

Start des Laufabzeichen-Wettbewerbs ‚AOK-Laufwunder‘ in Westfalen-Lippe: Rund 900 Schülerinnen und Schüler liefen mit Spaß und viel Elan beim Auftakt in Gladbeck Das Startsignal gab AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock

Gladbeck (24.09.2024). Laufen macht Spaß - und gemeinsam Laufen noch viel mehr. Das bewiesen heute rund 900 Schülerinnen und Schüler in Gladbeck. Das offizielle Startsignal zum Saisonstart des Laufabzeichen-Wettbewerbs 2024/2025 gab AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock. „Laufen macht Spaß und fördert die körperliche und seelische Fitness der Schülerinnen und Schüler. Gemeinsames Laufen und Sport an sich stellt aber auch ein gesundes Gegengewicht dar zu den medialen und digitalen Herausforderungen wie Computerspiele, Internetsurfen oder Chatten. Dabei werden wichtige Impulse für das Bewegungsverhalten und soziale Kontakte unseres Nachwuchses gesetzt“, sagte Kock. Und Marc Roschanski, Regierungsschuldirektor im Schulministerium NRW, betonte: „Beim Laufabzeichen-Wettbewerb können die Schülerinnen und Schüler sowie die beteiligten Lehrkräfte eindrucksvoll zeigen, wie vielseitig und abwechslungsreich der Schulsport sein kann. Außerdem ist Sport ein guter Ausgleich zu intensiven Lernphasen.“ Bereits zum zehnten Mal veranstalteten der Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V. (FLVW) und die AOK NordWest mit Unterstützung des Ministeriums für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen diesen Wettbewerb in Westfalen-Lippe.

Erst Warm-up, dann Rundkurs

Nach dem Warm-up durch AOK-Bewegungsexpertin Nicola Martens wurden die Schülerinnen und Schüler in drei Gruppen jeweils zeitversetzt von AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock auf die Strecke geschickt. Der Rundkurs führte neben dem Schulgelände des Heisenberg-Gymnasiums im Nordpark rund um den Nordpark Teich. Die Schülerinnen und Schüler drehten ihre Runden, bis sie ihre persönlich anvisierte Zeit für das Laufabzeichen erreicht hatten.

Gemeinsames Laufen

Beim landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘ konnten die Schülerinnen und Schüler der beteiligten Schulen in Gladbeck ihre Ausdauer unter Beweis stellen, indem sie 15, 30 oder 60 Minuten ohne Unterbrechung liefen. Neben dem Heisenberg-Gymnasium beteiligten sich die Wittringer Schule, die Südparkschule und die Josefschule. Dabei stand nicht die Schnelligkeit, sondern das gemeinsame Laufen im Vordergrund. „Die gemeinsame Teilnahme am Laufabzeichen-Wettbewerb fördert den Zusammenhalt und die soziale Kompetenz an der Schule“, sagte **Peter Hogrebe, Schulleiter am Heisenberg-Gymnasium Gladbeck.**

Spaß am Laufen wichtig

Ziel des landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerbs ‚AOK-Laufwunder‘ ist es, Kinder und Jugendliche über Spaß an Ausdauersportarten heranzuführen und sie dauerhaft für Bewegung zu begeistern. Das ist besonders wichtig, da der Bewegungsanteil mit zunehmendem Alter sinkt. „Am besten ist es natürlich, wenn sich die ganze Familie sportlich betätigt. Häufig motivieren sogar die Schülerinnen und Schüler ihre Eltern. Dazu bieten die vielen Sportvereine im Land ein vielseitiges Sportprogramm mit fachkundiger Anleitung“, sagte **FLVW-Präsident Manfred Schnieders** und warb für eine lebendige Laufkultur im Land.

Durchhalten lohnt sich

Während und nach dem Lauf konnten sich die Schülerinnen und Schüler mit Getränken erfrischen und erhielten im Anschluss ihr erlaufenes Stoff-Laufabzeichen, ihre persönliche Laufurkunde sowie das begehrte Laufwunder-Armband in ihren Klassenverbänden. „Laufen ist nicht nur gesund, sondern hat eine integrative Wirkung in der Schule. Kinder und Jugendliche, die Sport treiben, profitieren also gleich in mehrfacher Hinsicht davon“, betonte **Schulleiter Hogrebe**. Und **Bettina Weist, Bürgermeisterin der Stadt Gladbeck**, ergänzte: „Ich freue mich über die aktive Teilnahme der Gladbecker Schulen an dieser sportlichen Veranstaltung. Es ist offensichtlich, wie bewegungsfreudig und engagiert die Schülerinnen und Schüler hier vor Ort gemeinsam ihre Runden drehen.“

Bewegungsempfehlungen im Blick

AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock betonte: „Gerade für Kinder und Jugendliche ist es wichtig, regelmäßig Sport zu treiben, um gesundheitsfördernde Effekte durch Bewegung zu erzielen.“ Nach den Bewegungsempfehlungen der Weltgesundheitsorganisation sollten Kinder und Jugendliche im Alter von fünf bis 17 Jahren im Durchschnitt über die Woche täglich 60 Minuten mit einer mittleren bis hohen Intensität körperlich aktiv sein. Doch mehr als die Hälfte aller Mädchen und Jungen schaffen das leider nicht. Mit unserem Wettbewerb wollen wir mit dazu beitragen, dass das besser wird.“

Schulen im Vergleich

Für den Laufabzeichen-Wettbewerb zählt aber auch die gesamte Schulleistung. Noch bis zum 13. Juli nächsten Jahres können sich alle allgemein- und berufsbildenden Schulen in Westfalen-Lippe am aktuellen Laufabzeichen-Wettbewerb beteiligen. Weitere Informationen dazu online unter www.aok-laufwunder.de. Die Siegerschulen werden zum Ende des Schuljahres ermittelt und im nächsten Jahr geehrt. Den ‚fittesten‘ Schulen winken Geldpreise für die Klassenkasse im Gesamtwert von 5.000 Euro.

Das Rahmenprogramm des Lauftages wurde von **upletics-Geschäftsführer Marcus Hoselmann** moderiert. Coole Musik und seine motivierenden Ansagen unterstützten nach dem Startsignal die lauffreudigen Schülerinnen und Schüler auf ihren Runden rund um den Nordpark Teich.

Gesprächspartner für die Medien

AOK NordWest
Jens Kuschel, Pressesprecher
Kopenhagener Straße 1, 44269 Dortmund
Tel. 0800 2655-505528, Mobil: 01520 1566 136
E-Mail: presse@nw.aok.de