

**Alexander Bordell – Ihr Fachberater in allen Lebenslagen**



## **Nordic Walking - Altes Fett am Stiel**

Wer dieser Tage die Wälder und Parks des Landes aufsucht, sollte auf das Geräusch von Skistöcken auf Kies achten. Sonst könnte der lauschige Spaziergang mit Freundin und/oder Hund ein blutiges Ende nehmen. Denn die Nordic Walker sind unterwegs und die verstehen überhaupt keinen Spaß.

Nordic Walking, das ist eine neue Trendsportart, die wie ein Hurrikan über die deutsche Bevölkerung zwischen 40 und 120 gekommen ist. Besonders Frauen in dieser Alterklasse fahren voll auf den Sport mit den Skistöcken ab und finden sich zu riesigen Gruppen zusammen, die, ganz nach dem Motto "Gemeinsam sind wir stark!" Wald und Wiesen unsicher machen.

### **Was ist Nordic Walking?**

Das ist eine verdammt gute Frage! Und die Antwort folgt sofort: Für Nordic Walking wird nichts weiter benötigt als ein Satz ausgemusterte Skistöcke, ein paar gute Turnschuhe, eine üble Figur und eine C&A-Windjacke, die flott um die viel zu breite Hüfte getragen wird. Nordic Walker mit professionellem Anspruch ergänzen dieses Outfit noch durch enganliegende Sport-Leggings der Kategorie Cellulite-Extra-View sowie eine Skifahrer-Brille in grellen Farben, gegen die Fliegen. Diese ist, nach Ansicht vieler Nordic Walker, Pflicht. Die unglaublichen Geschwindigkeiten, die beim Nordic Walking erreicht werden geben dem flugfähigen Insekt nämlich kaum eine Chance, dem sicheren Tod zu entrinnen. KLATSCH - Gut, wenn eine Brille das Auge vor schlimmeren bewahrt.

Bei den Nordic Walkern handelt es sich meist um alte und nicht minder unattraktive Frauen, die sich zu großen Gruppen zusammenrotten, angeführt von einer normalerweise etwas jüngeren Fitnessstudio-Tante, die es sich offensichtlich zum Ziel gemacht hat, Kacke zu vergolden. Männer trifft man selten an und wenn, tragen sie zu Recht die Namen Martin, Detlev oder einfach Der semischwule alte Pornobalken-Puffgänger, der mitwalkt, um fiese alte Chicksen klar zu machen"

### **Was ist der Sinn von Nordic Walking?**

...ist eine Frage, die sich der unbedarfte Beobachter wieder und wieder stellen wird. Zyn.de wäre nicht Zyn.de, wenn es nicht über eine kompetente Forschungsabteilung verfügen würde, die dem Phänomen Nordic Walking unter Einsatz ihrer Gesundheit und ihres Lebens auf den Grund geht.

Sicher versteckt in einer alten, hohlen Buche konnten bereits beängstigende Beobachtungen gemacht werden: Die Nordic Walker rotten sich gerne an irgendwelchen Treffpunkten im Wald zusammen, um das gemeinsame Walking mit einigen Dehnübungen einzuleiten. Die Dehnübungen dienen dazu, den osteoporosezerfressenen Körper auf die kommenden Anstrengungen vorzubereiten.

Es ist kein schöner Anblick, wenn 15 bis 30 überreife Birnenärsche in den Spagat gehen. Alles, was nun folgt, ist Spekulation und beruht auf dem Gestammel der temporär erblindeten und wahnsinnig gewordenen Zyn-Forschungsabteilung.

Nach dem gemeinsamen Stretchen (ein Glück, dass Leggings dehnbar sind), kreuzt die Gruppe die Skistöcke, schwört sich mit satanischen Sprüchen aufeinander ein und stellt sich in Reih- und Glied auf, um sich auf den Weg durch den Wald zu machen.

### **Die Bedrohung ist allgegenwärtig**

Nordic Walker sind militant und gefährlich! Sie betrachten sich als einzige Waldbewohner und überrennen alles, was sich in ihrem Weg befindet. Vom Eichhörnchen über Wildschweine, Spaziergänger, Hunde, Radfahrer, Förster und Jogger, sie alle haben kaum eine Chance gegen die wandelnden Fleischmasse.

Selbst die schnellen Rehe sind unfähig zur Bewegung, wenn sich eine Horde aus lauthals quasselnden Problemzonen rumpelnd (der Schritt) und klackend (die Skistöcke auf Asphalt/Kies) auf sie zu bewegt. Das Reh ist völlig perplex, sein plattgewalzter Kadaver kann als moderne Form der Öko-Straßenmalerei auf blutrot gefärbtem Kies bewundert werden.

### **Wie kann man sich vor Nordic Walkern schützen?**

Effektive Schutzmaßnahmen sind rar gesät. Brutalos werden jetzt auf die vorzüglichen Schutzeigenschaften einer Pumpgun verweisen. Ihnen sei gesagt: Selbst die beste Pumpgun hat nur zehn Schuss. Und selbst Elefantenschrot dürfte gegen die rumpelnde Fettmasse wirkungslos sein. Zumal die Waffe vermutlich sinnlos ist, wenn man aufgrund eines Blickkontaktes mit einer der medusenhaften Monsterweiber zu Stein erstarrt ist, um kurz darauf von ihren plumpen Füßen zu Feinstaub zermahlen zu werden.

Wichtiger sind die Präventivmaßnahmen. Die Ankunft einer Gruppe Nordic Walker kündigt sich selbst in unübersichtlichen Waldstücken schon von weitem an.

Der Boden bebt, ein lautes Klicken der Skistöcke ist zu vernehmen. Dazwischen das laute Schnaufen von Herz-Kreislaufsystemen, die unter der Überlastung beinahe zusammenbrechen. Schweißgeruch breitet sich aus und schon bald ist ein lautes Geschnatter wie von einem Schwarm Gänsen zu hören.

Spätestens, wenn aus diesem Geschnatter einzelne Worte verständlich sind, zum Beispiel "Torte", "Prinz Charles", "David Beckham" oder auch "Wussow", ist es bereits zu spät. Vor Schreck erstarrt sieht man seinem Ende als ausgewälzte Mettwurst entgegen.

Erfahrene Spaziergänger sollten sich also aus der Walzlinie bringen. Ein beherzter Sprung ins Gebüsch kann Leben retten, notfalls auch in Brombeersträucher. Den Hund nicht vergessen, er weiß es nicht besser.

Bereits erstarrte Zeitgenossen sollten ihrem Schicksal überlassen werden, zu groß ist die Gefahr, selbst vom Wanderfleisch erwischt zu werden. Mutige Wanderer können sich allerdings mit zwei Tannenzapfen oder einigen Brombeeren die Gehörgänge gegen den satanischen Singsang abdichten und zu Tode erschrockene Spaziergänger aus der Gefahrenzone bringen. Allerdings ist auch hier Vorsicht geboten.

Bei Beachtung dieser Ratschläge kann sogar in Nordic-Walkin-Fallout-Zonen ein Spaziergang gewagt werden, ohne dass Gefahr für Leib und Leben besteht.

**Achtung! Manche Nordic Walker sind ohne Skistöcke unterwegs und daher schwerer zu erkennen.**

Ihr Lebensberater in allen Fragen

*Alexander Bordell*