

Redetext:

Ich begrüße Sie – ganz passend hier am Fuße der Daruper Alpen – mit drei Liedzeilen in österreichischer Mundart, die ich – nordish by nature – gar nicht sprechen kann.

Aber ich gebe mir hier ... für Sie ... die Blöße. Auch weil ich das Lied und die Botschaft so mag.

„Kumm, reiß di zam, steh wieder auf  
Gib da an Ruck und setz an Fuaß vorn andern  
Nur die, die wandern finden wieder z'ruck“

Sehr geehrte Damen und Herren,  
lieber Vorstand der Baumberger Wanderfreunde,  
liebe anwesende Vereinsmitglieder!

Heute lassen wir Ihrem Verein die verdiente Anerkennung zukommen. Denn wir verleihen den Heimatpreis der Gemeinde Nottuln an die Baumberger Wanderfreunde e.V. – einem wahren Brückenbauer zwischen Tradition und Innovation.

Vor drei Wochen feierten Sie kräftig Ihr 44. Vereinsjubiläum. Das 40. fiel in die Corona Zeit und fiel ... aus.

Nun, auf die deutsche Volksbewegung des Gehens hatte Corona unbeabsichtigt eine besonders positive Wirkung.

Wir wollen Sie, liebe Preisträgerinnen, liebe Preisträger, hingegen nicht mit Spaziergängern gleichsetzen, denn:

1.) Wandern ist kein Spaziergang.

Es gibt tatsächlich eine sehr aktuelle eindeutige Definition dieser Traditions-Fortbewegungsform.

Zitat: „*Wenn die Gehzeit mehr als eine Stunde beträgt, sprechen wir vom Wandern.*“

Da in Ihrem Verein bereits die Halbtageswanderungen stets 3 h betragen, sind wir hier definitiv auf der sicheren Seite. Charakteristisch für Wandernde sind darüber hinaus: eine entsprechende Planung sowie eine angepasste Ausrüstung. Alle anderen Menschen sind Spaziergänger.

Lassen Sie mich meine Lobesrede nach dem ersten Zitat auch im Weiteren mit Zitaten gliedern. Da ich sie alle geklaut habe, verzichte ich auf die Nennung der Urheberschaft.

2.) „Wenn Du schnell gehen willst, dann gehe alleine.

Wenn Du weit gehen willst, dann geh gemeinsam mit anderen.“

Dieser Verein ist eine Einladung an alle, sich auf den Weg zu machen und Teil einer lebendigen Gemeinschaft von Gleichgesinnten UND Individualisten zu werden. Wandern verbindet Menschen. Das war schon immer so. Und dafür stehen Sie, liebe Wanderfreunde!

In jedem Schritt über Wiesen und durch Wälder begegnen sich durch Ihr Tun Menschen, und egal, woher er oder sie kommt, ein richtiger Platz in einer Atmosphäre des Miteinanders ist sicher. Ob beim gemeinsamen Gespräch oder in stiller Einkehr – hier darf man GEMEINSAM für SICH sein. Jede und jeder entscheidet selbst, ob ein Gespräch sein darf. Meistens darf es.

Gäste wandern mehrmals kostenfrei mit, werden dann fast immer feste Mitglieder. Alleinstehende stoßen über Mund-zu-Mund-Propaganda zu den Wanderfreunden, um dann .... aus dem Verein heraus neue (!) Gruppen, Stammtische zu gründen.

Das (!) sind die guten Geschichten unserer Zeit.

Das (!) sind zeitgemäße tools gegen die Vereinsamung in unserer modernen Welt.

Gemeinschaft und Geselligkeit sind feste Anker dieses Vereines, für alle Leistungsstufen und auch die sehr Betagten gibt es eigene Highlights bei den Wanderungen, und auch die nicht mehr aktiv Wandernden sind aktiv im Vereinsleben. Legendär sind Ihre jährlichen Nikolausfeiern, zu denen freudig die Enkelkinder kommen.

Wenn Enkel sogar aus Hamburg kommen. Ja, für diese Nikolausfeier.

Ein Mitglied Ihres Vereines drückt sein Mögen für den Verein so aus:

*„Wir sind ohne Standesdünkel, uns eint, dass wir die Bewegung in der Natur lieben.“*

Die Heiterkeit kommt bei Ihnen nie zu kurz. Ihre Wadenphotos könnten Preise gewinnen. Wohl eher die portraitierten Waden als die typischen Pausenphotos mit mampfenden Mündern.

Doch! Kalorienzufuhr ist wichtig!

