

# 70 Sportler laufen beim Trimm-Trab in den Frühling

Nordic Walker, Läufer und Walker gestern im Stadtwald auf Tour.

**Laufsport** – 70 Teilnehmer gingen gestern Morgen im Stadtwald zum traditionellen Trimm-Trab-Lauf in den Frühling an den Start. „Das könnte gleichzeitig als Koordinationskontrolle für den anstehenden Rügenbrückenlauf gedacht sein“, so Georg Weckbach, Präsident des Stadtsportbundes, der wieder Ausrichter war und für die Teilnehmer Erfrischungsgetränke bereit hielt.

Die komplette Runde von 4,3 Kilometern wollte auch Claudia Ecks aus Stralsund schaffen. Sie war das erste Mal dabei, genau wie Elfriede Räth. Die Seniorin ließ sich von Freunden anstecken und walkte die Runde mit. Während Christa Böhle mit ihren Nordic-Walking-Stöcken an den Start ging. Auch in der Freizeit läuft die Seniorin ihre Runden und fand die Wege doch recht gut begehbar. Zum wiederholten Male war Donata Heuer dabei. Nicht nur der Drang zur Bewegung lockte sie, sondern auch das frühlingshafte Wetter. Helmut Naroska klinkte sich bei den Nord-

ic Walkern ein. Der 84-Jährige hält sich durch tägliches Radfahren und Saunieren fit.

Die einzigen Kinder waren Merle (11) und Malte (6). Die Lütten

von der Insel Rügen kannten den Stralsunder Stadtwald nicht, und so nahm Übungsleiterin Elke Glasow die beiden mit auf eine kleine Runde. Sie starteten mit den Läu-

fern, nachdem Peter Fischer vom „Gym Fitness World“-Studio die Aufwärmübungen beendete. Wer wollte, konnte auch eine zweite Runde in Angriff nehmen. ie



Merle (11) und Malte (6, rechts im Bild) waren in diesem Jahr die jüngsten Teilnehmer.

Foto: Ines Engelbrecht

Quelle: Ostsee-Zeitung Ausgabe Stralsund vom 11.04.2011