

## Presseinformation

19. März 2024

### Energietankstelle „Tut gut!“-Wanderwege

#### LR Schleritzko: Auf 84 ‚Tut gut!‘-Wanderwegen mit mehr als 1.750 Kilometern Streckenlänge in den Frühling starten

Die wärmeren Frühlingstemperaturen lassen derzeit nicht nur die Pflanzenwelt erwachen, sondern wecken auch die Lust auf Bewegung in der Natur. Was die mittlerweile 84 „Tut gut!“-Wanderwege von herkömmlichen Wanderwegen unterscheidet, erklärt Landesrat Ludwig Schleritzko: „Unsere ‚Tut gut!‘-Wanderwege mit einem Streckennetz von mehr als 1.750 Kilometern Streckenlänge und 259 unterschiedlichen Routen sind besonders familienfreundlich gestaltet. Sie bieten mit unterschiedlichen Routenführungen und Schwierigkeitsgraden allen Wandernden das Richtige. Besonders familienfreundliche Routen erkennt man durch das ‚Fito Fit‘-Siegel. Dieses weist auf eine einfache, kinderwagentaugliche Streckenführung mit Spielplatz und einen Wanderwirt entlang der Route hin.“

Dank einer Kooperation mit „komoot“ – dem Marktführer bei Outdoor-Navigation – sind seit heuer alle 84 „Tut gut!“-Wanderwege auch digital in der bekannten Wander-App verfügbar. Damit sind Routenplanung und Navigation noch einfacher.

Die Wanderwege punkten aber nicht nur in Sachen Bewegung, sondern sind für die ganze Familie attraktiv. Im Zuge einer von „Tut gut!“ durchgeführten Umfrage gaben 48 Prozent der befragten Personen an, die „Tut gut!“-Wanderwege gemeinsam mit der Familie zu nutzen. Und das Angebot in Niederösterreich kann sich sehen lassen: „Mehr als ein Drittel aller ‚Tut gut!‘-Wanderweg-Routen sind kinderwagentauglich, fast 90 Prozent haben mit einem ‚Wanderwirtin‘ eine Verpflegungsmöglichkeit direkt an der Strecke und mehr als die Hälfte der Wege kann sogar mit einem Spielplatz punkten“, ist „Tut gut!“-Geschäftsführerin Alexandra Pernsteiner-Kappl stolz auf das vorhandene Infrastrukturangebot in den Gemeinden.

Regelmäßige Bewegung – wie beispielsweise das Wandern – stärkt das Herz-Kreislauf-System und beugt zahlreichen Krankheiten vor. Es ist somit ein gutes Mittel, um Vorsorge für die eigene Gesundheit zu betreiben und unterstützt in weiterer Folge dabei, länger gesund zu leben. Ganz besonders wirkt die Bewegung auf den „Tut gut!“-Wanderwegen, weil durch den Naturaspekt auch die

## Presseinformation

mentale Gesundheit angesprochen wird. Wandern ermöglicht vom lockeren Spazierengehen über das Langstreckenwandern bis zum Bergwandern eine gute Auswahl an Belastungsstufen, die auch unterschiedlich gut trainierten Menschen die Möglichkeit zur aktiven Erholung und körperlich-geistigen Harmonisierung bieten.

Nähere Informationen bei „Tut gut!“ unter 0676/8587034200, Mag. Thomas Klemm, und E-Mail [thomas.klemm@noetutgut.at](mailto:thomas.klemm@noetutgut.at) sowie [www.noetutgut.at](http://www.noetutgut.at), „Tut gut!“-[Wanderwege - noetutgut](http://www.komoot.com/de-de/user/tutgut) oder [www.komoot.com/de-de/user/tutgut](http://www.komoot.com/de-de/user/tutgut)