

Meditation im Fahrradsattel: Auf dem neuen Kirchenradweg den Lärm der Welt vergessen

Bad Füssing – „Radfahren ist Meditation in Bewegung“, sagt der Psychologe und Bestseller-Autor Bert von Radau. Forscher der Universität Tübingen haben kürzlich in einer Studie nachgewiesen, dass Radfahren die Psyche stärkt und sogar Depressionen verhindern kann. In Bad Füssing können Fahrrad-Begeisterte die meditative Wirkung einer Fahrradtour jetzt intensiv erleben: auf dem neuen Kirchenradweg, der am 7. März offiziell eröffnet wurde.

Der Bad Füssinger Kirchenradweg führt über 30 Kilometer zu den Gotteshäusern im Gemeindegebiet. Vom Glauben geprägte Sinnsprüche begleiten den Radler auf seinem Weg: ausgehend von der Katholischen Pfarrkirche Heilig Geist in Bad Füssing, hin zu den Pfarrkirchen von Würding und Eggfing, vorbei an der Wallfahrtskirche St. Leonhard in Aigen, nach Kirchham, Safferstetten bis zurück zur Evangelischen Christuskirche in Bad Füssing.

Die Tour ist für Gäste wie Gemeindebürger gleichermaßen ideal - zum fit bleiben, fit werden und Abstand von Stress und Alltagshektik zu gewinnen. Eine Quelle des Glücks ist der Ausflug über den Kirchenradweg allemal. „Bei gleichmäßiger Tretbewegung über mindestens 30 Minuten hinweg verfallen wir in einen meditativen Zustand, der die Selbstwahrnehmung trainiert und hilft, im Inneren einmal aufzuräumen“, sagen Psychologen. Kurz und knapp drückte der frühere amerikanische Präsident John F. Kennedy seine Begeisterung und seine Glücksgefühle im Fahrradsattel aus: „Nichts ist vergleichbar mit der einfachen Freude, Rad zu fahren“, stellte er fest.

Rad fahrenden Gästen erschließt sich durch den Rundradweg eine ebenso erholsame wie segensreiche zusätzliche Attraktion rund um die Thermen. Bereits heute kommen 25 Prozent der Gesundheitsurlauber vor allem auch wegen der exzellenten, fahrradfreundlichen Infrastruktur in die Gemeinde - mit 460 Kilometer bestens ausgebauten Radwegen, weit über 2500 Leihrädern und attraktiven Pauschalangeboten zum „Thermenradeln“.

Wirkt und wirkt und wirkt, mit der Kraft der 3 Thermen.

7. März 2019

Presse-Information



Eine Fahrradtour weit weg vom Lärm der Welt: der neue Bad Füssinger Kirchenradweg bietet auf 30 km viel Sehenswertes und dazu „Meditation in Bewegung“.

Foto: Kur- & GästeService Bad Füssing

Kur- & GästeService Bad Füssing
Rathausstraße 8, 94072 Bad Füssing
Telefon: 0 85 31/97 55 80
Telefax: 0 85 31/21 36 7
tourismus@badfuessing.de
www.badfuessing.com

BAD FÜSSING
wirkt und wirkt und wirkt