

## **Fit in den Frühling: Weserbergland hält Körper und Geist auf Trab**

wt Sport und Kultur – kaum einer Urlaubsregion gelingt das Zusammenspiel von tollen Ausflugszielen auf der einen Seite und abwechslungsreichen Aktivangeboten auf der anderen so trefflich wie dem Weserbergland. Bestes Beispiel: der Nordic Walking Park Weserbergland, der sich in unmittelbarer Nähe zu Sehenswürdigkeiten wie Schlösser, Burgen und Renaissancebauten befindet und den sein großes Streckennetz auszeichnet. Im Frühling, wenn sich Körper und Geist nach langem Winter auf Bewegung an frischer Luft freuen, treffen sich hier die Sportbegeisterten.

Die Zahlen beeindrucken: Der Nordic Walking Park Weserbergland bietet mehr als 90 Routen und 700 Streckenkilometer. Links und rechts der Weser gibt es in Bad Karlshafen, Bad Münder, Bad Pyrmont, Beverungen, Coppenbrügge, Einbeck, Höxter, Salzhemmendorf und Vlotho sowie im Hochsolling und Uslarer Land 26 Startpunkte, die sowohl Einsteiger als auch Profis auf einheitlich ausgeschilderte Strecken führen. Bevor es in die Mittelgebirgs- und Höhenzüge, in die Mischwälder und Wiesentäler geht, geben Starttafeln genauso über Schwierigkeitsgrad und Höhenprofile wie auch über Aufwärmübungen und Kursangebote Auskunft. Einen hervorragenden Überblick über Routen und Anforderungen bietet auch der Nordic Walking Pocket Guide – ein Begleitheft im Taschenformat, das der Weserbergland Tourismus e.V. herausgeben hat.

Dass das sportliche Angebot immer größer und attraktiver wird – das beweist die Kursstadt Vlotho, die sich dem Nordic Walking Park Weserbergland als elfter Partner angeschlossen hat. Die Eröffnung des Vlothoer Nordic Walking Parks wird am Sonntag, 27. April mit einem großen Event gefeiert. Trainer stellen fünf Routen vor, die

sich perfekt in das Vlothoer Wander- und Kurwegenetz einfügen – etwa in den Naturlehrpfad Bonstapel und den Klang- und Heilpark.

Ein guter Tipp: Wer den Trendsport unter Anleitung ausgebildeter Trainer kennen lernen oder seine Technik verbessern möchte, sollte ein Nordic-Walking-Wochenende in der Ferienregion Uslarer Land buchen. Im Preis von 169 Euro sind zwei Übernachtungen im Landgasthaus, Obstkorb, Begrüßungscocktail, vitaminreiches Frühstück, Mittagsimbiss, Walkingmenüs, eine Theorieeinheit und zwei geführte Nordic-Walking-Touren enthalten. Nordic-Walking-Stöcke und Pulsuhren werden leihweise zur Verfügung gestellt.

Auch Bad Nenndorfs Kurpark, im Stile eines englischen Landschaftsgarten angelegt, und der bis zu 400 Meter hohe Höhenzug Deister bieten viel Freiraum für Bewegung. Die Nordic-Walking-Routen in drei Schwierigkeitsgraden und verschiedene Joggingstrecken mit einigen Steigungen und leichtem Gefälle bieten ideale Voraussetzungen für körperliche Betätigung. Toller Service: Die Kur- und Tourismusgesellschaft Staatsbad Nenndorf hat zur Information den kostenlosen „Kurpark-Fitnessstour“-Flyer veröffentlicht.

Wer sein Wohlbefinden stärken möchte, findet in der Weserlandklinik Bad Seebuch in Vlotho das passende Angebot, das klassische Heilmittel und moderne Therapien in Einklang bringt. Naturmoorbreibad, Krankengymnastik, Massagen, Hallenbad, Sauna – das Wohlfühl-Paket ist prall gefüllt. Sieben Übernachtungen mit Vollpension kosten im Einzelzimmer 755 Euro, im Doppelzimmer gibt's für den zweiten Gast einen Nachlass von 15 Prozent.

