

Die „Männer 50 +“ waren wieder in Hinsbeck

Fit sind wir immer noch, die Mitglieder der Breitensportgruppe „Männer 50 +“. Das stellten wir einmal mehr bei unserem gemeinsamen Wochenendausflug unter Beweis.

Nachdem im vergangenen Jahr eine Plattbootfahrt auf dem holländischen Wattenmeer stattgefunden hatte, stand diesmal wieder eine Fahrradtour zum Jugendferiendorf Hinsbeck auf dem Programm. Freitagnachmittag ging es in Millingen los. Eine Wegstrecke von immerhin mehr als 40 Kilometern galt es zu bewältigen. Da war es kein Wunder, dass der eine oder andere es vorzog, aus zeitlichen Gründen mit dem PKW anzureisen.

Unsere Übungsleiterin Doris Michels war auch mit von der Partie und hatte jede Menge Überraschungen für uns parat.

1. Tag - Ankunft

Nach und nach trudelten die Autofahrer ein und die Radfahrer waren auch schneller da als erwartet.

Die Schlafzimmer wurden belegt und es wurde dabei streng darauf geachtet, dass Lautschläfer in eigenen Zimmern untergebracht wurden.

Abends wurde gegrillt, es schmeckte gut. Die Getränke schmeckten auch gut. Das Wetter war leider nicht so gut und wir zogen es vor, den weiteren Abend und den frühen Morgen im eigens für uns reservierten Seminarraum zu verbringen. Weit nach Mitternacht hatte sich aber auch der Letzte müde getrunken und ging „nach Bett“. Die Lautschläfer schnarchten noch mehr als sonst, aber keinen störte es.

2. Tag - Nordic-Walken und mehr

Nach einem ausgiebigen Frühstück wurde rein zufällig bemerkt, dass der Seminarraum entgegen der Absprache nicht verschlossen war und dass der Zimmerschlüssel fehlte. Es begann eine ausgiebige Suche nach dem Schlüssel, der sich schließlich neben dem Bett eines Sportkameraden wiederfand, der sich vorher auch an der Suche beteiligt und wohl ganz vergessen hatte, dass er den Schlüssel irgendwann morgens abgezogen hatte.



Schließlich bat Doris Michels zum Nordic-Walken, damit die beim Frühstück aufgenommenen Kalorien wieder verbraucht werden und wir Appetit auf das Mittagessen haben. Mehr als zwei Stunden gingen wir an Stöcken durch die schöne niederrheinische Hinsbecker Landschaft und machten dabei sogar fröhliche Gesichter. Wir wussten manchmal gar nicht mehr so genau, wo wir gerade waren. Den Weg zurück zum Jugenddorf fanden wir aber ohne Probleme. Der wiedereinsetzende Hunger war ein guter Kompass. Vor dem Mittagessen wurde aber auf Geheiß und unter der Anleitung von Doris noch ein wenig Gymnastik gemacht.

Nach dem Mittagessen ruhten wir uns ein bisschen aus, bevor wir einen Spaziergang nach Hinsbeck machten. Hier hatte sogar eine Eisdielenöffnung geöffnet und der eine oder andere konnte dieser Verlockung nicht widerstehen.

Abends gab es dann endlich wieder was zu Essen und das war deutlich besser als das Wetter. Zwischendurch hatte es sogar ein bisschen geregnet. Anschließend ging es dann ins Schwimmbad und Doris Michels zeigte uns, dass man auch im Wasser walken kann.

Auch die diversen Übungen mit der Schwimmnudel sorgten für wahre Begeisterungstürme - bei den vielen Kindern, die uns von draußen beobachteten.

Danach trafen wir uns noch in unserem Seminarraum. Fast alle Probleme dieser Welt wurden erörtert, während eine Gruppe, wie schon am Vorabend, Skat spielte.

Schon kurz nach Mitternacht lagen wir dann alle satt und zufrieden in den Betten. Walken mit oder ohne Wasser und andere Sportarten machen schließlich richtig müde. Ach ja, der Seminarraum wurde diesmal abgeschlossen und der Schlüssel musste am nächsten Morgen auch nicht gesucht werden.

3. Tag - Abreise

Aber noch war es nicht soweit. Zuerst gab es wieder ein reichhaltiges Frühstück mit allem, was das Herz bzw. der Magen begehrt: Brötchen und Brot, gekochte Eier, Käse, Aufschnitt, Honig, Marmelade und viele andere deftige und süße Köstlichkeiten, und manch einer spürte schon bald in sich wieder den Cholesterinspiegel steigen.

Noch schnell die Zimmer und den Seminarraum aufgeräumt und die Taschen gepackt, mittaggegessen und dann ging es zurück nach Millingen.

Die Radfahrer wünschten den Autofahrern eine gute Fahrt. Das gleiche wünschten die Autofahrer den Radfahrern, die großes Glück hatten, weil es an diesem Tag nicht mehr regnete.

Fazit:

Es war wieder ein sehr gelungenes Wochenende. Wir haben uns in Hinsbeck sehr wohl gefühlt und waren besonders angetan von der hervorragenden Küche und dem überaus freundlichem Personal, das sich wirklich alle Mühe gegeben hat, uns zufrieden zu stellen.

Und es war ausgesprochen preiswert. Pro Person haben wir für zwei Übernachtungen mit Vollpension nur knapp 62,50 € bezahlt.

Im nächsten Jahr steht dann für ein Wochenende Plattbootfahren im holländischen Wattenmeer auf dem Programm. Das ist dann zwar teurer, es macht aber mindestens genauso viel Spaß.

Unter www.sv-millingen.de, Abteilung Breitensport, finden Sie übrigens in der Galerie Bilder von den Ausflügen unserer Männersportgruppe.

Ulrich Glanz