

7. DLV-AUSDAUERTEST

Im Stadion der Freundschaft

■ **Laufsport.** Am 19. Juni organisiert die Lauf- und Walking-Gruppe des Sportvereins Hanse Klinikum den 7. DLV-Ausdauer-Test in Stralsund. Der Deutsche Leichtathletik-Verband möchte in seinem breiten- und freizeitsportlichem Programm besonders der hohen Bedeutung des Ausdauersports gerecht werden. Die vorteilhafte Rolle des Ausdauersports ergibt sich aus tollen Naturerlebnissen und dem Entgegenwirken von Bewegungsmangel, Über- und Fehlernährung, Herz- und Kreislauferkrankungen.

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.

Seit dem 1. Januar 2013 werden die Leistungen, die für das

DLV-Lauf-, Walking- und Nordic-Walkingabzeichen erbracht werden, auch für das Deutsche Sportabzeichen anerkannt.

Wer bereits ein Abzeichen erworben hat, sollte es zum Eintragen der Wiederholung mitbringen. Die Startergebühr beträgt 1,- Euro. Hierin ist der Erhalt einer Urkunde enthalten. Die Versorgung mit Obst und Getränken erfolgt durch die Störtebeker Braumanufaktur und Famila. Die Bernstein- und Korallen-Apotheke bieten während der Veranstaltung einen Gesundheitscheck an.

Die Veranstaltung wird weiterhin unterstützt vom Sportbund der Hansestadt, von der DAK, der itg und hardware4u. Die Anmeldung ist vor Ort ab 18.15 Uhr möglich. Start ist um 19 Uhr. Weitere Informationen sind auf der Homepage www.laufgruppe-stralsund.de/laufabzeichen zu sehen.

Quelle: Zeitung am Strelasund vom 16.06.2013