Von den schönsten Nordic-Walking-Strecken bis zu den attraktivsten Aktivangeboten – das Team des Weserbergland Tourismus e.V. hat für den gesunden Start in den Frühling eine Menge Informationspakete zusammengestellt, die es auf Anfrage gern weitergibt.

(3569 Zeichen inkl. Leerzeichen)

### **Pressekontakt**

Weserbergland Tourismus e.V.  
Postfach 10 03 39, 31753 Hameln  
Tel.: 05151-930050, Fax: 05151-930033  
E-Mail: [presse@weserbergland-tourismus.de](mailto:presse@weserbergland-tourismus.de)  
Internet: [www.weserbergland-tourismus.de](http://www.weserbergland-tourismus.de)

## **Weserbergland – kurz notiert!**

---

### **Geheimnisvoll und abenteuerlich: ErlebnisWald Schönhagen**

Duftgarten und Waldlabor, Erdhöhle und Klimaturm – wer Pflanzen und Tiere auf eine unnachahmliche Art kennen lernen möchte, ist im ErlebnisWald Schönhagen im Solling bestens aufgehoben. Die Saison startet am Sonntag, 27. April, 11 bis 17 Uhr mit einem großen Programm, bei dem es auf dem Zwölf-Hektar-Gelände für kleine und große Waldforscher viel Interessantes zu entdecken gibt: Wissenschaftliches und Märchenhaftes, Geheimnisvolles und Abenteuerliches. Beeindruckend: Niedersachsens erstes Baumhaushotel. Weitere Informationen: Touristik-Information Ferienregion Uslarer Land, Telefon 05571-92240.

*(656 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Kultur im Kloster: Bullemänner in gefährlicher Mission**

Die Bullemänner sind wieder da: In der Reihe „Kultur im Kloster“ kehren sie am Samstag, 17. Mai, um 20 Uhr auf die Bühne im Klosterraum Lügde zurück. Der Name ihres Stücks: „Sekurhity“ – was nach westfälischer Mundart „Sicherheit“ bedeutet. Dieses Mal haben sich die Bullemänner als Schutzengel casten lassen. Kein leichter Job, denn überall lauert Gefahr: ob beim Mumien-Schubsen auf der Ü-30-Party oder bei der Ayurveda-Kur im ehemaligen Schuh-Discount. Gute Unterhaltung ist garantiert! Ticketpreis: 16 Euro. Weitere Informationen: Kulturbüro OWL, Telefon 05252-9332404.

*(627 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Doktor-Eisenbart-Spiele bringen Publikum zum Lachen**

Tolles Theater vor der imposanten Kulisse des Hann. Mündener Weserrenaissance-Rathauses: Seit mehr als 50 Jahren zeigen die Doktor-Eisenbart-Spiele an fast jedem Sommersonntag auf humorvolle Art Szenen aus dem Leben des legendären Wanderarztes, der 1727 in der Drei-Flüsse-Stadt gestorben ist. Dabei sorgen die ungewöhnlichen Behandlungsmethoden von Doktor Eisenbart für viel Heiterkeit und Erstaunen beim Publikum. Die erste Aufführung findet am 11. Mai statt, die letzte am 17. August. Weitere Informationen: Touristik Naturpark Münden e.V., Telefon 05541-75313.

*(615 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

## Weserbergland – kurz notiert!

---

### **Schöne Landpartie, tolle Ideen, beeindruckender Kurpark**

Von der Pferdeshow über Dog Dancing bis zur Falknervorführung – das Rahmenprogramm der „Landpartie – Das Festival der schönen Dinge“ in Bad Pyrmont kann sich sehen lassen. Vom 1. bis 4. Mai präsentieren sich mehr als hundert Aussteller mit genauso hübschen wie auch nützlichen Ideen für Haus und Garten, für Kultur und Lebensart. So beeindruckend wie die Landpartie ist auch ihr Veranstaltungsort: der Bad Pyrmont Kurpark mit seinen Kaiserlinden, Großpalmen und Schmuckbeeten. Weitere Informationen: Nds. Staatsbad Pyrmont, Telefon 05281-151543.

