



102 Sportler – Läufer, Walker und Nordic-Walker – kamen zur Laufabzeichenaktion auf den Sportplatz der Luxemburg-Halle.

Foto: Bärbel Kämpfer

Mini-Läufer schafften Stufe eins

Von BÄRBEL KÄMPFER

102 Sportler nahmen an der zweiten Lauf- und Walking-Aktion des Deutschen Leichtathletik-Verbandes teil. In Knieper West wurden die Runden gedreht. Die Ausdauerstärksten hielten zwei Stunden durch.

Laufsport. Zur zweiten DLV-Lauf und (Nordic-)Walking-Abzeichen-Aktion hatte die Laufgruppe des SV Hanse Klinikum auf die Luxemburg-Sportanlage in Knieper West eingeladen. Obwohl an diesem Abend auch das Halbfinale der Fußball-Europameisterschaft ausgetragen wurde und sich Ballack & Co. gegen die türkische Elf quälten, war die Resonanz bei der Laufveranstaltung groß. Zur Premiere im vergangenen Jahr waren 45 Sportler dabei. Nun 102 Teilnehmer, davon 59 Läufer und 43 (Nordic-)Walker, zum Ausdauerstest des Deutschen Leichtathletik-Verbandes.

Ziel der Lauf- und (Nordic-)Walking-Abzeichen-Aktion war es, so lange wie möglich am Stück zu laufen oder zu Walken – natürlich ohne Pause. Das Tempo spielte dabei keine Rolle. Leistungsorientierte Läufer, die man bei Wettkämpfen nur von hinten sieht, drehten gemein-

sam mit Freizeitsportlern ihre Runden. Ein DLV-Ausweis, eine Urkunde und das Gefühl, etwas für seine Gesundheit getan zu haben, waren der Lohn für die Anstrengung.

Bevor um 19 Uhr der Start auf der Luxemburg-Sportanlage erfolgte, sorgte Günther Sens vom Knieper SV mit Gymnastikübungen für eine ordentliche Erwärmung. Andreas Boehk moderierte in gewohnt lockerer Art, sodass die Runden auf der 300 Meter langen Bahn nicht langweilig wurden. Er hatte kurzfristig das Handball-Training der C-Junioren des Stralsunder HV auf die Lu-

xemburg-Sportanlage verlegt, seine zwölf Jungs liefen außer Konkurrenz 45 Minuten lang mit.

Der Deutsche Leichtathletik-Verband hatte für die Läufer fünf Leistungsstufen vorgesehen: Die erst sechs Jahre alten Jungs Peter Flügge und Tom-Joris Kuhn, sowie die siebenjährige Emily Stock liefen 15 Minuten und schafften die erste Stufe des Laufabzeichens. Acht Aktive verließen nach 30 Minuten die Bahn und erreichten damit die zweite Stufe. Die Hälfte aller Teilnehmer beendete nach 60 Minuten ihren Ausdauerstest. Sie wollten rechtzeitig zum

Fußballspiel der Nationalmannschaft zu Hause sein. Um 90 Minuten durchzuhalten, ist bereits ein intensives Ausdauertraining nötig. Diesen Test absolvierten fünf Sportler. Nur sieben Läufer entschieden sich für die fünfte Stufe: Kristin Dahlke, Anke John-Wittkowski, Jens Flügge, Jens Köcke, Peter Lobeck, Roland Prüb und Karlheinz Wissel beendeten die Veranstaltung nach zwei Stunden.

Für die (Nordic-)Walker wurden nur die Abzeichen in den Stufen eins bis drei verliehen. Sie entsprechen 30, 60 und 120 Minuten. Während die Läufer ihre Runden auf der Sportanlage abspulden, verließen die Walker bald die Bahn und bevorzugten den Weg nach Kedingshagen und zurück, um kurz vor Ende der 60 Minuten-Stufe wieder auf die Laufbahn zurück zu kehren.

Mehr Informationen und Bilder:
www.laufgruppe-stralsund.de/laufabzeichen/2008_bilder.htm

Quelle: Ostsee-Zeitung Ausgabe Stralsund vom 30.06.2008