8. DLV-Ausdauertest

„Je länger, je lieber“

Leichtathletik. Zum 8. Ausdauertest des Deutschen Leichtathletik Verbandes am 25. Juni fanden sich 125 Läufer und Walker im „Stadion der Freundschaft“ ein. Bei diesem Ausdauertest wird die Leistungsfähigkeit nicht nach Metern gemessen, sondern nach der Laufzeit honoriert und die entsprechende Stufe des Laufabzeichens erworben. Es gilt das Motto „Je länger, je lieber“ und motiviert auch ungeübte Sportler zu dem Leistungstest.

Am Mittwoch entschlossen sich besonders viele Läufer und Walker für die Laufzeit von 90 bzw. 120 min; 31 Aktive liefen 120 min, 15 Aktive 90 min durch. Die jüngsten Teilnehmer liefen 15 bzw. 30 min, einige an der Hand ihrer Eltern. Das Gros der Läufer (48) war 60 min auf der Strecke. Erfreulich, dass auch immer mehr Walker diese Aktion nutzen. Die Walker vom SV Knieper verlagerten ihre Trainingseinheit in die Abendstunden. Nach zwei Runden im Stadion zog es sie vor die Stadiontore, wo sie 60 min um den Frankenteich walkten. Einige Lauffreunde reisten aus Bad Sülze und von der Insel Usedom extra für den Ausdauertest an. Die Kinder, die mit ihren Eltern laufen, erfahren so den Spaß am Sport und die Freude über den sportlichen Erfolg. Moderator Andreas Boehk, Geschäftsführer des Kreissportbundes Vorpommern-Rügen, sorgte mit lockerer Moderation und flotter Musik dafür, dass die Runden nicht langweilig wurden. Und wer wollte, konnte am Stand der Korallen-Apotheke einige Körperwerte checken lassen.

Der DLV-Ausdauertest wird jährlich von der Lauf- und Walking-Gruppe des SV HANSE-Klinikum organisiert.

Unterstützt wurde die Veranstaltung von famila, der Stralsunder Braumanufaktur, der DAK, hardware4u.de und dem Sportbund.

Im kommenden Jahr findet der 9. Ausdauertest voraussichtlich am 24. Juni statt.

Quelle: Zeitung am Strelasund vom 29.06.2014