

Über Stock und Stein ganz bei sich sein

Region Der sieben Kilometer lange Atem-Weg lädt ein, Waldgebiete in vier Gemeinden zu entdecken

VON EMILIANA SALVISBERG

«Der Himmel weint vor Freude, dass der Atem-Weg nun begehbar ist», sagte Vereinspräsident Walter Bloch an der Eröffnung. Das Kiwanis-Mitglied aus Mühlethal und seine Frau Lisbeth sind die Initianten des Erlebnisparkours, der durch die Wälder der Gemeinden von Oftringen, Safenwil, Uerkheim und Zofingen führt. Die letzten drei Jahre waren der Eventmanager und die Atemtherapeutin samt Vorstand für ihr Projekt unterwegs. «Wir haben einige Hürden überwun-

«Der Atem-Weg verbindet Gemeinden, Serviceklubs und Menschen.»

Ruth Humbel Nationalrätin und Eröffnungsrednerin

den. All die Arbeit hat sich aber mehr als gelohnt, denn der Atem-Weg ist ein unbeschreibliches Geschenk, an dem sich alle erfreuen können», betonte Bloch. Auf dem ersten offiziellen Rundgang waren am Sonntag 230 Menschen jeden Alters dabei. Vom Schützenhaus in Safenwil aus ging es hinauf zum Sodhubel. In der Sandsteinoase gab es zu Wein und Zopf festliche Worte die von Musik und Gesang untermalt wurden.

Eine Naturoase vor der Haustüre

«Der Atem-Weg verbindet Gemeinden, Serviceklubs und Menschen», sagte Nationalrätin Ruth Humbel und betonte: «Wer sich auf den Weg macht, erfährt durch Bewegung und Entspannung die Kraft des eigenen Atems.» Erfreut über den Parcours zeigte sich Daniel Zünd. Der Safenwiler lobte im Namen der Ammänner «die kraftspendende Symbiose, die die Kombination aus Natur, Ruhe, Bewegung und Atem ergibt.» Die öffentliche Hand kostet der Weg keinen Rappen. Träger sind die Zofinger Service-Klubs Kiwanis, Lions und Rotary, die Mobilversicherung sowie weitere Gönner und die Vereinsmitglieder.

Barfuss den «Fussparcours» erforschen, beim Aufstieg der «Waldtreppe» seine Atemfrequenz spüren und auf dem «Balance-Weg» seinen Atem beobachten stand bei der Begehung der zehn Stationen im Zentrum. Bei diesen leiteten Atemtherapeutinnen zu den Experimenten an, die auf Schildern erklärt sind. Beim Schlusspunkt mit Mittagessen zeigten sich im Festzelt auf dem «Kiwanisplatz» die Gäste, so wie Brigitte Müller aus Mühlethal, begeistert: «Ich habe eine Naturoase vor meiner Haustür. Auf diesem wunderbaren, besinnlichen Weg werde ich regelmässig unterwegs sein.»



Beim «Fussparcours», der zweiten der zehn Atem-Weg-Stationen, gilt es, barfuss übers speziell hergerichtete Terrain zu gehen.

EMILIANA SALVISBERG



Nationalrätin, OL-Läuferin und Naturliebhaberin Ruth Humbel ist voll des Lobes.



Klangvolle Bläserformation des Bandleaders Christoph Walter.



Der Atem-Weg und die Eröffnungsfeier nähren Geist, Seele und Körper.

10

Stationen laden auf der sieben Kilometer langen Route zu spielerischen Experimenten ein. Die kürzere Route führt über vier Kilometer. Wer mag, kann auch einzelne Wegpunkte angehen. Die einfachen Aufgaben sind auf Tafeln kurz erklärt. Der Weg ist gut ausgeschildert. Unter www.atemweg.ch sind weitere Informationen erhältlich.

LESERAKTION

Exklusive Begehung

Am **Donnerstag, 16. Juni**, findet mit Atemtherapeutin Lisbeth Bloch eine besondere, kostenlose Begehung für ZT-/LN-Abonnenten statt. Treffpunkt ist um 13.45 Uhr beim Schützenhaus Safenwil. Rundgangende gegen 17 Uhr. Anmeldung bis heute Dienstagabend unter 062 751 07 45 oder E-Mail: info@atemweg.ch

www.zofingertagblatt.ch

Weitere Bilder finden Sie in unserer Galerie.



Safenwils Ammann Daniel Zünd und Ehefrau Barbara beim Kneippen.



Auf dem «Balance-Weg» gilt es, sich und seinen Atem bewusst wahrzunehmen.



Symbolisches Banddurchschneiden (v. l.): Marcel Thönen, Walter und Lisbeth Bloch, Erich Müller sowie Martin Jaggi geben den Atem-Weg frei.



Berühren lassen von der 100 Jahre alten Eiche auf Zofinger Boden.



Zwei Holzliegen auf dem «Kiwanisplatz» laden zum Ausruhen ein.



Initiantenpaar mit politischer Lokalspitze am Tisch (v. l.): Hans-Ruedi Hottiger, Jules Fischer, Walter und Lisbeth Bloch, Daniel Zünd sowie Markus Gabriel.