmal Bestandteil der Gruppenkommunikation.
Nicht zu vergessen ist das Sinnieren alter Menschen über den Sinn ihres Lebens und über Gott und die Welt. Auch ihr Weltbild kann sich noch weiter verfeinern.
Das Erkunden der Natur mit ihren jahreszeitlichen Veränderungen lenkt gedanklich ab. Das gemeinsame Problem des Alterns wird leichter ertragen.
Die Sehenswürdigkeiten am Wegesrand mit ihren Infotafeln sollten zur Kenntnis genommen werden, dort, wo sie fehlen, können Kurzvorträge die Lücken schließen. Das betrifft vor allem die Aufarbeitung des Dritten Reiches.
Da die hiesige Presse ihre soziale Rolle in unserer Demokratie, in Bezug auf unsere jüngste Vergangenheit, nicht immer gut spielt, bedarf es einer Ersatzlösung, ich möchte deshalb auch Orte der Nazi-Diktatur ansteuern und die Wandergruppe mit ehemaligen Einrichtungen nationalsozialistischer Gewalt konfrontieren, wie beispielsweise die ehemaligen Schutzhaftanstalten der Gestapo und der Ordnungspolizei der Altkreise bzw. des heutigen Schwalm-Eder-Kreises.
Es gibt viele alte Menschen, die im 2. Weltkrieg und in der Nachkriegszeit Schlimmes erlebt und aus der Geschichte gelernt haben. Jetzt als Senioren können sie dazu beitragen, die Welt mit ihren Lebenserfahrungen noch ein klein wenig zu verbessern.

Die Ewiggestrigen, oft die schuldbeladenen Familien, die es leider auch noch gibt, dürfen das Leben unserer Kinder und Enkel auf keinen Fall gefährden, indem sie die Verbrechen der Hitlerdiktatur verharmlosen oder sogar ihre Veröffentlichungen zu verhindern suchen. Jeder vernünftige Mensch sollte bei der Trockenlegung des braunen Sumpfes helfen.

Wenn wir eine bessere Welt anstreben wollen, müssen wir aus den Fehlern der Vergangenheit lernen, sie öffentlich machen und auch die regionalen Tabuthemen als Bestandteil der Erwachsenen- und Schulbildung aufnehmen.

### *Gäste sind herzlich willkommen*

Lokale Wanderfreunde, die sich für unsere Wanderungen interessieren und prüfen wollen, ob unsere Aktivitäten ihren Vorstellungen entsprechen, sind gern gesehene Gäste. Um sie zu motivieren und ihnen die Entscheidung etwas zu erleichtern, stelle ich ihnen, in einem Rückblick auf die vergangene Wandersaison 2021, die erwanderten Strecken und Ziele vor.
Da wir eine gemischte Seniorengruppe sind, also Frauen und Männer, jüngere und ältere Senioren, ist gegenseitige Rücksichtnahme vorprogrammiert. Die Strecken sind etwa 8 bis 10 km lang und werden so leicht wie möglich ausgewählt. Da wir in einer Mittelgebirgslandschaft leben, geht es manchmal auch bergauf und bergab. Die meisten Rundwanderungen sollten mindestens eine Sehenswürdigkeit unserer Heimat tangieren, verbunden mit einem informativen Kurzreferat. Bei Bedarf werden Erholungspausen oder eine kleine Brotzeit eingelegt. Die Wanderungen dauern 3 bis 4 Stunden. Der Entfernungsradius vom DGH Obermelsungen gemessen liegt in der Regel im Rahmen von 30 km. Die Durchschnittsgeschwindigkeit des Wanderns beträgt auf ebener Strecke etwa 3,5 km pro Stunde.

In Zukunft sind auch Werksbesichtigungen und Besichtigungen öffentlicher Einrichtungen beabsichtigt. Angefangen haben wir 2018 mit einer Führung bei der Edeka Handelsgesellschaft Hessenring, Melsungen und der Hüttbrauerei, Kassel-Baunatal. 2019 haben wir das VW-Werk Kassel-Baunatal und die Wikus Sägeblattfabrik, Spangenberg, besichtigt. Auf Wunsch können weitere Besichtigungen geplant werden. Die Besichtigungen bzw. Führungen finden jeweils an einem wanderfreien Dienstag statt.
Leider mussten 2020/2021 wegen der Corona-Pandemie bzw. der Ansteckungsgefahr die Betriebsbesichtigungen ausfallen. Das gleiche gilt für einige Wandertermine.

### *Ratschläge für „Neulinge“*

- Die Wanderungen sind offen für jedermann, auch für Nicht-Mitglieder der MT Melsungen.
- Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigenes Risiko. *)
- Die Wanderungen finden grundsätzlich bei jeder Witterung statt.
- In der HNA-Rubrik „Termine“ werden die Wanderungen bekannt gegeben. Eine Anmeldung zu den Wanderungen ist nicht nötig.
- Verpflegung ist im Rucksack mitzuführen, weil i.d.R. nicht eingekehrt wird. In der warmen Jahreszeit sollten ausreichend Getränke mitgeführt werden.
- Feste Wanderschuhe sind notwendig, weil die Touren auch über nasse Graswege, schlammige Feldwege oder durch wegloses Gelände führen können.

- Teleskop-Stöcke sind zu empfehlen, um Knie- und Hüftgelenke bergabwärts zu schonen. Die richtige Handhabung der Stöcke wird vorausgesetzt.
- Das Wandertempo ist der Jahreszeit und dem Geländeprofil angepasst. Durchschnittlich werden im ebenen Gelände pro Stunde etwa 3,5 km zurückgelegt. Unterwegs werden angemessene Pausen eingelegt.
- Der Rucksack sollte neben der Ration an Proviant folgende Gegenstände beinhalten: Schirm, Regenumhang (auch über den Rucksack), Kopfbedeckung, im Winter Handschuhe und Schal, Unterhemd zum Wechseln, Pullover und Sitzkissen zum Warmhalten während der Rast.

**) Der Bundesgerichtshof stellte im Oktober 2012 klar, dass, wer durch den Wald spaziert, mit Gefahren wie herabstürzenden Ästen rechnen muss und bei derart hervorgerufenen Unfällen keinen Anspruch auf Schadensersatz hat. Der Waldbesitzer haftet für „waldtypische Gefahren“ nicht. Unser Verein hat seine vereinseigenen Veranstaltungen – auch unsere Wanderungen – mit einer pauschalen Versicherung abgesichert.*

***Wandern und seine Gefahren***

Mein Wanderunfall am 05.03.2019 bei Singlis hat mich veranlasst, einen kurzen Text zu diesem Thema zu verfassen. Wer also glaubt, Wandern sei ungefährlich und nur gesund, der irrt. Die Statistik belehrt uns eines Besseren. Da unser Wandergebiet in einer Mittelgebirgslandschaft liegt, kommen auch bestimmte Unfälle bei uns gehäuft vor. Der Wanderer muss hier also mit bestimmten landschaftlichen Gegebenheiten rechnen und intuitiv Unfallgefahren rechtzeitig erkennen und durch umsichtiges Verhalten Unfällen vorbeugen.

***Unfallgefahren, auf die man beim Wandern besonders achten sollte:***

1) Wandern bei stürmischem Wetter im Wald:
   Bäume können umstürzen und Äste herunterfallen.
2) Auf Waldwegen liegen oft umgestürzte Bäume, die den Weg versperren.
3) Kies- und Geröllwege mit starker Steigung oder starkem Gefälle führen zu instabilem Laufen.
4) Auf schneebedeckten Eisflächen, wie Pfützen, kann der Wanderer im Winter ausrutschen oder einbrechen und sich nasse Füße holen. Mit nassen Füßen im Winter zu wandern ist kein Vergnügen. Beim Ausrutschen kann es zu Knochenbrüchen und Prellungen kommen.
5) Nach Regenfällen werden Böden an Hangflächen oft schmierig. Auch hier steigt die Rutschgefahr.
6) Über Unebenheiten des Wanderweges, wie Wurzel und Steine, können wir stolpern.
7) Über umgestürzte Bäume und heruntergefallene Äste klettern, kann zu Stürzen und Hautabschürfungen führen.
8) Gewitterblitze bevorzugen aus der Landschaft herausragende Objekte.

9) Auch Tiere und niedrige Pflanzen können dem Wanderer gefährlich werden:

a) Nach jeder Wanderung sollte man seinen Körper nach Zecken absuchen und sie im Falle eines Falles fachgerecht entfernen. Zecken übertragen die Meningoenzephalitis und die Borreliose. Gegen die Borreliose gibt es noch keinen Impfschutz.

b) Der Wolf in unseren Wäldern wird bald Rudel bilden, wenn er hier weiterhin geschützt bleibt. Rudel können auch dem Wanderer gefährlich werden. Wenn das Haustier Hund oder der australische Dingo den Menschen immer wieder angreifen, warum sollte es ihr Urahn, wenn er hungrig ist, nicht auch tun. Unsere Vorfahren hatten mit dem Wolf schlechte Erfahrungen gemacht. Deshalb haben sie ihn auch ausgerottet. Heute bedarf der Wolf eines angepassten vernünftigen Schutzes in Reservaten.

c) Wildschweinrotten mit Frischlingen sollte man aus dem Wege gehen. Frischlinge streicheln könnte die Wildsau missverstehen.

d) Beim Durchwandern von Feuchtgebieten muss man mit Mückenplagen rechnen. Hier tut Vorsorge Not.

e) Oft sind alte Wanderpfade und -wege kaum noch begehbar, weil sie nur noch selten genutzt werden. Die Natur überdeckt allmählich wieder die Spuren des Menschen. Hautverletzungen durch Gestrüpp, besonders Dornen und Stacheln, sind vorprogrammiert.

a) Auch krautartige Pflanzen können das Wandern beeinträchtigen. Lange Hosenbeine schützen vor Brennnesseln und Disteln.

