



Die Teilnehmer wurden während des Laufs in drei Gruppen mit unterschiedlichen Routen aufgeteilt.

Fotos: Phil Hänsgen

Sportbegeisterte starten beim traditionellen Silvesterlauf gemeinsam mit Bewegung ins neue Jahr

Mehr als 60 Teilnehmer in Schlangen

Von Phil Hänsgen

SCHLANGEN (WV). Zum Abschluss des Jahres versammelten sich wieder die Mitglieder des Vereins Currimus sowie Sportbegeisterte zum traditionellen Silvesterlauf. Mehr als 60 Teilnehmer ergriffen am letzten Tag des Jahres 2024 noch einmal die Gelegenheit, sich zu bewegen.

Während der Veranstaltung wurde sowohl über die Vergangenheit als auch über die Zukunft des Vereins geplaudert.

Aufgeteilt in drei Gruppen mit unterschiedlichen Routen, Tempo und Längen, konnte jeder Teilnehmer das angehen, was er sich vor dem Jahreswechsel noch zumuten wollte. Während die schnelleren Läufer mehr als zehn Kilometer „absputen“, nahm die zweite Gruppe eine 5,6 Kilometer lange Strecke ins Visier. Die Walker dagegen legten eine Entfernung von 4,3 Kilometern zurück.

Um für mehr Motivation bei den Laufaktivitäten zu sorgen, gibt es seit Oktober des vergangenen Jahres pa-

rallel eine Aktion für den guten Zweck.

Rund 250 Teilnahmen verzeichnet

Unter dem Titel „Laufend Gutes tun“ spendet der Verein für jede Teilnahme an seinen Bewegungsangeboten – sei es Walken, Wandern oder Laufen – einen gewissen Betrag an den Förderverein Pallium, der die Palliativstationen der Karl-Hansen-Klinik in Bad Lippspringe unterstützt. Die Vorsitzende Inga Lange möchte mit der Aktion die Läufer anstacheln: „Seitdem haben wir 250 Teilnahmen verzeichnen können, was zeigt, dass dieser gute Zweck tatsächlich ein Antrieb sein kann. Wenn Leute mehrmals in der Woche mitmachen, zählen auch die doppelten Teilnahmen. Mittlerweile sind so schon über 300 Euro zusammengekommen.“

Daneben wird es bei Veranstaltungen eine Spendendose geben, über die der Betrag noch einmal aus eigener Tasche aufgestockt werden kann. Der Verein Currimus besteht aktuell aus 89 Mitgliedern, was nach dem Corona-Einbruch eine konstante

Zahl darstellt. Durch einen festen aktiven Kern sollen so weiterhin Ausflüge und Veranstaltungen organisiert werden. Höhepunkte waren 2024 eine Floßfahrt auf der Ruhr, eine Familienwanderung und die Vereinsfahrt nach Hannover. All dies soll in den nächsten Monaten wieder aufgegriffen werden, sodass neben einem Wochenendausflug nach Essen auch eine Wikingerfahrt über die Ruhr geplant ist.

Weitere Veranstaltungen für 2025 geplant

Sportlich gesehen startet ab Januar die Vorbereitung auf den am 27. April stattfindenden Hermannslauf, dessen Anforderungen sich Schritt für Schritt genähert wird. Der wöchentliche Termin dafür ist auf Sonntag ab 9.30 Uhr angesetzt. „Die Läufe werden hierbei immer intensiver und bauen aufeinander auf“, blickt Lange voraus und ergänzt: „Von zwölf bis zu 28 Kilometern ist dann alles dabei. Die bergige Gegend bietet optimale Bedingungen, weswegen auch viele Höhenmeter auf dem Trainingsplan stehen.“

Um den gesamten Einheitlichen Professionalität zu verleihen, arbeitet der Verein für die Trainingsplanung und Technikverbesserung mit Lauftrainer Axel Czech und Nina Wollmeyer von Körperkonzept zusammen. So soll über das Jahr verteilt ein ansprechendes Programm auf die Vereinsmitglieder warten. Regelmäßig wiederkehrende Termine sind wie folgt vorgesehen:

Jeden Samstag treffen sich die Walker um 8.15 Uhr am Kreuzkrug. Dienstag findet ein gemeinsamer Lauf zwischen 18 und 19 Uhr statt, der per E-Mail angekündigt werden soll. Schließlich ist jeweils an den Sonntagen noch das gemeinsame Laufen ab 9.30 Uhr vorgesehen, das vor der Schlänger Volksbank startet. Abgerundet sollen diese festen Zeiten mit einem Wanderprogramm, in dessen Rahmen mit dem VfL Schlangen monatlich eine Wanderung organisiert werden soll. Die genaueren Termine sowie weitere Informationen über Mitgliedsanträge sind für Interessierte auf der Website unter www.currimus.de zu finden.



Auf unterschiedlichen Routen ging es durch Schlangen.