*(602 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Keine Lüge: Münchhausen-Spiel glänzt mit lustigen Anekdoten**

Bodenwerder, Geburtsort und Wohnsitz des Lügenbarons Karl Friedrich Hieronymus von Münchhausen, steht vom 4. Mai an ganz im Zeichen seines berühmtesten Sohnes. Bis Oktober begeistert an jedem ersten Sonntag im Monat das Münchhausen-Spiel die Zuschauer. Das kostümreiche Stück erzählt vor dem Geburtshaus des Lügenbarons seine lustigsten Anekdoten und unglaublichsten Reiseerlebnisse. Vor der Aufführung spielen die Münchhausen-Musikanten auf. Weitere Informationen: Stadt Bodenwerder, Telefon 05533-40541.

*(564 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Buntes Markttreiben: Auf zum Burgfest nach Vlotho**

Auf eine spannende Zeitreise in die Vergangenheit begeben sich die Besucher des Burgfests Vlotho am 17./18. Mai. Das bunte Markttreiben vor historischer Kulisse hat eine Menge zu bieten – etwa ausgewählte Köstlichkeiten wie leckeren Honigwein, der den Rittern besonders gut mundete. Und bemerkenswerte Verkaufsstände, die Kerzen, Gewürze oder Geschmeide im Angebot haben. Die Burg Vlotho steht hundert Meter über dem Pegel der Weser und zeigt, wie die Menschen im Mittelalter lebten. Weitere Informationen: Vlotho Marketing GmbH, Telefon 05733-881188.

*(600 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

## Weserbergland – Pauschal

---

### **Weserlandklinik verspricht gesunden Start in den Frühling**

Wer den Frühling fit und vital erleben möchte, ist in Vlotho in der Weserlandklinik Bad Seebruch genau richtig. Das Rehabilitationsangebot des Bads mit 250-jähriger Tradition bringt klassische Heilmittel und moderne Therapien in Einklang. Auf dem Programm steht eine ärztliche Untersuchung, nach der verschiedene Therapien mit einem Naturmoorbreibad bei 43 Grad Celsius, Krankengymnastik und Massagen durchgeführt werden. Das Reisepaket beinhaltet sieben Übernachtungen, Vollpension, Hallenbad- und Saunanutzung sowie Kreativ- und Gesundheitsprogramm. Das Angebot kostet im Einzelzimmer 755 Euro, bei Doppelzimmerbelegung erhält die zweite Person einen Nachlass von 15 Prozent. Weitere Informationen: Vlotho Marketing GmbH, Telefon 05733-881188.

*(802 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Zu Fuß durch Rintelns Altstadt, mit dem Rad zu Klöstern**

Bedeutende Stätten des christlichen Glaubens stehen im Mittelpunkt eines erholsamen Wochenendes in Rinteln im Wesertal. Die Erlebnistage vom 20. bis 22. Juni haben viel Unterhaltsames auf dem Programm: zum einen eine Führung durch die historische Altstadt sowie das Irish Folk-Festival im Innenhof des Klosters Möllenbeck; zum anderen die Radtour „Kirchen & Klöster“, die über 54 Kilometer von Rinteln nach Hessisch Oldendorf, Fischbeck, Lachem und wieder zurück führt. Das Programm und zwei Übernachtungen samt Frühstück gibt's ab 77 Euro pro Person. Weitere Informationen: Tourist-Information Rinteln, Telefon 05751-403980.

*(680 Zeichen inkl. Leerzeichen)*

### **Sportlicher Kurzaufenthalt bringt Körper in Schwung**

„Gesund und Aktiv“ geht's bei einem sportlichen Kurzaufenthalt in Bad Nenndorf zu. Im Anschluss an einen Herz- und Kreislauf-Belastungstest erhält der Gast einen Trainingsplan, dem zwei Fitness-Einheiten folgen. Die Landgrafen-Therme lädt zum Relaxen ein. Das Arrangement gibt's ab 109 Euro. Weitere Informationen: Tourist-Information Bad Nenndorf, Telefon 05723-748560.

*(421 Zeichen inkl. Leerzeichen)*