

# 15. Laufabzeichen-am 4.8.21

## SV Hanse Klinikum Stralsund

### Vorwort:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um ein Angebot des Deutschen Leichtathletik-Verbandes zur Förderung des Breitensports.

Ziel ist es, möglichst lange "in Bewegung zu sein", das Tempo und die Anzahl der Runden sind beliebig.

Das Abzeichen der Stufe 1 kann von jedem gesundem Erwachsenen, Jugendlichen oder auch Kind erworben werden. Probiert es aus! Bereits für 15 min Laufen ohne Pause 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 – 3, d. h. 30, 60 und 120 Minuten an. Wer bereits in den Vorjahren ein Abzeichen erworben hat, sollte es zum Eintragen der Wiederholung mitbringen.

Die Laufabzeichen können wieder gegen eine Gebühr bestellt werden.



Die Anmeldezelte stehen bereit für die Läufer und Walker.

Am 4.8.2021 war es soweit. Die Laufgruppe vom SV Hanse Klinikum präsentierte die nunmehr 15. Auflage der Lauf- abzeichen-Aktion im Stadion der Freundschaft in Stralsund.

**Teste Deine Ausdauer!**  
DLV-Lauf-, Walking- und Nordic-Walking-Abzeichen-Aktion

Laufgruppe  
SV HANSE-Klinikum  
Stralsund

**Stadion der Freundschaft**  
Stralsund, Frankendamm

**Mittwoch, 04.08.2021** Beginn 18:45 / Start 19:00 Uhr

Laufabzeichen Stufen 1 – 5:  
15, 30, 60, 90 oder 120 Minuten Laufen ohne Pause, Tempo beliebig

Walking- und Nordic-Walking-Abzeichen Stufen 1 – 3:  
30, 60 oder 120 Min Walking ohne Pause, Tempo beliebig

Teilnahmegebühr: 2,- € (vor Ort zu zahlen)  
Anmeldung vor Ort

**Gesund ist bunt**  
**APOTHEKEN**  
Bernstein-Apothek  
Korallen-Apothek  
Sand-Apothek

**famila**

**zisch**  
für alle

**Kreissportbund**  
Vorpommern-Rügen e.V.

Infos müssen sein.



...die ersten Runners sind auch da!

Und so standen an diesen lauen Sommerabend 171 Läufer und Walker am Start und warteten auf den ersehnten Anpfiff vom Laufgruppen-Chef Rüdiger. Der Start (19 Uhr) erfolgte nach einer Erwärmung etwas verspätet. Dann setzte sich die große Läufer­schar in Bewegung, jeder mit seinem eigenem Wohlfühltempo.



*...die kleinen Meinhölzer laufen voran...*



*...Runde für Runde wurde abgespult.*

Nach 15 Minuten erfolgte der erste (Ab)Pfiﬀ. Die erste Stufe des Laufabzeichens war erreicht. Einige beendeten ihren Lauf schon. Das betraf vor allen die jüngeren Läufer. Aber der größte Teil der Läufer und Walker beendete nach 60 Minuten ihren Lauf. Somit war die dritte Stufe des Laufabzeichens erreicht. Aber damit nicht genug. Einige Läufer waren weiterhin in ihrem Element und blieben auf der Laufstrecke.

Mit Musik läuft es sich auch besser, so jedenfalls dachte es sich der Veranstalter und engagierte mit Andreas Boehk einen hervorragenden Moderator. Dazu stellte er seine Anlage zu Verfügung mit der er so den ein oder anderen Musikhit in die Stadionrunde hineinschallte.

Zurück zur Veranstaltung wo es jetzt zur vorletzten und letzten Stufe des Laufabzeichens ging, denn so nach und nach lichtete sich auch das Läuferfeld, erst nach 90 Minuten, dann nach 120 Minuten. Der Abpiff des Laufabzeichens war ertönt. Viele Läufer waren es am Ende hin nicht mehr. Aber alle holten sich das verdiente Laufabzeichen ab.

Von unseren Runners waren auch einige dabei. So fand sich die Familie Meinhold zum abendlichen Läuferchen ein. Fash als Motivator und Antreiber war auch mit von der Partie. Meine Aufgabe an diesen Abend war die Logistik (Aufbau, Abbau) zu organisieren und durchzuführen. Der Veranstalter war rundum zufrieden mit der Veranstaltung unter den noch vorhandenen Hygienemaßnahmen unter Corona Bedingungen. Der Abbau ging reibungslos über die Bühne denn immerhin wurde es auch schon dunkel. Aber viele Hände Auf ein Wiedersehen im Jahr 2022!



*...ein bisschen Spaß muss sein.*



*Die Versorgungstüten*



*Laufabzeichen und Urkunden für die Runners*



*Laufgruppenchef Rüdiger*