Testen Sie Ihre Ausdauer!

Nur Online-Anmeldung für das DLV-Laufabzeichen möglich

Stralsund/vpb/db. Ob es an der zusätzlichen »freien« Zeit während des »Lockdowns« lag, dass in den vergangenen Monaten immer mehr Menschen das Laufen und Walken für sich entdeckt haben? Fakt ist: Das Interesse an dem beliebten Outdoor-Sport hat mächtig zugenommen. Der SV HANSEKLINIKUM Stralsund gibt nun allen Läufern und Walken – egal, ob Anfänger oder erfahrener Sportler – die Gelegenheit, ihre Fitness unter Beweis zu stellen: Am Mittwoch, 12. August, wird in der Primus-Arena (Stadion der Freundschaft) zur traditionellen DLV-Laufabzeichen-Aktion eingeladen.

Der Vorjahresstart: In diesem Jahr gibt es einige kleine Änderungen bei der DLV-Laufabzeichen-Aktion. Doch eines ist sicher: Es wird wieder Spaß machen. Foto: Frank Schlicht

»Denn gerade beim Laufsport ist es einfach, die Abstände einzuhalten«, nennt Rüdiger Arndt, der Leiter der Laufgruppe beim SV HK, einen Grund, weshalb die Aktion trotz Corona stattfinden darf.

Bereits für 15 Minuten 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 bis 3, das heißt, 30, 60 und 120 Minuten Walken an.

Das Organisationsteam hat sich intensiv auf die diesjährige Aktion vorbereitet und sich an den Handlungsempfehlungen des Deutschen Leichtathletik-Verbandes orientiert. Denn alle Teilnehmer müssen sich aufgrund der Pandemie bei diesem Ausdauertest an gewisse Hygieneregeln halten. Um die Kontakte weitestgehend zu minimieren, ist in diesem Jahr keine persönliche Anmeldung vor Ort möglich: Die Anmeldung läuft ausschließlich online! Wer sich registrieren lassen möchte, schreibt einfach eine Mail an die Organisatoren: info@laufgruppe-stralsund.de. Wichtig sind folgende Angaben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, Angabe der Lauf- oder Walkingstufe. Die Anmeldung ist bereits in vollem Gange.

Ebenfalls neu: »Jeder bekommt eine Trinkflasche«, erklärt Rüdiger Arndt. Dafür jedoch werden am Bahnenrand keine Getränkebecher mehr gereicht.

Weitere Informationen, auch zum Hygienekonzept und zur Anmeldung: www.laufgruppe-stralsund.de.

Quelle: Stralsunder Blitz am Sonntag vom 02.08.2020