

## Zweiter Weg – Über uns

Wer in Ermangelung der nötigen Kraft  
den ersten Weg nicht mehr schafft,  
der kann und darf wieder hoffen,  
denn der zweite steht ihm offen.  
Besonders für ältere Strategen,  
die noch wollen was bewegen,  
fern von zu Haus von Frau und Kindern  
und sei es nur den eignen Hintern.  
Wenn dich zu Haus manchmal stört,  
dass keiner mehr auf Dich hört;  
zählt bei uns noch dein Wort  
und zudem treiben wir auch Sport,  
der bekanntlich stärkt Geist und Glieder  
und das jeden Mittwoch immer wieder.

Auf Höchstleistung wird wenig Wert gelegt.  
Hauptsache: Der Körper wird bewegt.  
Wichtig ist aber auch schon,  
zu stärken die Konzentration.  
Dies geschieht meist in der Weise:  
Man stellt sich einfach auf im Kreise.  
Bälle oder Stäbe werden konzentriert  
auf Kommando mit Zuwurf rotiert,  
bei „hipp“ nach rechts, nach links bei „hepp“.  
Das kapiert doch jeder Depp.  
Drum ist mancher Sportsfreund sehr bedepert,  
wenn sein Stab auf den Boden scheppert,  
weil er offensichtlich glatt  
rechts mit links verwechselt hat.

Mit Kraft, Ausdauer und Balance  
erhält man außerdem die Chance,  
zu festigen sein Gleichgewicht  
und zu wahren sein Gesicht.  
Ganz einfach so, wie ein jeder kann,  
stellt er eben seinen Mann,  
als einer von der schnellen Truppe  
oder langsam - einfach in Zeitlupe.  
Zum Schluss spielt man auf jeden Fall  
manchmal Hockey aber immer Volleyball.

Kommt dann in hohem Bogen  
der Ball über das Netz geflogen  
und einer: „Den hab i“ schreit,  
Aber - trifft da Ball net gscheit,  
ziehen seine Mitspieler das Resumee:  
Scho wieder isch a Punkt halt hee.

Beim Sport und danach im „Hirsch“ bis in die Nacht  
wird bei uns sehr viel gelacht.  
Sport und Lachen diese Doppeidisziplin  
ist halt fürjung und alt die beste Medizin.

Wer einfach hat mal das Bestreben  
vier unbeschwerte Tage zu erleben,  
der nimmt zu seiner Freud und seinem Heil  
an unserem Wanderwochenende teil.  
Beliebt sind auch ohne Frage  
unsere speziellen Ferienwandertage.  
Wo man sich halt sehr gut versteht,  
aber auch kein Bier verschmählt.  
Denn so ist bei uns eben der Brauch,  
eingekehrt - wird natürlich auch.

Die Kinder in der Schule oder im Kinderhort  
erzählen stolz unser Papa und Opa treiben Sport.  
Die sind von Kopf bis Fuß noch fit  
und machen sogar noch alles mit.  
Wollt ihr Männer wirklich mitnichten  
auf ein solch großes Lob verzichten?  
Wollt ihr nur noch von ferner Fitness träumen,  
unsern Jahresabschluss mit Diaschau versäumen?  
Wenn ja, dann bleibt eben zu Haus  
und ruht euch auf eurem Sofa aus.  
Doch wer sich nur noch auf dem Sofa räkelt,  
wird sogar von der eigenen Frau vers ..... ..  
Frei nach dem Lied vom Göttergatte,  
der sich hängen lässt in der Hängematte.  
D 'rum steht auf und bleibt nicht träg',  
**Kommt zu uns - zum zweiten Weg!**