

Abteilungsversammlung 2001

...das Wichtigste in Kürze...

Am 23 Januar 2001 fanden sich 12 von 61 Mitgliedern der Abt. Leichtathletik zur Abteilungsversammlung in der Stangenberghalle ein.

Erfreulich waren die Berichte der Übungsleiter: Die Mitgliederzahlen in den Gruppen von Gisela Ritter (Spieleleichtathletik) und Roland Schmitt (Laufftreff) haben sich im letzten Jahr erhöht – Tendenz weiter steigend.

Auch die Aktivitäten im vergangenen Jahr können sich sehen lassen. So wurden in Neckargemünd das Herbstmeeting und der Berglauf durchgeführt, die Laufftreffer nahmen erfolgreich am Germanenlauf in St. Ilgen und am Adventslauf in Schönau teil und auch die „Kleinen“ stellten ihr Können bei zahlreichen Sportfesten unter Beweis.

Für das Jahr 2001 stehen schon folgende Termine fest, die man sich merken sollte: den Frühlingsball des TB 04 am 12.Mai, den Heidelberger Rollstuhlmarathon am 20. Mai, am 23./24. Juni werden in Neckargemünd die Badischen Seniorenmeisterschaften ausgerichtet und schließlich finden im Oktober wieder das Herbstmeeting und im November der Berglauf statt.

Der guten Zusammenarbeit des Leichtathletik-Vorstandes wurde bei den Neuwahlen Rechnung getragen.

Den Orga-Ausschuss bilden für ein weiteres Jahr Daniel Ritter, Steffen Runz, Barbara Seibert und Joachim Seibert. Gisela Ritter bleibt Kassenwartin – die Prüfung übernimmt Anke Schindele.

Joachim behält auch sein Amt als Jugendvertreter für ein weiteres Jahr bei.

Das Foto zeigt den Leichtathletikvorstand:

5 Jahre Lauftreff

...ein kleines Résumé



„Gelungener Auftakt zum Lauftreff. Samstagnachmittag Punkt 15.00 Uhr konnten 5 Teilnehmer an der Stangenberghalle von Fritz Ritter begrüßt werden“.

So die ersten Zeilen zum Lauftreff im Mitteilungsblatt vom 18. Januar 1996.

Der Lauftreff besteht damit in diesem Jahr schon 5 Jahre. Der erste Lauf mit dem Lauftreff fand damit am Samstag, 13. Januar 1996 statt. Vieles hat sich seither geändert und einiges ist geblieben.

Geblichen ist der Spaß am Laufen und der Spaß bei gemeinsamen Unternehmungen. Geändert hat sich die Teilnehmerzahl. Diese ist stetig angewachsen. Selbst wenn durch einen Umzug sich Läuferinnen und Läufer vom Lauftreff verabschieden mussten, sind doch immer wieder neue LäuferInnen hinzugekommen.

Heute laufen wir meist mit einer Teilnehmerzahl zwischen 5 und 12 in den Lauftreffs. Jawohl, Lauftreffs. Seit Oktober 1997 bietet der Lauftreff auch mittwochs eine kürzere Strecke an.

Bei unseren Lauftreffs sind Frauen und Männer jeder Altersklasse vertreten. Auch schnelle Läuferinnen und Läufer finden schnell MitläuferInnen bei uns.

Sportliche Höchstleistungen stehen beim Lauftreff nicht im Vordergrund - obwohl wir uns selbstverständlich über jeden Erfolg von Lauftrefflern freuen. Eben diese haben wir doch ab und zu bei Volksläufen.

Neben zwei bis drei Volksläufen in einem Jahr treffen wir uns jährlich zu unserem Jahrestreffen - meist im Januar - mit Partnerin oder Partner und lassen es uns so richtig gut gehen.

Den Frühling begrüßen wir dann oftmals mit einem kleinen ‚Weizenbierfest‘ und im Sommer treffen wir uns dann bei einem Familiengrillfest. Natürlich darf das eine oder andere Treffen ruhig noch hinzukommen.

Neue Lauftreffler sind jederzeit herzlich willkommen. Wer hat nicht schon einmal mit dem Gedanken gespielt wieder einmal etwas für seinen Körper zu tun? Laufen bietet hierbei viele Vorteile.

Wie wirkt sich das Laufen aus? Hier einige Aspekte aus der Fachliteratur zum Thema Laufen.

- Das Herz- und Kreislaufsystem wird gestärkt.
- Das Gehirn wird besser durchblutet.
- Das Immunsystem wird gestärkt.
- Die Muskulatur und der Bewegungsapparat werden gestärkt.
- Die Lunge wird gekräftigt.
- Der Stress lässt sich leichter abbauen.
- Die Gewichtskontrolle (und das Abnehmen) fallen leichter.
- Das Naturerlebnis ist kostenlos auch noch dabei.

Nach diesen Argumenten bleibt nur noch eines - Laufschuhe anziehen und loslaufen.

Aber nicht übertreiben. Am besten im Lauftreff beginnen. Regelmäßig bieten wir ‚Schnupperkurse‘ an. Hierfür stellen wir beispielsweise auch Pulsmesser zur Verfügung. Die Termine für diese Schnupperkurse sind jeweils im Mitteilungsblatt bei den Vereinsnachrichten zu finden.