***Wie sind unsere Fahrgemeinschaften organisiert?***

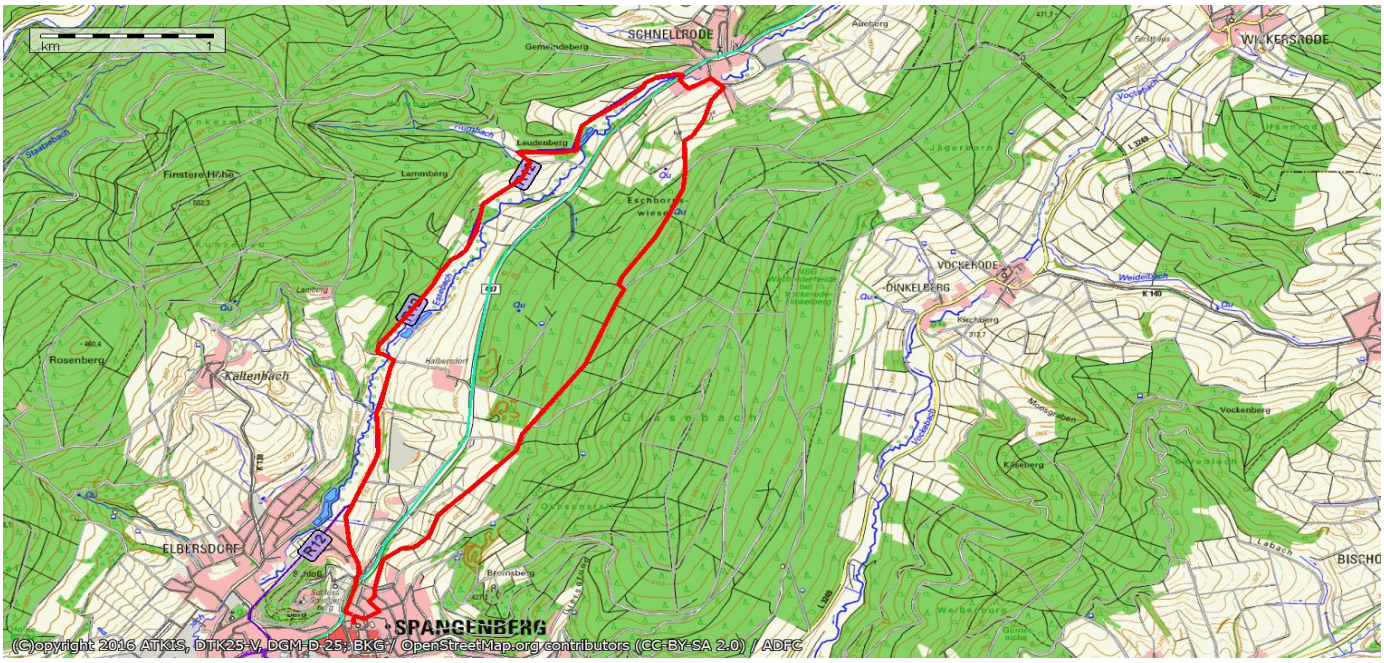
Wir bilden mit unseren PKWs Fahrgemeinschaften und fahren zu den Startparkplätzen, wo die Rundwanderungen beginnen und enden. Wanderfreunde, denen kein PKW zur Verfügung steht oder die ihren PKW in Obermelsungen stehen lassen, werden gegen einen sozialen Unkostenbeitrag mitgenommen. Festen Fahrgemeinschaften bleibt es überlassen, nach gegenseitiger Absprache, auf den Unkostenbeitrag zu verzichten.
Die Länge der Anfahrtsstrecke und den dazugehörigen Betrag gebe ich jeweils bekannt.

| **Tabelle der Mitfahrpreise in unserer Fahrgemeinschaft** | |
|---|---|
| **Anfahrtsstrecke** | **Gesamtbetrag** (hin und zurück) |
| **0 bis 15 km** | **3,00 €** |
| **15 bis 20 km** | **4,00 €** |
| **20 bis 25 km** | **5,00 €** |
| **25 bis 30 km** | **6,00 €** |
| **30 bis 40 km** | **7,00 €** |
| **40 bis 50 km** | **8,00 €** |
| **50 bis 60 km** | **9,00 €** |

***Rückblick auf die vergangene Wandersaison 2021***

*(Die Wanderungen vor dem 22.06. sind wegen Corona ausgefallen)*
*Eigene Fotos der MT-Wandergruppe von Reinhard Micke und Helmut Wenderoth*
*Kartenausschnitte: Magicmaps, Tour Explorer 25 Hessen, Version 8*

***1. Tour, 22.06.2021, Start: Spangenberg-Hallenbad, Strecke: 8,9 km***
***Thema: Ars Natura - Auf der Suche nach der Thematik des 3. Reiches***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



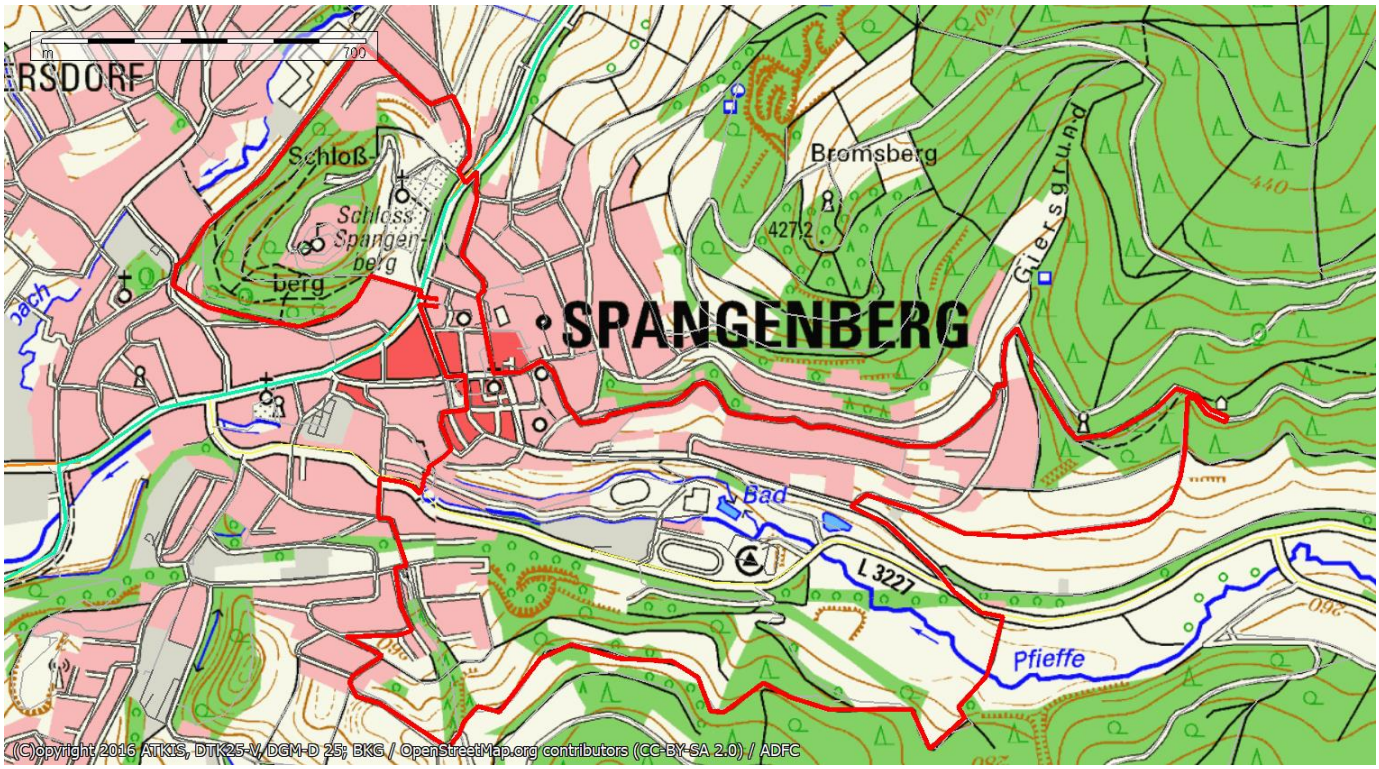
Hier liegen immer noch riesige Holzberge, die auf den Abtransport und den Verkauf warten.

Einzelne Ruhebänke am Wegesrand findet man häufig, einen Rastplatz für Wandergruppen dagegen nicht.

Viele Ars Natura-Wanderwege haben wir kennengelernt. Sie motivieren zum Wandern in der Natur. Es wird diskutiert und es wird versucht einen Zusammenhang zwischen Kunstwerk und Titel herzustellen, was aber nicht immer gelingt.

Auf der Suche nach der Thematik unserer jüngsten Geschichte wird man enttäuscht. Es wäre doch so wichtig, sich gerade mit ihr für eine humanere Welt zu beschäftigen. Was nützt uns die Freiheit der Kunst, wenn die Verbrechen der Hitlerdiktatur tabuisiert bzw. manipuliert werden, wie das leider so oft mit unserer Geschichte geschieht.

