

Laufabzeichen werden heute im Stadion der Freundschaft abgelegt

Stralsund – Regelmäßiges Laufen macht Spaß, hält fit und ist gesund. Und genau dafür stehen die DLV-Lauf- und Walking-Abzeichen. Und die können heute ab 19 Uhr im Stadion der Freundschaft abgelegt werden.

Läufer und Walker – egal, ob sie erst vor kurzem mit dem Training anfangen oder schon Profis sind – können ihre Kondition testen und dabei das Lauf- bzw. Walking-Abzeichen des DLV in folgenden Stufen ablegen: Für 15 Minuten Laufen gibt es die 1. Stufe des DLV-Laufabzeichens, die nächsten Stufen werden für 30, 60, 90 oder 120 Minuten verliehen. Für die (Nordic-)Walker bietet der DLV die Stufen 1 bis 3, dahinter stehen 30, 60 und 120 Minuten. Gelaufen wird ohne Pause in beliebigem Tempo. Die Leistungen werden auch für das Sportabzeichen anerkannt.

Der Leichtathletik-Verband Mecklenburg-Vorpommern ruft in diesem Jahr Vereine, Klassen und Schulen zum landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb auf.

Wer bereits ein Abzeichen erworben hat, sollte es zum Eintragen der Wiederholung mitbringen. Bei dieser Veranstaltung können Bonuspunkte für die Krankenkasse gesammelt werden. Das Bonusheft bitte mitbringen. Die Startgebühr beträgt ein Euro. Umkleidemöglichkeiten gibt es im Stadion ebenso wie Getränke und Obst. Diese sportliche Veranstaltung wird übrigens von der Lauf- und Walking-Gruppe des Sportvereins Hanse-Klinikum organisiert. Für die Begleitung am Mikrofon sorgt Andreas Boehk.

● **Internet:** www.laufgruppe-stralsund.de/laufabzeichen

Quelle: Ostsee-Zeitung Ausgabe Stralsund vom 24.06.2015