



<https://blz.li/3o2j>

TKJ SARSTEDT LÄDT ZUM GEMEINSAMEN LAUFEN ODER WALKEN EIN

Veröffentlicht am 27.05.2024 um 11:44 von Redaktion LeineBlitz

Laufen ist gesund. Laufen macht glücklich. Und Laufen kann die Welt ein bisschen besser machen. Deshalb wird am 5. Juni der Tag des Laufens gefeiert. Vereine, Lauftreffs und private Initiativen laden zum gemeinsamen Lauf am frühen Abend ein. Interessierte können überall kostenlos dabei sein..

Weltweit wird der Global Running Day jedes Jahr am ersten Mittwoch im Juni gefeiert. Und seit 2022 zelebriert auch Laufdeutschland dieses besondere Datum. Mit dem Tag des Laufens. Initiiert vom Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV), gemeinsam mit German Road Races (GRR), der Vereinigung der großen deutschen Straßenläufe. Und unterstützt von DATEV, dem Softwarehaus und IT-Dienstleister für



Steuerberater, Wirtschaftsprüfer, Rechtsanwälte und deren Mandanten. Auch der Lauftreff des TKJ Sarstedt beteiligt sich erstmals am Tag des Laufens. "Am Mittwoch, 5. Juni, wollen wir ab 18 Uhr ab Jahn-Sportpark in Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 42 alle zusammen entlang der Innerste laufen oder walken gehen", berichtet Björn Bartels, Leiter des Lauftreffs des TKJ Sarstedt. "Wie schnell oder langsam Du läufst oder walkst, spielt keine Rolle. Es ist auch egal, wie viele Kilometer du abspulst." Wer seine ersten 500 Meter schafft, gehört genauso zur großen Laufcommunity wie diejenigen, die an diesem Tag fünf, zehn oder sogar mehr Kilometer laufen. "Wichtig ist, dass wir zeigen, wie viele wir sind und dass beim Laufen wirklich alle willkommen sind. Das dokumentieren wir mit der Startnummer zum Tag des Laufens, die du dir mit deiner kostenlosen Anmeldung zum Tag des Laufens unter www.tagdeslaufens.de besorgen kannst. Die Startnummer kannst du dir zu Hause ausdrucken", sagt Bartels. Neben der Gesundheit und dem Spaß an der Bewegung steht beim Tag des Laufens auch das Thema Nachhaltigkeit im Fokus: Jeder kann mit seinem Lauf junge Bäume pflanzen lassen und so Projekte unterstützen, mit denen der Wald wieder aufgeforstet wird. "Denn wir alle brauchen Bäume für das gesündeste Hobby der Welt. Sie erzeugen den Sauerstoff, der unsere Muskeln antreibt. Mit einer freiwilligen Gebühr kannst Du im Rahmen deiner Anmeldung für den Tag des Laufens unserem Wald helfen, der in den vergangenen Jahren an Hitze, Trockenheit, Stürmen und dem Borkenkäfer sehr gelitten hat. Deine freiwillige Anmeldegebühr wird zusammen mit der Stiftung Unternehmen Wald eingesetzt, um vom Waldsterben betroffene Flächen in Deutschland mit solchen einheimischen Baumarten aufzuforsten, die mit den künftig zu erwartenden Klimabedingungen besser zurechtkommen als die zuletzt in Masse zerstörten Fichtenbestände. Das ist eine großartige Sache, betont Bartels. Björn Bartels teilt zudem mit, dass jede Mitmachende auch etwas gewinnen kann: "Du läufst oder walkst mit Deiner Startnummer und kannst Bilder und Eindrücke von deinem Lauf mit dem Hashtag #tagdeslaufens auf Instagram posten. Unter allen, die mit einer Startnummer auf der Social Wall auf tagdeslaufens.de sichtbar werden, verlost der DLV ein Laufoutfit inklusive Nike-Laufschuhe und Shokz-Kopfhörer im Wert von über 1000 Euro. Aber auch wer sich nicht online anmeldet, ist am 5. Juni sehr herzlich im Jahn-Sportpark willkommen und kann selbstverständlich mitlaufen oder mitwalken. Wir haben vor Ort etwa 100 Startnummern, die wir denen aushändigen können, die sich nicht online angemeldet haben."