Denn

3.) „Gehen ist die beste Medizin“, sagt Hippokrates.

Den muss ich jetzt nennen, weil er für den Gehalt meines von ihm geklauten Zitates bürgt.

Das uns allen bekannte Fitnessmagazin Fit for Fun kommt in einer Studie zu einem erstaunlichen Ergebnis, als es Wandern und Joggen miteinander vergleichen lässt. Der Energieumsatz bzw das für den Körper notwendig an Nahrungsenergie zu Mampfende ist bei einem 75 minütigem strammem Joggen genau so hoch wie.... Naaaa, was glauben Sie (?), ...nach 2-stündigem Wandern. Wandern bietet immens viele kardiovaskuläre Vorteile und das eher unebene Gelände stärkt die Bein- und Bauchmuskulatur, was wiederum Gleichgewicht, Stabilität und Körperhaltung verbessert.

Wie gesund sind Sie denn bitte unterwegs?!?

Kommen wir zum Dünger.

4.) „Wandern ist Dünger für´s Gehirn.“

Beim Wandern steigt der Endorphin-Pegel. Kaum eine Aktivität schafft es, ERHOLUNG und Sport derartig miteinander zu verbinden.

80 Prozent der Probanden unserer bereits erwähnten Studie fühlen sich nach Wandertouren zufriedener,

70 Prozent sind weniger angespannt und bei

60% steigt das Selbstwertgefühl.

Leute? Wandern! (Und das bei einem Mitgliedsbeitrag von 1,25€ im Monat.)

Liebe Wanderfreunde, ihr bereitet den Boden, damit Eure Mitmenschen nicht nur ihre körperliche, sondern auch ihre seelische Gesundheit fördern können.

Denn Wandern ist Entschleunigung vom Alltag, Wandern ist Achtsamkeit. Die Stille der Natur lädt zur Kontemplation ein und ermöglicht es, in unserer Temporeichen schnelllebigen Zeit dem eigenen Selbst zu begegnen.

Oder wie ein Vorstandsmitglied betont:

*„Gibt es Besseres, als sonntags um 9 Uhr zu einer Wanderung zu starten und mit gestärktem Körper, Sauerstoff gefüllt und seelisch erfüllt nach 3 h wieder daheim zu sein und seinen zweiten Teil des Sonntags zu genießen?“*

5.) „Man muss nicht das Land verlassen, um neue Welten zu entdecken.“

Vorweg genommen sei dies:

Sogar Ur-Nottulner lernen durch Ihre Wanderungen immer wieder viele neue Wege kennen!

Aber: Nottuln ist nicht der Nabel der Welt. Man kann überall wandern. Und die Baumberger Wanderfreunde wandern überall in unserer Region. Ihr Wandern überwindet Grenzen und ist dadurch identitätsfördernd für unsere Kultur- und Lebenslandschaft. Ihre versiert vorbereiteten Touren führen in die Haardt, in den Teuto, ins Bergische Land und Sauerland, auf den Schmuggelpfad in die Niederlande hinein (und zurück), nach Haltern, Dülmen, Borken, Bocholt, sogar in der Stadt Münster wandern Sie.

Immer wieder gibt es Wissenswertes.

Immer wieder gibt es Heimatkunde.

Immer wieder Historisches. Denn Wissende und Kennende tummeln sich unter Ihnen.

Sie haben es sich bereits gedacht:

6.) „Viel Wandern macht bewandert.“

Ihre Touren sind ganz en passant Bildungsreisen, eine leidenschaftliche Entdeckungstour unserer Heimat und ihrer Schönheiten.

Dabei erobern Sie Ihre Umgebung mit gummierten Schuhsohlen, nicht mit gummierten Autoreifen.

So fungieren Sie gleichsam als Vorbilder für den sog. Sanften, nämlich den nachhaltigen Tourismus – der Respekt vor der Natur zeigt und sie nicht zusätzlich belastet.

7.) „In der Einfachheit und Stille der Natur findet der Mensch die Lebenskraft.“

In einer Zeit, in der die Natur so häufig aus unserem Alltag verdrängt wird, ist für alle unter uns klar: Bei keiner Sportart kommen wir der Natur so nahe wie beim Wandern. Und dazu gehört auch, dass der Schmetterlingsexperte, Ex Bio Lehrer sind doch wirklich praktisch, eines Tages kopulierende Schmetterlingslarven mitbrachte, die dann während der Wanderung ... schlüpften. So wurde es kolportiert. Mein Bildungshunger ließ mich dann das Erklär-Video „Schmetterlingshochzeit“ von der Sendung mit der Maus schauen. Kann ich nur empfehlen. Oder aber Sie wandern mit, dann finden Sie das mit den Larven selbst heraus.

