

URL: <http://www.swp.de/1969778>

Autor: MARGIT HAAS, 26.04.2013

Spaß beim Lauftraining auch mit Handicap

GÖPPINGEN: Wenn in wenigen Tagen zahlreiche Läufer den Barbarossa-Berglauf zum großen Laufevent werden lassen, sind auch Menschen mit Handicap dabei. Betreuer und Betreute der Lebenshilfe Göppingen trainieren bereits eifrig.



Wenn in wenigen Tagen zahlreiche Läufer den Barbarossa-Berglauf zum großen Laufevent werden lassen, sind auch Menschen mit Handicap dabei. Betreuer und Betreute der Lebenshilfe Göppingen trainieren bereits eifrig. Fotograf: MARGIT HAAS

„Gemeinsam laufen, lachen, leben“ – das war das Motto, das die Läufer des Laufteams Lebenshilfe im vergangenen Jahr selbstbewusst auf ihren T-Shirts getragen haben. Im Jubiläumsjahr des Kreisvereins schmückt eine große 50 die Shirts – und die sind gefragt bei den Läufern, die sich wieder gemeinsam auf den Barbarossa-Berglauf vorbereiten.

Jürgen Winter aus Geislingen wird das erste Mal dabei sein und als erster Läufer der Staffel bis Lerchenberg laufen. „Ich laufe ab und zu am Wochenende“, erzählt der 40-Jährige, der großen Spaß an der Bewegung hat. Anna Frey war im vergangenen Jahr bereits angetreten. Sie hält sich fit mit Aqua-Jogging und Nordic Walking und war „eine sehr gute Zeit gelaufen“. Fast wichtiger noch waren ihr aber der Spaß und das Erlebnis, „in der Gruppe gemeinsam zu laufen“.

Hanna Kröner-Weber, Gruppenleiterin bei der Lebenshilfe in der Werkstatt in Geislingen, bekennt: „Ich laufe sonst nicht“. Für sie zählt alleine der olympische Gedanke: „Dabei sein ist alles“. Mehr Ehrgeiz hat dagegen Gerd Anders. „Ich bin sehr sportlich und habe früher Fußball gespielt“. Der begeisterte Läufer war bereits im vergangenen Jahr mit dabei und freut sich wie alle auf das gemeinsame Lauferlebnis.

Tatsächlich waren die Vorbereitung und das gemeinsame Lauferlebnis „sehr gemeinschaftsbildend“ ist auch die Erfahrung von Roger Kuntschik, dem Bereichsleiter Wohnen bei der Lebenshilfe, aus dem vergangenen Jahr. Er freut sich, dass Betreuer und Betreute gemeinsam etwas unternehmen – wobei die Zahl der Menschen mit einem Handicap bei weitem überwiegt. Bei bestem Laufwetter trafen sich die rund zwei Dutzend Läufer an der Werfthalle im Göppinger Stauferpark zum gemeinsamen Lauftraining.

Nachdem Iris Zurmühl jedem Läufer sein ganz persönliches T-Shirt mit dem Jubiläumslogo überreicht hatte, das vom Kreisverband finanziert worden war, hieß es erst einmal: warm machen vor dem Laufen. Zu flotter Rhythmen und unter der Anleitung von Natascha Giersch vom Göppinger Sportverein dehnten und strecken sich die Sportbegeisterten und dann ging es los, quer durch den Stauferwald.

Alle Rechte vorbehalten
Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung
Copyright by SÜDWEST PRESSE Online-Dienste GmbH - Frauenstrasse 77 - 89073 Ulm