

Zweijähriges Bestehen des Lauf- und Walkingtreffs der Lebenshilfe Brakel

Anfang September 2020 fand das zweijährige Bestehen des Lauf- und Walkingtreffs der Lebenshilfe-Wohngemeinschaft Galgengrund statt. Dieser besondere Tag wurde – wie sollte es anders sein – natürlich mit einer Trainingseinheit begonnen. Dazu trafen sich die Mitglieder des Treffs mit Bewegungscoach Josef Hillebrand im Brakeler Generationenpark.



Seit zwei Jahren sportlich unterwegs: Die Mitglieder des Lauf- und Walkingtreffs der Wohngemeinschaft Galgengrund.

Natürlich blieb es nicht bei einem kurzen Training. Der Bewegungscoach hatte sich für diesen Tag nämlich ein besonderes Programm einfallen lassen: Nach mehrwöchiger, intensiver Vorbereitung konnte an diesem Tag wahlweise das Lauf- oder das Walkingabzeichen unter den Bedingungen des Deutschen Leichtathletik-Verbands (DLV) errungen werden.

Dazu mussten auf der Rundbahn des Generationenparks 15 oder 30 Minuten am Stück gelaufen oder gewalkt werden. Natürlich unter Einhaltung der aktuellen Corona-Schutzmaßnahmen und ohne dabei stehen zu bleiben. Von den sieben Teilnehmern und Teilnehmerinnen schafften sechs die erhöhte Anforderung von 30 Minuten. Die Begeisterung an der eigenen Leistung führte bei einigen sogar dazu, dass sie auch nach Erreichen der geforderten Zeit weiterliefen, um persönliche Bestmarken aufzustellen.

Im Anschluss fand im Garten der Wohngemeinschaft Galgengrund die Siegerehrung statt. Josef Hillebrand überreichte allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine offizielle Urkunde der Lebenshilfe, in der die persönliche Leistung dokumentiert wurde.

Mit der Veranstaltung blickt der Lauf- und Walkingtreff auf zwei erfolgreiche Jahre zurück, in denen alle Beteiligten ihren Sport in Gemeinschaft und mit viel Freude ausüben konnten. Zum Schluss des Tages äußerten alle Beteiligten einstimmig noch einen besonderen Wunsch:

Das Training soll noch viele Jahre so weitergehen!

Erinnerungen