***2. Tour, 06.07.2021, Start: Spangenberg-Hallenbad, Strecke: 9,2 km***
***Thema: Der Märchenweg - Kuno und Else***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



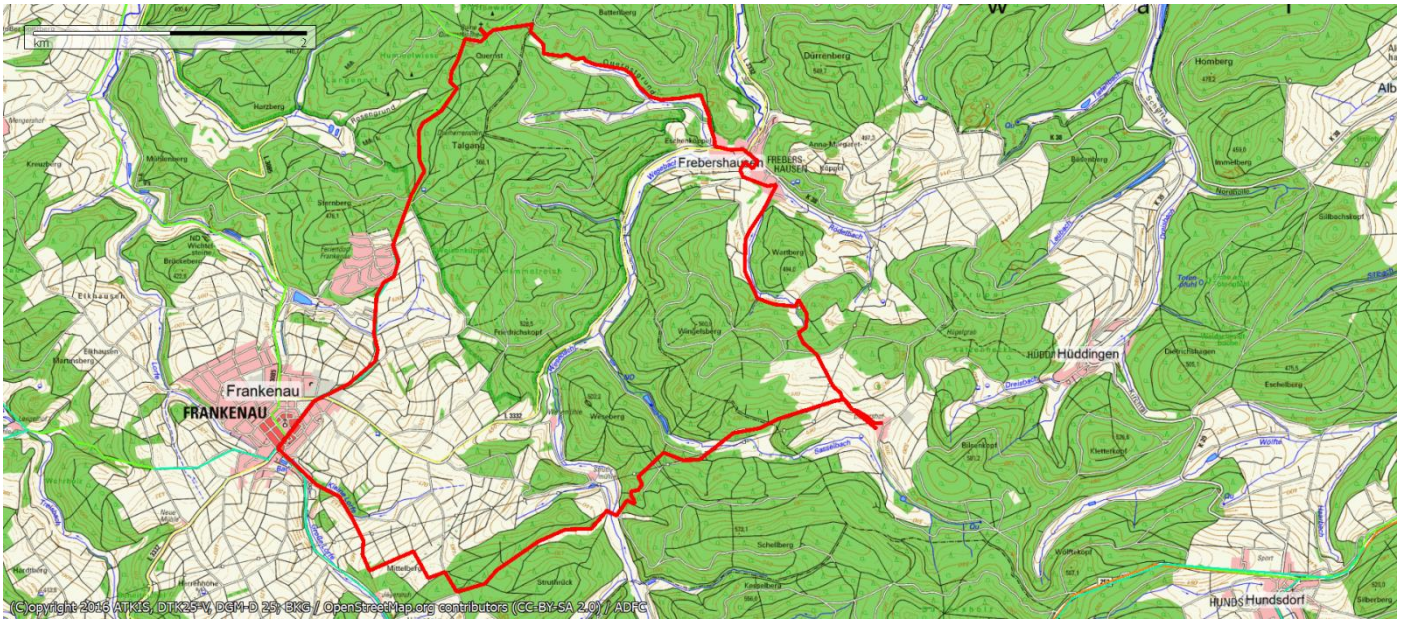
Der Märchenweg beginnt vor dem Spangenberger Rathaus. Das Liebenbachdenkmal auf dem Marktplatz erinnert den Besucher an das unglückliche Liebespaar Kuno und Else.

Nach einer alten Sage durften Kuno und Else erst dann heiraten, wenn sie eine Wasserleitung von der Liebenbachquelle bis in die Stadt verlegten.

Das ist die heutige Liebenbachquelle. Der Name der Quelle soll an das Liebespaar erinnern. Wer ihr Wasser trinkt, wird Spangenberg wieder besuchen.

Auf dem gegenüberliegenden Berghang im Hintergrund liegt die Liebenbachquelle.

***3. Tour, 18.07.2021,* Start: Bad Wildungen - *Jausenstation Dülfershof, Strecke: 17 km***
***Sommerwanderung***
***Wanderführer: Helmut Wenderoth***



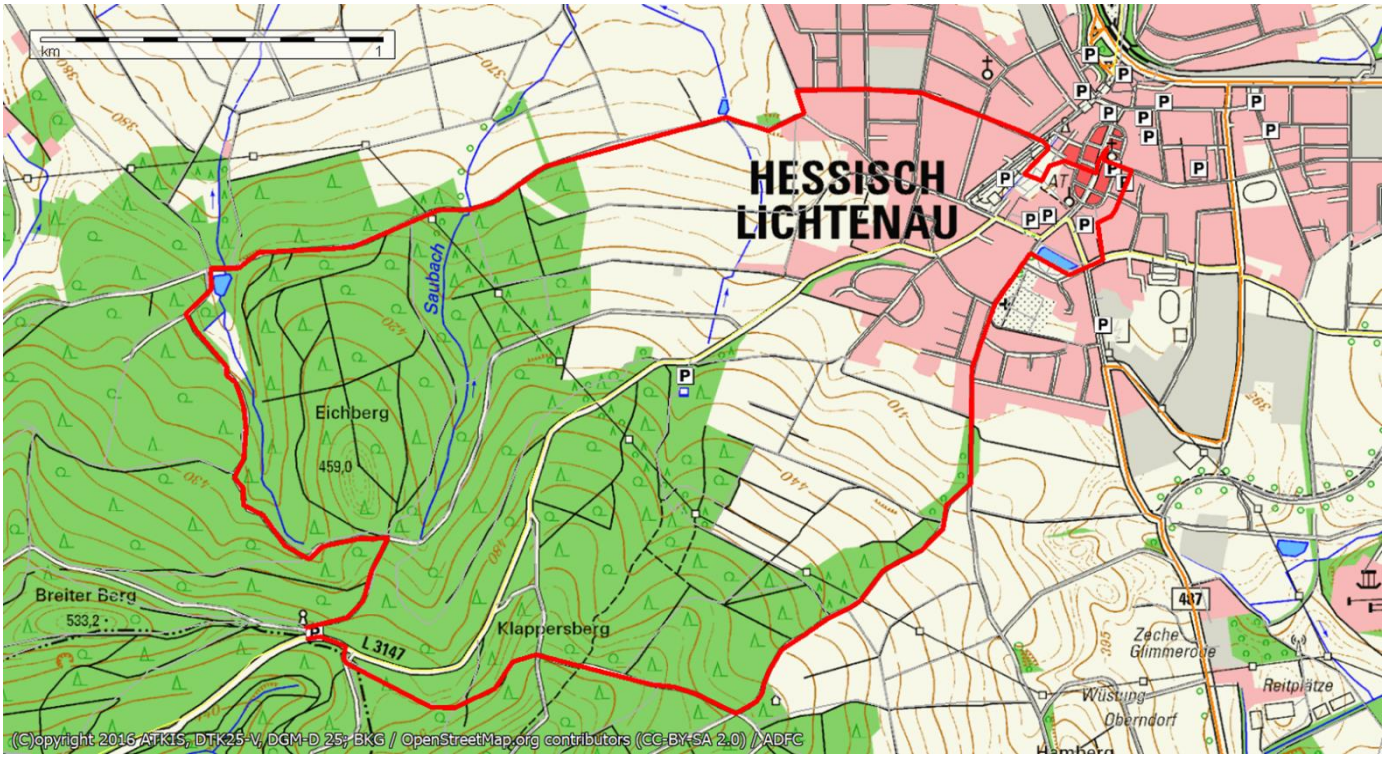
Die Kirche von Frebershausen gehört zu den ältesten Gotteshäusern Nordhessens. Sie entstand um 1250 und diente früher als Wallfahrskapelle.

Ein kleiner Souvenirladen am Rande des Nationalparkes Kellerwald präsentiert Tiermosaike, denen unser Wanderführer Helmut nicht widerstehen konnte. Ein kleiner Frosch für den Gartenteich musste es sein.

Hier beginnt einer der Wanderwege durch den Nationalpark Kellerwald, der hinauf zur Quernstkirche führt.

Im Hintergrund die neue Quernstkapelle. Etwas unterhalb die Ruinen der alten ursprünglichen Kapelle.

***4. Tour, 20.07.2021, Start: Hessisch-Lichtenau Himmelsberg, Strecke: 9 km***
***Thema: Gründung und Überblick zur Stadtentwicklung von Hessisch-Lichtenau***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



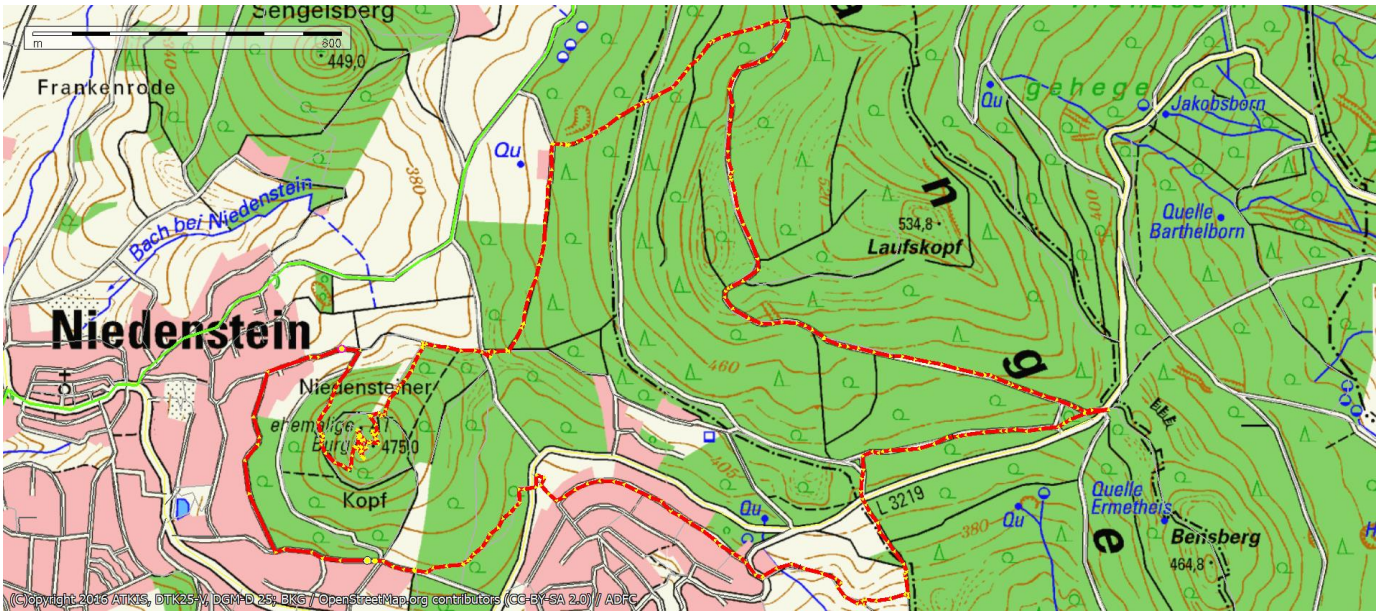
Unser Wanderweg führte vom Wanderparkplatz Himmelsberg zu einer Schutzhütte oberhalb von Hessisch-Lichtenau mit einer herrlichen Aussicht zum Meißner.

