

Guter Tip 1

Mehr laufen: Sportwissenschaftler der Universität Loughborough in Großbritannien fordern Familien weltweit auf, regelmäßiger gemeinsam spazieren zu gehen. Ihrer Untersuchung zufolge sei der traditionelle Spaziergang, die »Promenade« bzw. der »Paseo« weltweit auf dem Rückzug. Weltweit würden zwei Drittel aller Menschen nicht mehr als Familie spazierengehen. Die Gründe seien mangelndes Interesse anderer Familienmitglieder (45 Prozent), Zeitmangel (43 Prozent), Müdigkeit (38 Prozent) – und ungenügendes Schuhwerk (36 Prozent). (ots/jW)
<https://www.jungewelt.de/artikel/136818.guter-tip-1.html>