



## 3.000 Schritte auf Ihrem Lieblingsweg?

Mitmachen!

### Zeigen Sie uns Ihren Lieblingsweg!

Sie gehen regelmäßig hinaus an die frische Luft und wandern gerne und ausgiebig in unserer schönen Region Saarpfalz? Lassen Sie auch andere an Ihren schönen Wanderrouten teilhaben. Zeigen Sie uns Ihre persönlichen 3.000-Schritte-Wege und helfen Sie mit, dass Familienmitglieder, Nachbarn, Freunde und Gäste ein gesundes und schönes Naturerlebnis in der Saarpfalz genießen können – auf Ihrem Lieblingsweg!

Skizzieren Sie Ihre Wegstrecke einfach auf einem Kartenausschnitt und senden Sie uns diesen zu – per Mail oder Post. Wir werden Ihren persönlichen Weg ausarbeiten und für alle Interessierten ins Internet stellen.

### Jeden Tag 3.000 Schritte extra

Das Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung in St. Ingbert hat es sich zur Aufgabe gemacht, dass Sie gesund leben und gesund bleiben. Deshalb haben wir uns der bundesweit laufenden Kampagne "3.000 Schritte extra" angeschlossen. Gemeinsam mit den sieben Städten und Gemeinden des Saarpfalz-Kreises wurde jeweils eine schöne Strecke ausgesucht, auf der Sie die 3.000 Schritte für Ihr tägliches Plus an Gesundheitsvorsorge gehen können. Alle ausgewählten Streckenpläne stehen auf unserer Website für Sie zum Download bereit.

[www.zpg-igb.de/download](http://www.zpg-igb.de/download)

Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung St. Ingbert

Klaus Tussing Straße 2

Gesundheitspark 2

66386 St. Ingbert

Telefon 0 68 94 / 96 30 9 - 0

Telefax 0 68 94 / 96 30 9 - 10

[www.zpg-igb.de](http://www.zpg-igb.de)

[info@zpg-igb.de](mailto:info@zpg-igb.de)

Mitmachen!

Gesund leben im Saarpfalz-Kreis

# Lebendige Saarpfalz

Der Saarpfalz-Kreis

Das Präventionszentrum  
St. Ingbert

## 3.000 Schritte durch den Ommersheimer Allmendswald



Gemeinde Mandelbachtal

Mandelbachtal



| Gemeinde Mandelbachtal |

# 3.000 Schritte durch den Ommersheimer Allmendswald



Pferde vom nahegelegenen Ponsheimer Hof



Schwäne am Weiher

Gemeinderverwaltung Mandelbachtal

Theo-Carlen-Platz 2  
66399 Mandelbachtal  
Telefon 0 68 93 / 8 09-0  
Telefax 0 68 93 / 809-126  
[www.mandelbachtal.de](http://www.mandelbachtal.de)