Am Ars-Natura-Weg nach Hessisch Lichtenau stehen zwei Kunstwerke, die als Ruhebänke dienen. Diese Objekte sind sehenswert.

Ein kleiner Park in der Nähe der Altstadt von Hessisch Lichtenau diente uns als Ruhe- und Stärkungsplatz.

Unterhalb des Dachfirstes vom alten Rathaus befindet sich das Stadtwappen von Hessisch-Lichtenau, der Hessische Löwe mit der Laterne.

***5. Tour, 03.08.2021, Start: Niedenstein, Ermetheiser Str. Wanderparkplatz, Strecke: 8,4 km***
***Thema: Burg und Hessenturm auf dem Niedensteiner Kopf***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



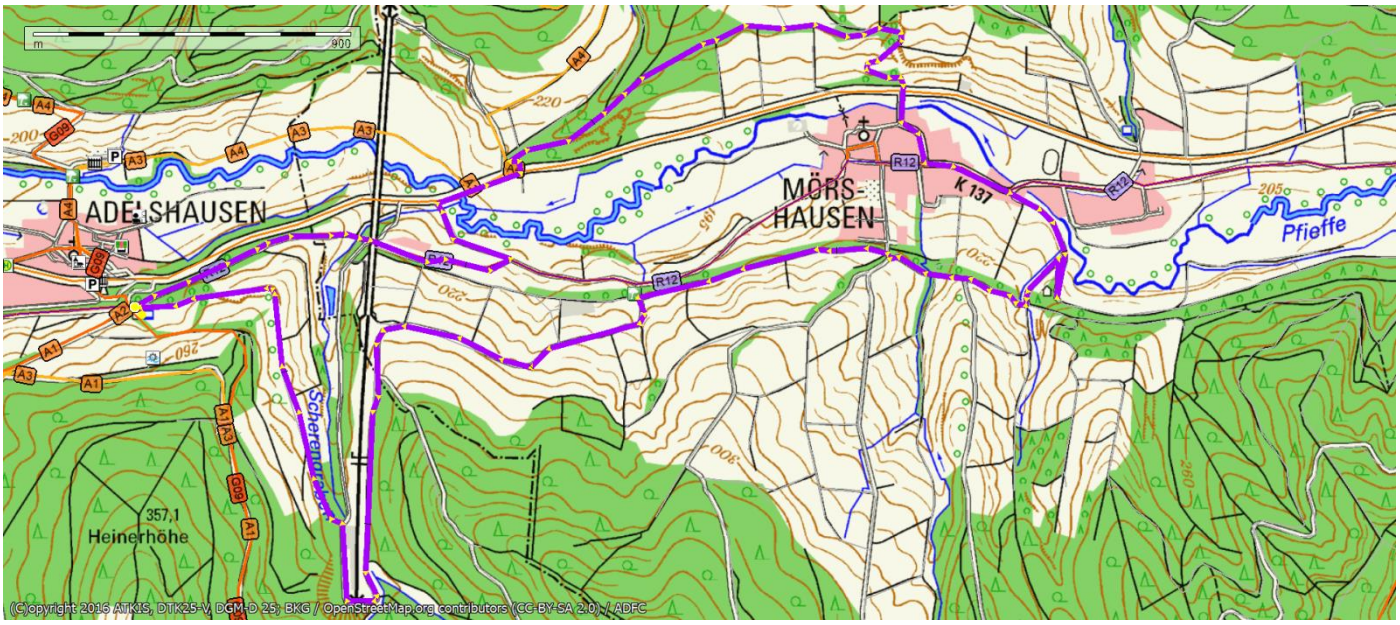
Ein kostenloser Wanderparkplatz als Ausgangspunkt für Rundwanderungen ist eine wichtige Voraussetzung für Wandergruppen. Die Kommunen sollten solche Plätze vermehrt anlegen. Auch Melsungen bräuchte welche!

Das ist der Hessenturm, ein Aussichtsturm mit Gastronomie am Wochenende, auf dem Niedensteiner Kopf. Die mittelalterliche Burg, die früher hier stand, wurde zerstört.

An einem Hang des Niedensteiner Kopfes existierte während des Dritten Reiches eine Sprungschanze für Skisportler. Diese Hütte und die Schneise im Wald erinnern noch an die Zeiten, als die Winter kälter waren. Die größte Sprungweite lag bei 27 m.

Der Luftkurort Ermetheis, ein Ortsteil von Niedenstein, war 2018 dollstes Dorf in Nordhessen.

***6. Tour, 17.08.2021, Start: Adelshausen-Grillhütte, Strecke: 9 km***
***Anschließend: Gemütliches Grillen mit Getränken***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



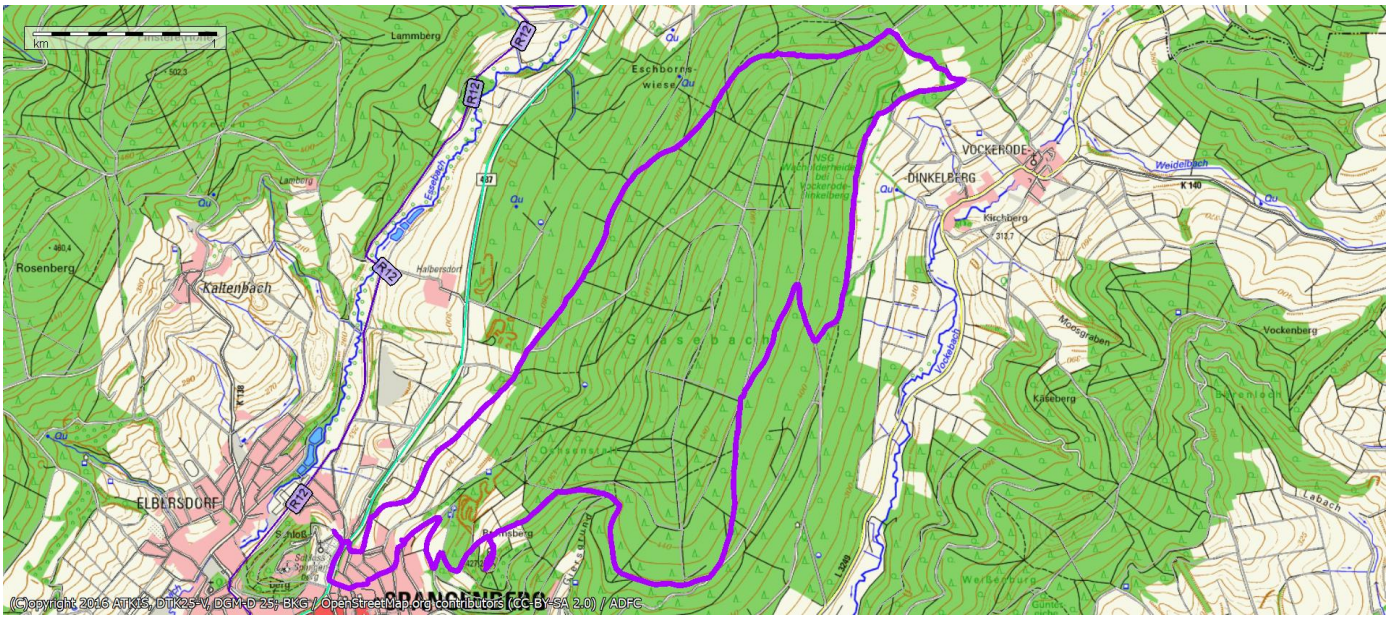
Der zentrale Dorfplatz in Mörshausen mit einer stichpunktartigen Chronik lädt zu einer kleinen Trink- und Esspause ein.

Die Dorfhütte am Ortsende von Mörshausen ist inzischen auch in die Jahre gekommen. Auch sie ist als Ausgangpunkt für Rundwanderungen geeignet.

Der Blick vom Nordportal des Wildbergtunnels in Richtung Weltkugeltunnel wurde durch einen vorbeibrausenden ICE interessant. Mit einer passenden App können die Passagen der Züge vorausgesagt werden.

Zur Adelshäuser Hütte zurückgekehrt, begann unser gemütliches Beisammensein. Bei Bratwürstchen und Getränken entwickelte sich ein lebhafter Gedankenaustausch. Helmut Wenderoth und sein erfahrener Grillmanager Reinhard Rauschenberg haben die Festlichkeit organisiert und betreut. Dafür möchte ich mich im Namen der Wandergruppe ganz herzlich bedanken.