Unabhängig vom Wetter steht der Verein seinen Mitgliedern zur Seite; egal ob Sonne oder Regen – gemeinsam werden über das Jahr verteilt für insgesamt mehrere hundert Wandernde neue Wege beschritten. Bei traumhaften Wetterprognosen nehmen schon mal 40 Schönwetter-Aktivistinnen teil, bei münsterländischem Landregen stehen 3-4 an dem Treffpunkt und... es wird gewandert!  
(Und ein allen bekanntes aktives Mitglied darf bei durchwachsenem Wetter ihren Regenschutz nicht mehr ausziehen, weil dann garantiert der Regen zurückkommt.)

Wer nun glaubt, hier wird einfach drauflos gelaufen, der irrt. Um unangenehme Überraschungen zu vermeiden, müssen Wanderungen gut organisiert sein. Sonst schlägt nach ein paar Kilometern Lust in Frust um. Natürlich kommt es auch zu Begebenheiten, die, sagen wir, derart dreckig sind, dass nach einem *MMM*, einem *MorastModderMarsch*, ein Kinderwagen dereinst in die professionelle Fahrzeugwaschanlage musste.

Nicht dass man nicht auch mal vom Weg abkam, wenn ein Wanderführer kurzfristig einspringen muss. Das passiert ja heute mit komoot und so nicht mehr mehr.

Auch in einem *Moor* bei *Meppen* sahen Sie dereinst aus wie die *Mohre*, das darf ich aber heute nicht mehr sagen, aber ich darf sagen, dass die weißen Hotelhandtücher, sollte es sie noch geben, bis heute Ihre moorigen Spuren tragen.

*8.) „Ehrenamt ist Arbeit, die unbezahlt ist und unbezahlbar ist.“*

Einen habe ich noch:

*9.) „Ehrenamtler haben auch nicht mehr Zeit als andere. Aber mehr Herz.“*

Ich komme zum Ende. Natur. Körper. Geist. Seele. Gemeinschaft. Heimat. Oder mit Bürgermeisters Worten: Natur. Kultur. Genuss. Das wird mir grad beim Sprechen bewusst. Wo war ich?

Das alles ist nicht möglich ohne das unermüdliche Engagement vieler Ehrenamtlicher im Verein. Hans Brinkmann, Heinz Terstegge und Winfried Thiemann seien hier namentlich besonders hervorgehoben. Die Wanderwarte erkunden sorgfältig die Wege und tragen Verantwortung für all ihre Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

In Zeiten v o r Komoot wurden die Strecken live abgefahren und papierene Karten studiert, heute werden die Strecken vorher abgeradelt, abgewandert und die virtuelle Kartenwelt am Laptop und Handy helfen. Innovation tut dem Wandern gut. Und das leben Sie! Und zwar ohne Fördergelder, nur über Ihre wahrlich kleinen Mitgliederbeiträge.

Sie denken stets an alles. Bei Tageswanderungen ist die Einkehr vorab reserviert und beim Eintreffen kommen die ersehnten Getränke und kurz darauf die beim Wandern bestellten Speisen an den Tisch.

Dieses ehrenamtliche Engagement sichert nicht nur die Qualität Ihrer über 40 Veranstaltungen pro Jahr, sondern zeigt auch das Herzstück des Vereins: das Gefühl von Gemeinschaft. Nicht ohne Grund heißt Ihr Motto. *„Wir sind eine bewegte Gemeinschaft – wandern Sie mit!“*

Und wer lieber sitzen als wandern mag, der findet seit 25 Jahren die Ruhebänke des Vereins überall im Ortsgebiet. Sicherlich haben Sie bereits mehrfach gesehen. Jährlich werden sie gepflegt, instand gesetzt oder erneuert. Alles auf Vereinskosten.

Jetzt darf ich mich wieder setzen.

Ich gratuliere den Baumberger Wanderfreunden und seinen über 200 Mitgliedern herzlich zum diesjährigen Heimatpreis!

Mögen Sie weiterhin viele Menschen dazu inspirieren, die Schönheit unserer Heimat zu entdecken und aktiv am gemeinschaftlichen Leben teilzuhaben. Ich wünsche Ihnen viele weitere Jahre voller Bewegung und Begegnung und unvergesslicher Erlebnisse, die in Ihrer geschützten Gruppe bleiben. Denn was beim Wandern gesprochen wird, bleibt unter den Wandernden.

*10.) Ich bin dann mal weg.*