

, URL: <http://www.swp.de/goeppingen/lokales/goeppingen/Auch-Lebenshilfe-am-Start;art5583,1427877>

Autor: MARGIT HAAS | 20.04.2012

Auch Lebenshilfe am Start

Göppingen. **Seit Monaten trainieren Läuferinnen und Läufer im ganzen Landkreis für das läuferische Großereignis des Jahres, für den Barbarossa-Berglauf. Zum ersten Mal sind auch Teams der Lebenshilfe mit dabei.**



"Hoch die Beine und die Oberschenkel dehnen!" - die Kommandos zum Aufwärmen vor dem Lauftraining gibt Natascha Giersch zu flotten Rhythmen. Gut zwei Dutzend Sportbegeisterte haben sich an diesem späten Nachmittag an der Werfthalle im Göppinger Stauferpark getroffen. Die äußeren Bedingungen könnten nicht besser sein: es ist nicht zu warm und nicht zu kalt die Luft ist frisch - also ein perfektes Wetter, um sich auf eine große sportliche Herausforderung vorzubereiten - den Barbarossa Berglauf. Es ist keine ganz alltägliche Laufgruppe, die sich getroffen hat, um sich für den Staufers Fitness-Lauf innerhalb der Veranstaltung in wenigen Wochen vorzubereiten. Zum ersten Mal werden sich Bewohner und Mitarbeiter der Lebenshilfe Kreisvereinigung Göppingen an dem Lauf beteiligen. Iris Zurmühl und Jutta Hoffmann hatten sich nämlich gefragt: "Warum sollen nicht auch unsere Bewohner sich beteiligen können?" "Wir sind ein Teil dieses Landkreises und wollen deshalb signifikant dazu gehören und dabei sein", ergänzt Roger Kuntschik. Die Teilnehmer kommen aus allen Bereichen, aus den Wohnheimen, aus Außenwohngruppen oder den Werkstätten. Sowohl Menschen mit als auch ohne Behinderung beteiligen sich, bestätigt der Bereichsleiter Wohnen bei der Lebenshilfe fort. "Die Strecke bewältigen ist das Ziel", betont Iris Zurmühl. Gerade für Menschen mit einer Behinderung sei Beweglichkeit

nämlich besonders wichtig. "Je mobiler jemand ist, um so selbst bestimmter kann er leben", betont sie. Bevor sie sich mit der Gruppe auf die Laufstrecke begibt, bekommen alle Läufer das Team-T-Shirt. "Gemeinsam laufen - lachen - leben" steht auf leuchtend blauem Grund - und mindestens der Spaß kommt schon beim Warm up nicht zu kurz. Katrin Mrosek freut sich sichtlich nicht nur an der Bewegung. Ihr macht es "große Freude, in der Gruppe etwas zusammen zu machen". Edwin Hagenmaier musste dagegen sanft überredet werden, sich die Lafschuhe anzuziehen und mitzulaufen. Manfred Elsler hat früher Sport sehr ernsthaft betrieben. "Heute laufe ich nur noch zum Spaß." Rainer Fuchs bewegt sich gerne mit den Nordic Walking-Stöcken. Ihm wie allen anderen Männern "laufe ich davon", bekräftigt Birgit Wallisch und schon ist sie mit der Gruppe auf der Strecke. "Wir wollen uns heute die Laufstrecke genauer anschauen", erklärt Jutta Hoffmann. "In Zukunft wollen wir verstärkt an sportlichen Veranstaltungen teilnehmen", so Iris Zurmühl. Denn der sportliche Erfolg stärke das Selbstbewusstsein und das Zusammengehörigkeitsgefühl.

Copyright by SÜDWEST PRESSE Online-Dienste GmbH - Frauenstrasse 77 - 89073 Ulm

Alle Rechte vorbehalten.
Vervielfältigung nur mit schriftlicher Genehmigung