***7. Tour, 31.08.2021, Start: Spangenberg-Hallenbad, Strecke: 13 km***
***Thema: Die Vockeröder Heide, ein geschütztes Ökosystem***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



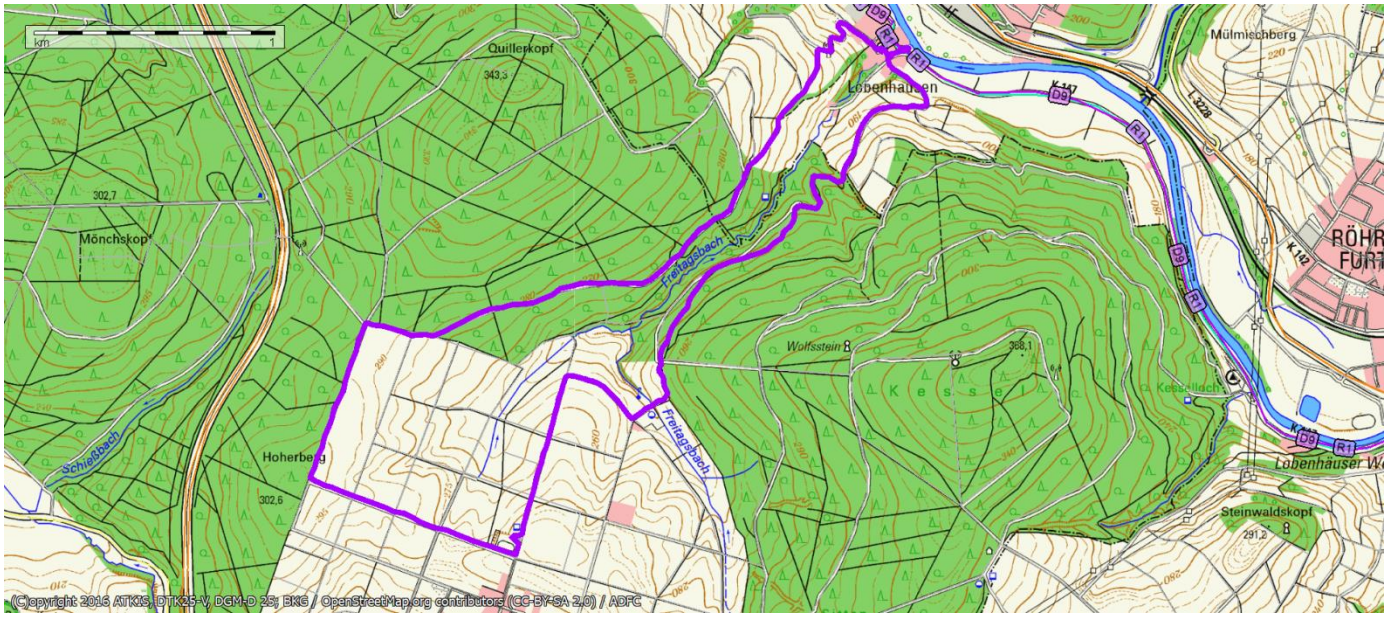
Rosi Ploch erhielt hier, coronabedingt verspätet, ihre Wandernadel mit Ehrenkranz in Gold für die gelaufene Strecke von 2500 km.
Die reguläre Ehrung musste dieses Jahr leider ausfallen.

Die Vockeröder Heide stand leider nicht mehr in voller Blüte. Die Heidefläche, als Naturschutzgebiet gekennzeichnet, lässt sich trotzdem an den Wacholdersträuchern recht gut erkennen.

Einerseits freut man sich, wenn man im Wald Pilze in größeren Mengen findet, andererseits wird aber die Wanderung ausgebremst.

Auf dem Rückweg sind wir an einer Modell-Eisenbahnanlage im Garten einer Spangerberger Familie vorbei gekommen. Das Interesse war so groß, dass die Eigentümerfamilie interviewt werden musste.

***8. Tour, 14.09.2021, Start: Melgershausen-Sportplatz, Strecke: 9 km***
***Thema: Lobenhausen***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



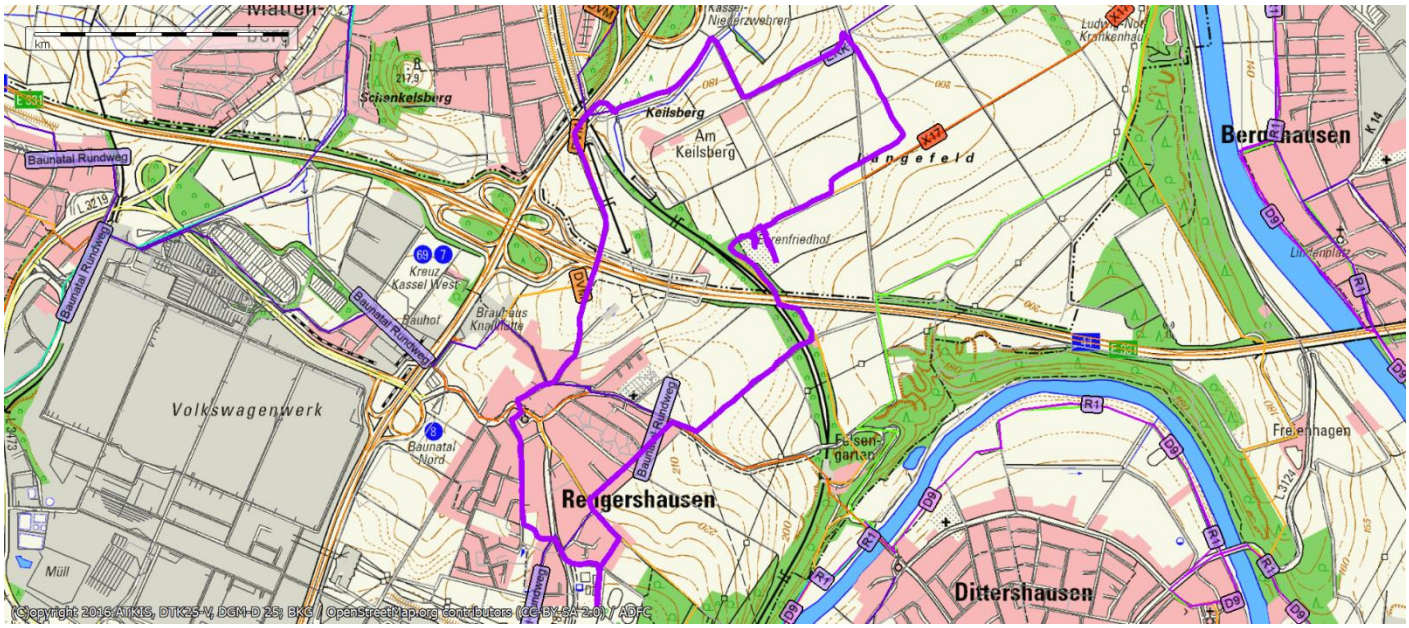
Die Lobenhäuser Kirche wurde 1771 im spätklassizistischen Stil erbaut. Die Kieler Künstlerin Margret Knopp-Schellbach stattete den Kirchenraum mit zahlreichen religiösen Bildern künstlerisch aus. Seit 1981 finden in der Kirche monatliche Konzerte und im Frühsommer die Kammermusikwoche statt. Frau Meinecke, die aus Lobenhausen stammt und die wir zufälligerweise trafen, kannte sich in der Kirchengeschichte des Dorfes gut aus. Sie hielt nur für uns einen kleinen Vortrag zu den Kunstwerken der Kirche. Sie wies darauf hin, dass das Grab von Margret Knopp-Schellbach sich auf dem Friedhof befände.

*Ob die Bilderstürmer der Reformation dieses hübsche Kleinod verschont hätten?*

Das Wetter war schön. Ein Gruppenbild bot sich an.

Unsere Hauptrast legten wir am Fuldaradweg ein mit einer herrlichen Sicht auf Körle. Anschließend ging es wieder bergwärts, an dem kleinen Museum der Küstlerin Knopp-Schellbach vorbei, zurück nach Melgershausen.

***9. Tour, 28.09.2021, Start: Rengershausen-Waldsportplatz Strecke: 8,5 km***
***Thema:* Ehrenfriedhöfe - Lernen die Völker aus den Folgen der Kriege?**
***Wanderführer: Reinhard Micke***



Corona ist noch nicht vorbei. Die Hauptreisezeit endet bald und die Anzahl der Wanderer steigt wieder.

Der besuchte britische und russische Ehrenfriedhof soll die Besucher auch an die Sinnlosigkeit der Kriege erinnern und sie zur Mitgestaltung einer besseren Welt motivieren. Es handelt sich hier um Kriegsgefangene des 1. Weltkrieges.

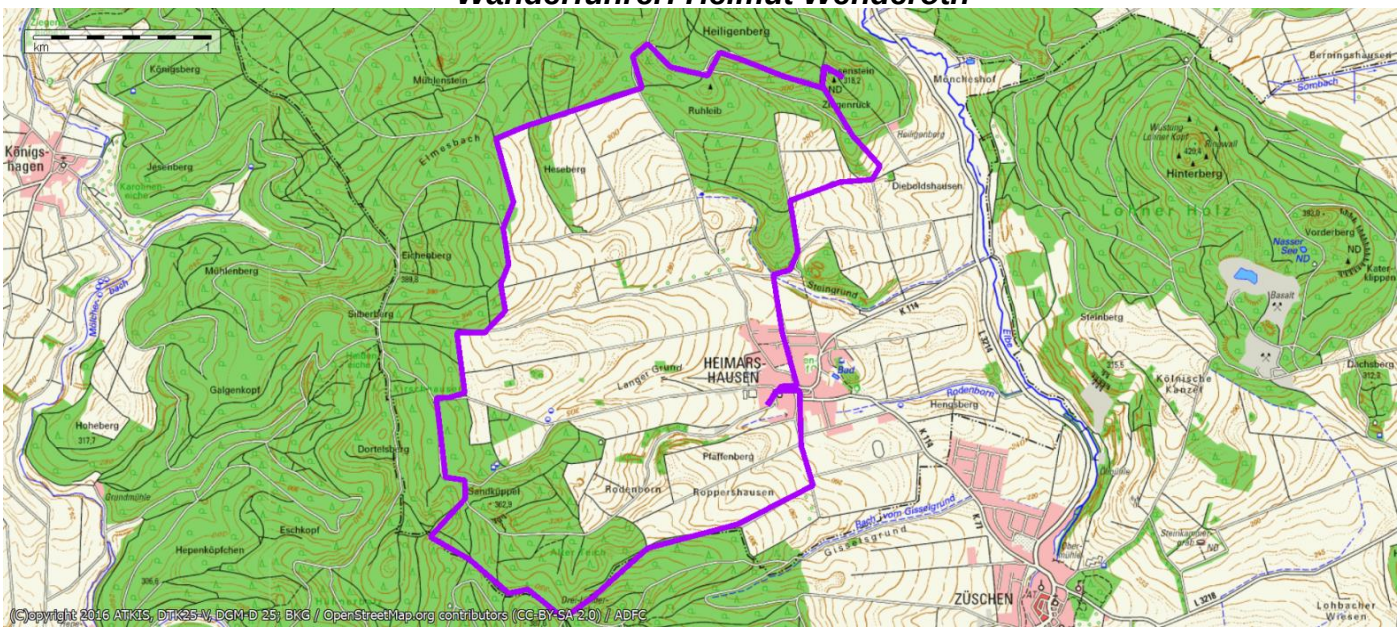
Auf dem schlichten russischen Friedhof liegen ca. 2000 Kriegsgefangene. Hier und da sieht man Steinkreuze, die das Gräberfeld kenntlich machen.
Auch die Verstorbenen des Bewachungspersonals erhielten einen Gedenkstein.

