

Lokales Bewegungs- und Sportnetz

Gianin Müller, Sportkoordinator
Hauptstrasse 66
5734 Reinach
Tel. +41 79 731 02 23
sportkoordinator@reinach.ch

Presstext

Die Finnenbahn im Reinacher Sonnenberg: Ein beliebtes Ziel für Sportbegeisterte und Gesundheitsbewusste

Die Finnenbahn im Reinacher Sonnenberg erfreut sich grosser Beliebtheit bei motivierten Gesundheitsportlern, ambitionierten Ausdauersportlern, unternehmungslustigen Familien und zahlreichen Schulklassen aus der Region. Diese einzigartige Laufbahn bietet eine ideale Trainingsumgebung, die sowohl den Körper schont als auch die sportliche Leistungsfähigkeit fördert.



Die Vorzüge der Finnenbahn

Die Finnenbahn ist nicht nur ein Ort für intensive Trainingseinheiten, sondern auch ein idealer Ort für sanfte Bewegung. Der federnde Untergrund aus Holzschnitzeln reduziert die Belastung für Gelenke und Sehnen, was das Verletzungsrisiko minimiert und somit das Training besonders gelenkschonend gestaltet. Dies macht die Bahn für Menschen aller Altersgruppen und Fitnesslevel attraktiv – von Leistungssportlern bis hin zu gesundheitsbewussten Freizeitsportlern.

Regelmässiges Ausdauertraining hat nachweislich positive Auswirkungen auf die Gesundheit. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System, verbessert die Atemfunktion und unterstützt den Stoffwechsel. Zudem wirkt sich das Training positiv auf die mentale Gesundheit aus, indem es Stress abbaut und das allgemeine Wohlbefinden fördert. Für Schulkinder bietet die Finnenbahn eine ausge-

zeichnete Möglichkeit, Bewegung in ihren Alltag zu integrieren und frühzeitig ein gesundheitsbewusstes Verhalten zu entwickeln.

Dank an den Werkdienst Reinach

Ein herzlicher Dank gilt dem Werkdienst Reinach, der durch seine unermüdliche Arbeit die Instandhaltung und Pflege der Finnenbahn sicherstellt. Ihre Bemühungen tragen massgeblich dazu bei, dass diese beliebte Sportstätte in einem hervorragenden Zustand bleibt.

Weitere Outdoor-Bewegungsmöglichkeiten in der Region

Neben der Finnenbahn bietet die Region zahlreiche weitere Outdoor-Bewegungsmöglichkeiten für alle, die gerne aktiv sind: Der Vita Parcours ebenfalls im Sonnenberg, die Helsana Trails auf dem Homberg, im Stierenberg und bei der Badi Menziken, der aarauSüd Trail, eine landschaftliche reizvolle Wanderung, der Kneipp Trail im Stierenberg sowie der Landessänder Biketrail in der Region Beromünster bieten vielfältige Möglichkeiten, die Natur zu geniessen und gleichzeitig etwas für die Gesundheit zu tun.

Wir laden alle ein, diese Angebote zu nutzen und sich in der wunderschönen Region aargau Süd aktiv zu erholen.

Kontakt: Lokales Bewegungs- und Sportnetz Reinach, Gianin Müller, Sportkoordinator, sportkoordinator@reinach.ch