

## Presseinformation

30. Oktober 2021

### Zehn Jahre „Tut gut!“-Schrittwegen in Niederösterreich

**LR Eichinger: „Auf insgesamt 245 ‚Tut gut!‘-Schrittwegen steht ein Streckennetz von 900 Kilometern kostenfrei für die tägliche Gesundheitsförderung zur Verfügung“**

Seit 2011 gibt es die in den Gemeinden verankerten „Tut gut!“-Schrittwegen. Diese sollen die Niederösterreicher zu regelmäßiger Alltagsbewegung – quasi ums Eck – motivieren. Landesrat Martin Eichinger gratulierte zum zehnjährigen Jubiläum und freut sich über das attraktive Infrastrukturangebot: „Die Gesamtlänge aller Wege beträgt 1,3 Millionen Schritte, das entspricht in etwa der Strecke St. Pölten – Hamburg. Dies ist beachtlich und zeigt den Erfolg des Bewegungsprogramms“.

„Mit unseren Schrittwegen kann die lokale Bevölkerung niederschwellig und ohne großen Aufwand etwas für die eigene Gesundheit tun und damit das tägliche Schritte-Konto erhöhen“, so die Geschäftsführerin der „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge, Alexandra Pernsteiner-Kappl.

Entlang der „Tut gut!“-Schrittwegen findet man neben Kinderspielplätzen oftmals auch viele nachhaltige Gesundheitsförderungsprojekte: Von Beerenmeilen, Insektenhotels, Barfußparcours, offenen Bücherschränken über Trinkbrunnen und Motorikparks bis hin zu besonders idyllischen Rastplätzen. In vielen Gemeinden wird das „Tut gut!“-Angebot zudem für regelmäßige Walking-Treffs oder Laufgruppen genutzt.

Die „Tut gut!“-Schrittwegen bieten eine maßgeschneiderte Möglichkeit, die Bewegungsempfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) – 10.000 Schritte pro Tag – zu erreichen.

Weitere Informationen: [www.noetutgut.at/schrittweg](http://www.noetutgut.at/schrittweg), Mag. Thomas Klemm, BA, Leiter Bereich Kommunikation „Tut gut!“, Tel: 0676/8587234200, E-Mail: [Thomas.Klemm@noetutgut.at](mailto:Thomas.Klemm@noetutgut.at)