## Ehrenfriedhöfe als Kriegsfolgen aus verhaltensbiologischer Sicht

Unter einem Krieg versteht man in der Regel einen gewaltsam ausgetragenen Konflikt zwischen Staaten. Obwohl den Völkern die Folgen der Kriege bekannt sind, sorgen die Herrschenden immer wieder für neue Kriege. Warum tun sie das? Gotteskinder, gleich welcher Religion, dürften doch solche bestialischen Metzeleien und Zerstörungen nicht verursachen. Warum lernen die Völker nichts aus ihrer Geschichte?
Ist es in Ordnung, dass eine relativ kleine privilegierte Schicht des Volkes im Krieg Befehle kreiert und ihre Ausführung mittels standrechtlicher Erschießungen gewaltsam erzwingt und damit das einfache Volk regelrecht verheizt, die Befehlsgeber sich aber feige in schützenden Bunkern verstecken und bei Aussichtslosigkeit Fahnenflucht oder Selbstmord begehen und anschließend sich wie „Wehrwölfe“ verhalten?
Ende des 2. Weltkrieges wurden viele Kriegsverbrechen, auch die am eigenen Volk, vertuscht. Die sich neuformierende politisch aktive Schicht quer durch die alten Parteien hatte sogar ihr schuldbeladenes Gedächtnis verloren. Die Schuldigen mussten jetzt vor den neuen Gerichten geschützt werden.
Die Geschichte wurde missbraucht, indem viele Staaten sie zu ihrem Vorteil auslegten. Was nicht passte, wurde passend gemacht. Das betraf besonders auch bei uns die Verschönerungsvereine, die Geschichtsvereine und die Stadtchroniken. Das Peinliche, das jeder kannte und aus dem man lernen konnte, wurde vor unserer Schuljugend verheimlicht.
Wenn man die Frage nach den Ursachen der Kriege aus biologischer Sicht betrachtet, lässt sich sehr wohl eine vernünftige Antwort finden. Jedes Kind lernt heute, dass wir Menschen im Grunde genommen nur Tiere sind. Der Homo sapiens als „intelligenteste“ Affenart hat sich aber im Laufe der Evolution zu seinem Vorteil entwickelt. Wahrscheinlich haben Mutationen seiner Stimmbänder und seines Gehirns zu seiner Intelligenz beigetragen.
Die Menschen werden also auch, wie alle anderen Affenarten, durch angeborene Verhaltensweisen (Instinkte) und die Vernunft gesteuert. Wenn der Mensch seine Vernunft besser nutzen würde, indem er in den Kampf ums Dasein eingreifen und schrittweise abmildern würde und die Zerstörung seiner Existenzgrundlage verhinderte, wäre viel erreicht. Die ersten Anzeichen dieser Entwicklung sind trotz alledem bereits erkennbar. Man bedenke aber, dass es vielen Menschen und Staatsführungen immer noch an Geschichtsverständnis mangelt. Das Säbelrasseln der Staaten ist in den Medien ständig zu hören.

Viele Tiere beanspruchen für ihr Dasein instinktiv Lebensräume oder Reviere. Dieses Naturgesetz gilt auch für den Menschen. Völker versuchen immer wieder ihre Lebensräume vorteilhaft auf Kosten anderer Völker zu erweitern. Der Kolonialismus ist ein Beispiel für dieses Verhalten. Da es dem menschlichen Gehirn auf diesem Gebiet noch sehr an Vernunft mangelt, wird es auch in Zukunft Kriegsverbrechen geben. Wer das Zeitgeschehen verfolgt, wird viele aktuelle Krisenherde nennen können.
Wenn die Menschheit unwissenschaftlich aufgeklärt wird, die „Geschichte“ als Hure der Nationen missbraucht wird, werden im schlimmsten Fall größenwahnsinnige Regime unter Verwendung abergläubischer Verschwörungstheorien für die Selbstausrottung des Menschen sorgen.
Die Menschen der Entwicklungsländer haben schon längst erkannt, dass die Spaßgesellschaften der reichen Länder auf ihre Kosten ihr Leben genießen. Die Migration aus den armen Gebieten in reiche wird zunehmen. Der Nord-Süd-Konflikt ist vorprogrammiert.
Übrigens, die Zahl der Kriege in Europa hat abgenommen. Die nationalen Revier- und Sprachgrenzen haben in Europa durch einsichtige, kluge Politiker an Bedeutung verloren und wenn jetzt noch die Menschen begreifen, dass sie alle in einem Boot sitzen, dem Raumschiff Erde, besteht Hoffnung auf Besserung. Der erdgeschichtlich kurze Aufenthalt jedes Menschen „auf dem Planet der Affen“ sollte lebenswert bleiben. Das wissenschaftliche Weltbild muss aber nicht zum Verlust der Hoffnung führen.

***10. Tour, 10.10.2021, Start: Heimarshausen-Gasthaus Schneider, Strecke: 14 km***
***Thema: Die Großen Steine***
***Wanderführer: Helmut Wenderoth***

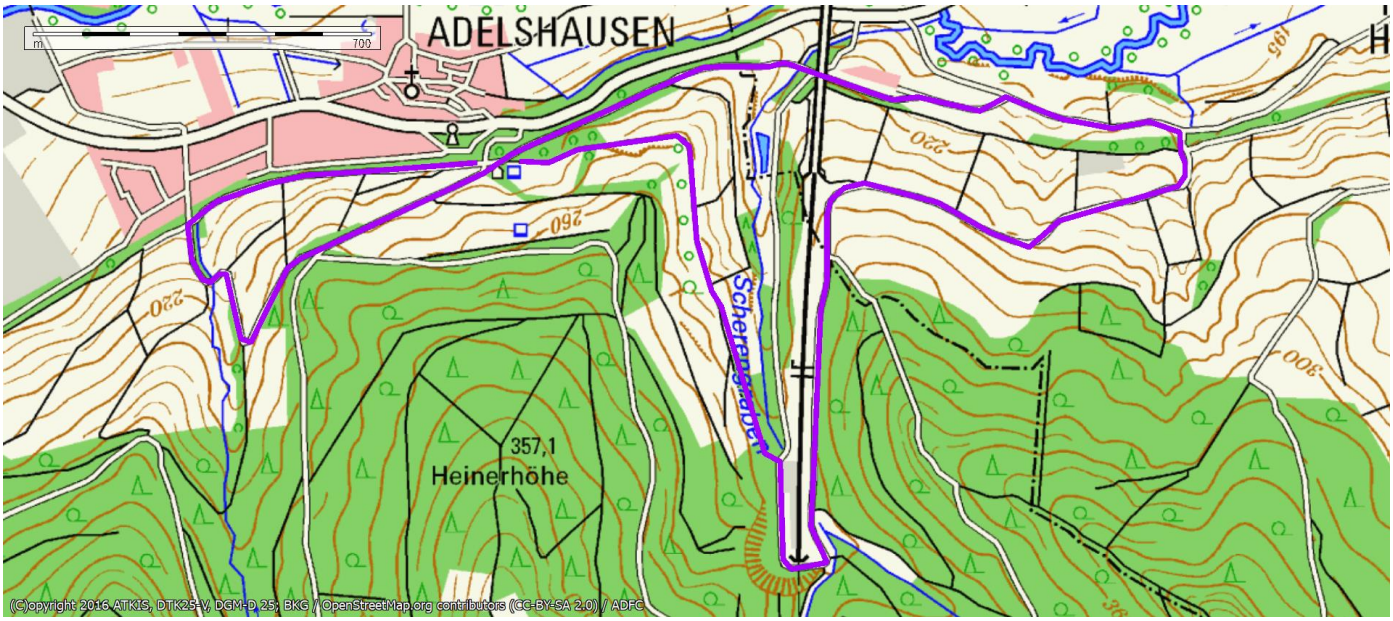


Kirche von Heimarshausen

Die Großen Steine

Eine Steinhöhle

***11. Tour, 12.10.2021, Start: Adelshausen-Hütte, Strecke: 7 km***
***Thema:***
***Wanderführer: Helmut Wenderoth***



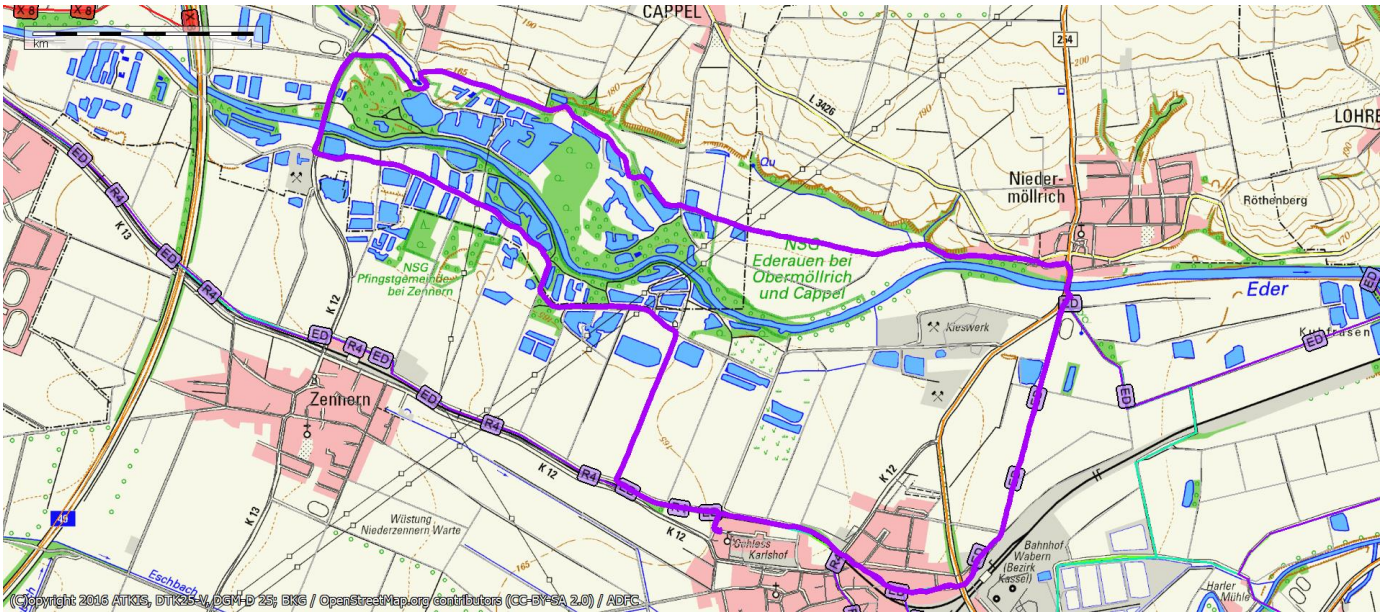
Helmut hat auf dieser Tour alte Eichen fotografiert.

