

Wer sind wir überhaupt, dass wir uns erlauben Sie an unsere Veranstaltungen einzuladen?

Der **V**olkssportverband **S**chweiz- **L**iechtenstein wurde 1970 in Rapperswil gegründet. Zur Zeit zählt der Verband über 110 Vereine - gesamt-schweizerisch aufgeteilt in Regionen. Der Verband ist selbstständiges Mitglied im IVV (Internationaler Volkssportverband)

Beim Volkssport handelt es sich um Sportarten die an der frischen Luft durchgeführt werden. **Wandern und Walking** gehören aktuell zu den beliebtesten sportlichen Betätigungen.

Wandern und Walking sind die besten Therapien gegen viele Zivilisationsleiden. Keine andere Form der Mobilität beeinflusst das Befinden derart positiv.

Auch wir vom VSL haben festgestellt, dass viele Leute neben dem eigentlichen Wandern, sich vom „Virus“ Walking haben anstecken lassen. Und so freuen wir uns darüber, dass auf unseren Volkswanderungen immer mehr „Walker“ auf die Wanderer treffen und sich gemeinsam an der Bewegung in der Natur freuen.

In der Regel bieten wir bei den Volkswanderungen die folgenden Strecken an:



5 - 9 Km kleine Strecke
10 - 15 Km kurze Strecke
20 - 30 Km mittlere Strecke



... und manchmal findet sich sogar ein Marathon in der Terminliste

Es gibt **keine Sollzeiten!** Sie müssen einfach bis zum Kontrollschluss im Ziel sein.

www.vsl.ch

Die von den VSL-Vereinen organisierten Volkssport-Veranstaltungen werden mit **Ausschreibungen** angekündigt. An jeder Veranstaltung liegen diese Werbeschreiben auf. Daraus ist ersichtlich, wo sich der Start befindet, ab wann gestartet werden kann, welche Strecken den Teilnehmern angeboten werden, usw.

Orientieren kann man sich auch in der **Terminliste**, in der alle Vereine ihre Veranstaltung gemeldet haben. Sie können diese im Internet einsehen oder an den Veranstaltungen kaufen.

Unsere Aktivitäten sind so angelegt, dass **alle** mitmachen können! Wir haben **keine Altersgrenzen** und **keine Sollzeiten!**



Wie funktioniert das Ganze?

Um an einer Veranstaltung teilnehmen zu können, benötigen sie eine **Startkarte**. Bei der Anmeldung (Startkartenausgabe) wird pro Person eine Karte gelöst. Dann begeben sie sich auf die farbige (VSL-Klebebänder rot) und **gut markierte Strecke**. Eine Tafel "Zur Strecke" weist ihnen die Laufrichtung. Haben sie ihre Route gefunden, so brauchen sie nur noch den Markierungen nachzulaufen. Die verschiedenen langen Routen sind angeschrieben, je nachdem wieviele Km sie laufen wollen. Manchmal gibt es einen Streckenverbund - dann muss unterwegs auf die Streckentrennung geachtet werden. Auf den Strecken hat es mindestens **eine Kontrollstelle**, bei der sie ihre Startkarte abstempeln lassen. Hier haben sie auch die Möglichkeit sich auszuruhen und zu günstigen Preisen zu verpflegen. Danach gehen Sie dem Ziel entgegen und legen dort der Stempelstelle ihre Startkarte vor. Sollten sie ein Wertungsheft haben, können sie sich die Teilnahme oder die Kilometer-Leistung dort eintragen lassen. Und bleiben sie im Ziel ruhig etwas sitzen, geniessen etwas zu Essen oder Trinken - oder ganz einfach das Zusammensein...

www.vsl.ch