

Eine Schule läuft



Der Bayerische Leichtathletik-Verband hat mit finanzieller Hilfe der Sportjugendstiftung der bayerischen Sparkassen speziell für den Schulsportunterricht ein Laufprojekt „Lauf dich fit!“ initiiert. Kinder und Jugendliche sollen zum Thema „Laufen“ mit Freude und Begeisterung dabei sein.

Ziel ist es, dass Kinder und Jugendliche die Fähigkeit erlangen, nach einer mehrwöchigen Übungs- bzw. Trainingsphase im Rahmen des Schulsportunterrichts an einer Lauf-Challenge der Schule - auch in Partnerschaft mit Leichtathletikvereinen - 15 oder sogar 30 Minuten ohne Gehpausen ausdauernd laufen können. Mit diesem Ziel ist die Stärkung der aeroben Ausdauerfähigkeit und damit des Herz-Kreislaufsystems verbunden; diese sportartenübergreifende Fitness ist zugleich ein wesentlicher Beitrag zur präventiven Gesundheitsförderung der Schuljugend und Grundlage für alle weiteren Sportarten.

Da Gesundheitserziehung ein wesentlicher Bestandteil im Schulkonzept ist, beteiligte sich die Grundschule Lalling natürlich an diesem Projekt und die einzelnen Klassen absolvierten das Lauftraining von 15 Minuten.

Das Ergebnis konnte sich im wahrsten Sinne des Wortes sehen lassen. Die Grundschule Lalling konnte einen überragenden 9. Platz unter den besten Schulen aus ganz Niederbayern belegen. Die gesamte Schule freute sich über die Einladung zur Abschlussveranstaltung von „Lauf dich fit!“ und 30 Schülerinnen

und Schülern unter Leitung von Martina Berg-Weber und Brigitte Schmid fuhren nach Passau ins Universitätsstadion. 1000 Kinder wurden erwartet und der Bayerische Leichtathletik-Verband E.V. hatte dies, angefangen vom Aufwärmtraining über Showeinlagen bis hin zu den sportlichen Aktivitäten, hervorragend organisiert. Verschiedene Stationen mussten die Kinder absolvieren und konnten an den Stationen, wie z.B. Ringwerfen, Medizinballstoß oder Jump & Reach, ihre Ausdauer und Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Zur Abkühlung standen Sprinkleranlagen und ausreichend Schattenplätze bereit.



Die Kinder hatten riesigen Spaß und es war ein tolles Erlebnis. Jeder Schüler bekam eine Urkunde. Erst am Nachmittag machten sich die Teilnehmer und Begleiter dann teilweise erschöpft, aber doch glücklich und zufrieden auf den Nachhauseweg.