Links eine Eiche, die von einem Blitz verunstaltet wurde. Rechts die Pfieffetalbrücke aus der Froschperspektive.

Ruhebank mit Blick zur ehemaligen Heilstätte

Vom Wildsbergtunnel über die Pfieffetalbrücke zum Weltkugeltunnel

***12.Tour, 26.10.2021, Start: Niedermöllrich-Sportplatz, Strecke: 11 km***
***Thema: Eisenerzbergwerk, Schutzhaftanstalt Wabern,***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



Das ist der Karlshof von Wabern. Während der Hitlerdiktatur war er eine Schutzhaftanstalt, in der Menschen gleichgeschaltet bzw. gequält wurden. Warum steht hier kein Info-Schild? Soll der Bürger die dunkle Seite des Schwalm-Eder-Kreises nicht erfahren?
Ist das nicht eine verlogene Geschichte?

Der Weg von Wabern nach Obermöllrich führt durch die Ederauen mit ihren renaturierten Schutzgebieten. Selbst die Störche finden dieses Gebiet wieder interessant. Die ersehnte Ruhepause auf dem Sportplatz von Obermöllrich kam gelegen.

Der Rückweg auf der anderen Seite der Eder führte wieder durch eine Wiesen- und Seenlandschaft. Kurz vor Niedermöllrich befindet sich eine ehemalige Eisenerzmine.

Im Dritten Reich wurde das ehemalige Bergwerk, die Holzhäuser Grube III, wieder reaktiviert. Deutschland sollte autark werden. Im Krieg diente sie als Luftschutzbunker.

**Vor den ehemaligen Schutzhaftanstalten der Walkemühle Adelhausen und dem Karlshof Wabern sollten Infotafeln mit einem aufklärenden Text, wie dem folgenden, stehen!**

## Haftanstalten der Gestapo und der Orpo (Deutsches Reich)

Ab 1933 waren die Haftstätten der Geheimen Staatspolizei (Gestapo) und der Ordnungspolizei (Orpo) neben den Konzentrationslagern die zentralen Orte des Terrors und der Repression gegen die politischen Gegner des NS-Regimes. Mit der „Verordnung zum Schutz von Volk und Staat“ vom 28. Februar 1933 wurde das Repressionsinstrument der so genannten „Schutzhaft“ eingerichtet. Damit war die gesetzliche Grundlage gegeben, Gegner des NS-Regimes ohne richterliche Kontrolle und Verurteilung zu verhaften und auf unbestimmte Zeit zu inhaftieren. Seit März 1933 entstanden zahlreiche „Schutzhaftabteilungen“ in den Polizeigefängnissen und Gestapogefängnissen, aber auch in regulären Gefängnissen und Zuchthäusern, die zu diesem Zweck von der Justiz zur Verfügung gestellt wurden. Die Bewachung der Inhaftierten stellten sowohl Polizeibeamte als auch Angehörige der SA und SS.

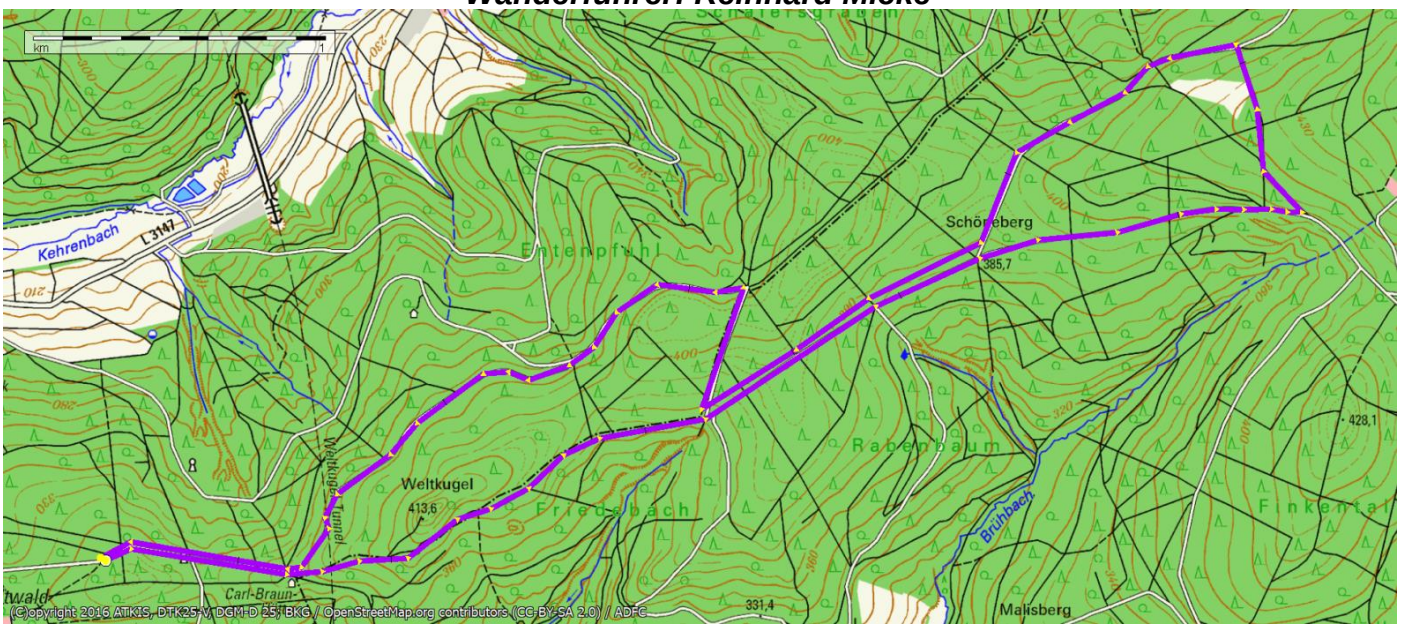
Bereits im Frühjahr 1933 waren diese Haftanstalten weit über ihr eigentliches Fassungsvermögen hinaus belegt. Neben der Überfüllung und der Ungewissheit über das weitere Schicksal war der Alltag der Inhaftierten von stundenlangen Verhören, Folter und Gewalt sowie zum Teil Einzelhaft oder Dunkelarrest geprägt. Die Inhaftierung und die Vernehmungen konnten dabei wenige Stunden oder Tage bis hin zu Wochen oder mehreren Monaten dauern. Für die meisten der Inhaftierten waren diese Haftstätten eine Durchgangsstation, häufig zu den Konzentrationslagern.

Die „Schutzhaft“ und die nach Kriegsbeginn entstehende „Arbeitserziehungshaft“, die zur Gründung polizeilicher Sonderlager – der „Arbeitserziehungslager“ – führte, waren ebenso wie die „Vorbeugehaft“ eine Kategorie präventiver Verfolgung und Repression im Nationalsozialismus. In „polizeiliche Vorbeugehaft“ nahm die Kriminalpolizei ab Anfang 1937 „Berufs- und Gewohnheitsverbrecher“, was in der Regel zu KZ-Einweisungen ohne konkreten Strafbestand führte. In der ersten Zeit nach der Machtübertragung auf die Nationalsozialisten wurden vor allem Kommunisten, Sozialdemokraten, Gewerkschafter sowie Mitglieder der sozialistischen Parteien und Widerstandsorganisationen verhaftet. Aber auch andere Gruppen wie Zeugen Jehovas oder einzelne Mitglieder der Kirchen wurden in den Gefängnissen der Polizei inhaftiert. Es bestand eine enge Zusammenarbeit zwischen Polizei und Justiz. Letztere teilte der Polizei Entlassungen vor allem von Untersuchungsgefangenen mit, ab 1935 auch von „staatsfeindlichen“ Personen sowie von Ausländern und Sinti und Roma. Mit Beginn des Krieges stieg die Zahl der „Schutzhäftlinge“ weiter an. Neben Jüdinnen und Juden, die zu fliehen versuchten und dabei gegen die Devisenbestimmungen verstoßen hatten, wurden unter anderem auch zahlreiche ausländische Zivilarbeitern und Zivilarbeiterinnen inhaftiert. In erster Linie wurden dieser jedoch in die „Arbeitserziehungslager“ (AEL) der Gestapo eingewiesen.

Ab spätestens 1937 kam es zu einer Ausweitung der „Feindgruppen“ der Gestapo. Von diesem Zeitpunkt an trat neben die politische Gegnerbekämpfung von Kommunisten, Sozialdemokraten und anderen die Verfolgung von denjenigen sozialen Gruppen, die gemäß der nationalsozialistischen Weltanschauung aus dem deutschen Volkskörper ausgesondert bzw. vernichtet werden sollten, also Juden, Sinti und Roma, Homosexuelle und sogenannte „Asoziale“ sowie „Erbkranke“. Mit Beginn des Zweiten Weltkrieges kam es auch in den Gefängnissen der Gestapo zu einer Radikalisierung der Haftpraxis.

