



Endlich Frühling! Nach Monaten im warmen Wohnzimmer und auf dem Sofa treibt das schöne Wetter Jung und Alt hinaus ins Freie. Die Laufstrecken werden wieder belebt und Radwege sind voll wie nie. Doch mit dem erwachenden Bewegungsdrang steigt auch die Gefahr für Sportverletzungen. Vom kleinen Muskelkater bis zur ernstesten Bänderdehnung – viele unterschätzen, wie sehr der Körper die winterliche Pause gespürt hat. Also liebe Leute, hört auf euren Körper und geht es langsam an.

Strahlender Sonnenschein, frische Bergluft und bestens präparierte Pisten – ideale Bedingungen begleiteten den diesjährigen Skiausflug der Gemeinde Perwang in das Skigebiet Saalbach- Hinterglemm. Früh am Morgen machte sich eine gut gelaunte Gruppe auf den Weg ins Skigebiet, wo nach der Ankunft sofort die ersten Abfahrten gewagt wurden. Zur Mittagszeit – und auch bereits davor immer wieder – traf man sich gemütlich in einer Skihütte, wie dem „Goaßstall“, um sich gemeinsam zu stärken und den Elektrolythaushalt wieder aufzufüllen. Nach ein oder Apres Ski Erlebnissen am Nachmittag kehrten alle am Abend wohlbehalten und zufrieden nach Perwang zurück. Der Ausflug bot eine gelungene Mischung aus sportlicher Aktivität und Gemeinschaftserlebnis und soll auch im nächsten Jahr wieder stattfinden.



Termine

*Training:
Treffpunkt
Gemeinde Perwang*

*Dienstag 18:30
Erwachsene*

Mit Unterstützung von



Zu finden sind wir unter
www.team-grabensee.at



Fotoquelle: Team Grabensee