

Launiges Rundendreihen am „Tag des Laufens“

Lauffreff Hodenhagen sehr zufrieden mit örtlicher Premiere bei bundesweiter Aktion, Teilnehmer loben Bewegung als Gemeinschaftserlebnis

VON THOMAS KÜNNING

HODENHAGEN. Neben am Meiß-Deich residiert ein Zirkus, doch nicht das Rund der Manege, sondern das Rundendreihen draußen einer bunten Schar von Läufern, Läuferinnen und Nordic-Walkerinnen sorgte für besondere Aufmerksamkeit am Mittwochabend. Denn erstmals schloss sich der Lauf-Treff Hodenhagen als einziger Ausrichter im Heidekreis dem bundesweit durchgeführten „Tag des Laufens“ an. Rund 50 bewegungshungrige Teilnehmer/innen aller Altersklassen aus der ganzen Südkreis-Region von zehn bis über 70 Jahre genossen das besondere Miteinander bei dieser Premiere, bei der es nicht um besondere Zeiten ging, sondern allein um Bewegungsfreudigkeit und Spaß am Miteinander.

Die erste, ganz kurze Bewegungseinheit gebührte dabei Hodenhagens Bürgermeister: Ralph Beckmann gab, erhöht auf einem Anhänger, beim Start- und Zielpunkt an der Aller-Meiß-Halle das Startsignal – nicht etwa per Startschuss, wie sonst bei Volksläufen üblich, sondern mit schlichtem Händeklappen. Was zum lockeren Rahmen der Veranstaltung passte.

Ebenso zwanglos und ohne jegliche Hetze begab sich die große Läufer- und Walkerschar dann nach dem dezenten Startsignal zunächst im geschlossenen Pulk auf die innerhalb einer Stunde mehrfach zu umrundende 800 Meter lange Strecke, ehe sich das Feld verteilte und jeder nach seinem Leistungsvermögen einige Runden abstrich auf dem eigens dafür ausgewählten Kurs über den Meiß-Deichweg Richtung Schöpfwerk und zurück im Bogen über den Rand der Heerstraße (aus Sicherheitsgründen auf dem Fußweg) zur Aller-Meiß-Halle.

Als besondere Attraktion galt der mögliche Erwerb des Laufabzeichens über 15, 30, 45 oder 60 Minuten oder des Walking- oder Nordic-Walking-Abzei-



Gemeinsamer Spaß an der Bewegung: Aufbruch zum „Tag des Laufens“ bei der Premiere in Hodenhagen im Rahmen der bundesweiten Aktion. Fotos: Ekki Beuth (3)

chens über 30 oder 60 Minuten. Wovon laut Organisationsleiter Gerald Gerken auch die meisten Aktiven Gebrauch machten.

Mit dabei war auch eine zwölköpfige Sportgruppe der Förderschule für Geistige Entwicklung am Gutshof Hudemühlen plus drei Begleiterinnen. „Es war eine wunderschöne Sache. Die ganzen Kontakte untereinander mit den anderen Ver-

einigen und die Möglichkeit, dass Nicht-Behinderte und Behinderte in der Öffentlichkeit mal etwas was zusammen machen, war einfach toll“, lobte Sportlehrerin Christine Gerhardt „das besondere Gemeinschaftsgefühl ohne jeden Leistungsdruck.“

„Mir war es zu warm, das war nicht mein Wetter“, klagte dagegen Korinna Gross (49), die als Schwarmstedterin auch dem Hodenhagener Lauffreff angehört, über die selbst am frühen Abend



Spaß an der Bewegung für alle Altersklassen: Auch einige Nordic-Walkerinnen und Walkerinnen hatten ihre Freude auf dem mehrfach bewältigten Rundkurs.

noch hochsommerlichen Temperaturen: „Ich laufe gerne morgens um 5 Uhr oder abends spät“, fügte die Lokalmatadorin hinzu – sie sei zwischendurch mit ihren Kindern gegangen.

Von idealen Bedingungen schwärmte Angelika Aufderheide: „Es war richtig schön“, strahlte die 72-Jährige, „Anke (Anke Köder von den „Stockenten“ des SV Hodenhagen) hat genau das richtige Tempo vorgegeben“, lobte die fitte Seniorin, die sonst jeden Montag mit ihrer Nordic-Wal-

king-Gruppe in Bad Fallingbostal aktiv ist.

Von einer „durchweg positiven Stimmung“ sprach Organisationsleiter Gerald Gerken nach der gelungenen Premiere. „Wir werden das für nächstes Jahr wieder ins Auge fassen“, versprach der Hodenhagener Lauffreffleiter und hofft, dann wieder Anfang Juni vielleicht noch mehr Teilnehmer/innen aus dem Heidekreis motivieren zu können. Der 67-Jährige, der auch selber mitlief, um vor allem auf der Strecke im-



„Eine wunderschöne Sache“: Christine Gerhardt (Mitte), Sportlehrerin der Förderschule für geistige Entwicklung am Gutshof Hudemühlen, lobte das integrative Miteinander bei dem Event.

kurz & knapp

- Auch in Hodenhagen fand erstmals der bundesweit durchgeführte „Tag des Laufens“ statt.

- Dabei geht es nicht um Bestzeiten, sondern um Motivation zur Bewegung für Jung und Alt.

- Besonders gelobt wurde das Miteinander, auch zwischen behinderten und nicht behinderten Teilnehmern.