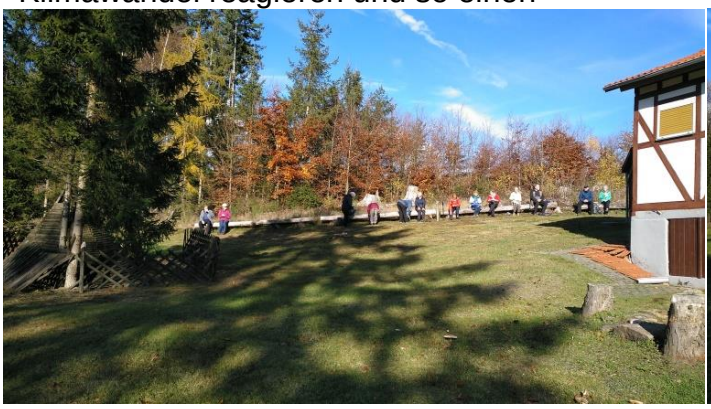
Bundesarchiv

***13. Tour, 09.11.2021, Start: Melsungen Waldparkplatz Carl-Braun-Hütte, Strecke: 11 km***
***Thema: Das Symbol Waldbrücke, nach einer Zeichnung von Leonardo da Vinci***
***Wanderführer: Reinhard Micke***



Die Waldbrücke, ein Kunstwerk von Peter Slaby, ist als Symbol für falsche Forstwirtschaft zu verstehen: Man müsse aus den Fehlern der Vergangenheit lernen und auf den Klimawandel reagieren und so einen Brückenschlag in Richtung zukünftiger Forstwirtschaft herstellen.

Die körperliche Stärkung und Erholung neben der nahen Brühbachhütte kam uns gelegen.



Zu den heutigen Problemen der Förstereien gehören die Monokulturen, falsche Baumarten, Stürme, Trockenheit, der Borkenkäfer und andere Schädlinge.

Der Rückweg führte an einer Waldwiese vorbei, auf der eine forstwirtschaftlich genutzte Hütte steht.

## *Statistik der Wandersaison 2021 (Coronajahr)*

1. **18 Seniorenwanderungen mit insgesamt 137 km**

2. **Zwei Ganztageswanderungen (jahreszeitliche Wanderungen):**

   **17 km + 14 km = 31 km (Die Frühjahrwanderung und Winterwanderung mussten wegen Corona ausfallen.)**

## *Die aktivsten Wanderer im Coronajahr 2021:*

| *Männer* | *km* | *Frauen* | *km* |
|---|---|---|---|
| *1. Micke, Reinhard* | *116* | *1. Micke, Elfriede* | *116* |
| *2. Rohde, Willi* | *74* | *2. Ansorg, Marianne* | *114* |
| *3. Ploch, Willi* | *68* | *3. Hartmann, Waltraud* | *98* |
| *4. Schmoll, Günther* | *59* | *4. Rüdiger, Ulrike* | *95* |
| *5. Ploch, Karl* | *55* | *5. Wander, Anna* | *83* |
| *6. Scheidemann, Horst* | *41* | *6. Rohde, Anita* | *63* |
| *7. Wenderoth, Helmut* | *38* | *7. Schmoll, Inge* | *59* |
| *8. Hruschka, Josef* | *35* | *8. Magener, Irene* | *58* |
| *9. Köttig, Adolf* | *32* | *9. Ploch, Rosi* | *49* |
| *10. Heymann, Volker* | *17* | *10. Scheidemann, Gerlinde* | *41* |

**Jahreswanderer** mit den meisten in 2021 gewanderten Kilometern wurden

**Marianne Ansorg mit 114 km und Willi Rohde mit 74 km**

## Gestiftete Wanderpokale mit den höchsten Jahres-Wanderleistungen

Foto: Horst Diele

Links der von Franz Hruschka im Jahre 2001 gestiftete Pokal der Frauen, rechts der von Roland Wex im Jahre 2002 gestiftete Pokal der Männer.

## *Pokalinhaber von 2001 bis 2021*

| Jahr | Männerpokal-Inhaber | km | Jahr | Frauenpokal-Inhaber | km |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | 2001 | Renate Steuber | 461 |
| 2002 | Josef Hruschka | 601 | 2002 | Waltraud Diele | 574 |
| 2003 | Josef Hruschka | 593 | 2003 | Dörte Hoppe | 583 |
| 2004 | Franz Hruschka | 532 | 2004 | Sigrid Hruschka | 532 |
| 2004 | Josef Hruschka | 532 | 2005 | Sigrid Hruschka | 424 |
| 2005 | Josef Hruschka | 435 | 2006 | Sigrid Hruschka | 427 |
| 2006 | Josef Hruschka | 416 | 2007 | Dörte Hoppe | 382 |
| 2007 | Horst Diele | 410 | 2008 | Dörte Hoppe | 459 |
| 2008 | Josef Hruschka | 459 | 2008 | Sigrid Hruschka | 459 |
| 2009 | Horst Diele | 409 | 2009 | Dörte Hoppe | 428 |
| 2010 | Walter Scholz | 422 | 2010 | Waltraud Diele | 403 |
| 2011 | Horst Diele | 396 | 2011 | Anna Schormann | 394 |
| 2012 | Horst Diele | 425 | 2012 | Anna Schormann | 448 |
| 2013 | Josef Hruschka | 414 | 2013 | Anna Schormann | 404 |
| 2014 | Josef Hruschka | 419 | 2014 | Sigrid Hruschka | 419 |
| 2015 | Reinhard Micke | 357 | 2015 | Gerlinde Scheidemann | 425 |
| 2016 | Adolf Köttig | 414 | 2016 | Sigrid Hruschka | 393 |
| 2017 | Adolf Köttig | 341 | 2017 | Ursula Gliesing | 350 |
| 2018 | Josef Hruschka | 377 | 2018 | Sigrid Hruschka | 363 |
| 2019 | Josef Hruschka | 281 | 2019 | Waltraud Diele | 292 |
| 2020 | Reinhard Micke | 196 | 2020 | Elfriede Micke | 187 |
| 2021 | Willi Rohde | 74 | 2021 | Marianne Ansorg | 114 |

## *Die Kilometerstände insgesamt (sofern 2021 aktiv):*

| Männer | km | Frauen | km |
|---|---|---|---|
| Hruschka, Josef | 8358 | Hruschka, Sigrid | 7644 |
| Micke, Reinhard | 3664 | Tonn, Ursula | 4073 |
| Ploch, Willi | 3365 | Laabs, Christa | 2839 |
| Köttig, Adolf | 2413 | Ploch, Rosi | 2598 |
| Scheidemann, Horst | 2379 | Scheidemann, Gerlinde | 2369 |
| Wenderoth, Helmut | 1800 | Ansorg, Marianne | 2162 |
| Werkmeister, Ralf | 1448 | Micke, Elfriede | 1403 |
| Schmoll, Günther | 1397 | Hartmann, Waltraud | 1392 |

## *Die „Kilometerstände“ für die Wandernadel?*

Unsere Wandernadel erhält, wer folgende Kilometerleistungen bei von unserer Abteilung angebotenen Wanderungen nach dem 1. Januar 1997 erreicht hat:

**500** km - **Silberne** Wandernadel
**1.500** km - **Silberne** Wandernadel mit **Eichenkranz**
**2.500** km - **Goldene** Wandernadel mit **Eichenkranz**

## *Die erreichbaren Wandernadeln*

Mit unserer vereinseigenen Wandernadel, die die Treue zu unserer Gruppe nachweist, wird folgende Person ausgezeichnet:

**Entfällt dieses Jahr**

Am 1. Januar 1997 wurde die eigene Wandernadel eingeführt. Nach jetzt 25 Wanderjahren erwarben 22 Personen diese Nadel in Gold, weitere 19 in Silber mit Eichenkranz und weitere 58 in Silber.

## *Ausblick*

Ich bedanke mich bei Helmut Wenderoth, der die vier jahreszeitlichen Wanderungen als Nichtmitglied des MT plante. Er führte die Seniorengruppe ausschließlich ehrenamtlich.
Leider mussten dieses Jahr die Winter- und die Frühjahrswanderung wieder ausfallen. Die regulären Dienstagwanderungen erfolgten verkürzt vom 22.06.2021 bis 09.11.2021. Infolge der vierten Coronawelle mussten die letzten Wanderungen dieses Jahres ebenfalls entfallen. Da wir als „Senioren“ zu dem besonders gefährdeten Personenkreis gehören und wir auf Fahrgemeinschaften angewiesen sind, müssen wir uns im Rahmen der öffentlichen Vorgaben verhalten.

An dieser Stelle möchte ich auch der Firma B. Braun Melsungen danken, dass sie die Kosten dieses Seniorenheftchens schon seit Jahren trägt. Aufgabe dieses Heftchen soll es sein, mit der jeweiligen Rückschau begehbare Wanderstrecken zu präsentieren. Es soll eine Art Archiv werden für Anregungen zur Planung zukünftiger Wanderstrecken. Es gibt in unserer Gegend noch viel zu entdecken, sodass das Archiv weiter wachsen kann.

Ich habe erfahren, dass Senioren für ein lebenswertes Altern vier Kriterien beachten sollten: Laufen, Lachen, Lernen und sich gesund ernähren.
Es gibt viele Sportarten im Angebot der MT, die für Senioren geeignet sind. Wir wandern und versuchen gleichzeitig unsere nähere Umgebung mittels Internet-Recherchen zu erkunden. Unsere jüngste Vergangenheit, die Verbrechen des Dritten Reiches, sollen dabei angemessen berücksichtigt werden.

Ich wünsche uns allen wieder die erforderliche Gesundheit und Kondition für die zukünftigen Wanderungen.

„Frisch auf!“

Euer Wanderwart

Reinhard Micke