

GELUNGENER START DES NEUEN SPORTS.

Das offizielle RaceRunning-Training am Sportplatz Milbertshofen startete am 11. September 2018. Acht Kinder und acht Erwachsene hatten sich auf die erste Trainingsausschreibung gemeldet, um RaceRunning als neue Leichtathletik-Sportart für sich zu entdecken.

Vier Stunden schraubten die Coaches Hanna Antemann, Laura Geißler, Lutz Pflighar und Markus Mair an den RaceRunnern, um die Geräte optimal an die Athleten anzupassen. Die Arbeit lohnte sich: die freudigen Gesichter nach den ersten 100 Probemetern wird das Trainerteam so schnell nicht vergessen.

Zum ersten Mal erlebten die „RaceRunner“ wie sich richtig schnelles „Laufen“ anfühlt, wenn beide Beine den Boden verlassen und sich dieser Moment wie fliegen anfühlt. Dieses neugewonnene Gefühl von Freiheit und Geschwindigkeit war ein großes Geschenk für alle Teilnehmer.

Vor jedem Lauf steht ein konduktives Aufwärmtraining nach Prof. András Pető auf dem Programm. Die Übungen in der Gruppe werden durch Sprache begleitet – man nennt das Rhythmische Intendieren beim Bewegungslernen – und bereiten den Körper optimal auf den Sport vor. Auch für das Heimtraining unter der Woche können die Teilnehmer diese Übungen durchführen.

Aber nicht nur praktisch sondern auch organisatorisch ist einiges voran gegangen. So ist Trainer Markus Mair mittlerweile Abteilungsleiter für die Sportart RaceRunner beim BVS Bayern, dem Bayerischen Dachverband. Damit ist RaceRunning offiziell in Bayern als eigenständige Sportart im Verband aufgenommen worden und dem Aufbau des RaceRunning Stützpunktes steht nichts mehr im Wege. Momentan ist die Trainingsgruppe noch in der Winterpause, hofft aber, sobald das Wetter es zulässt, wieder mit dem Training anzufangen.

Für 2019 haben sich die RaceRunner viel vorgenommen:

- ▶ Teilnahme am Münchner Kindlauf im Englischen Garten in München am 4. Mai

- ▶ Teilnahme an der Laufveranstaltung Wings for life in München am 5. Mai
- ▶ Freundschaftswettkampf mit dem RaceRunning Team Österreich im Juni
- ▶ Teilnahme am CPISRA International Cup in Fredriksberg/Schweden vom 7. bis 14. Juli

Ein großer Dank geht an dieser Stelle an die Sponsoren, die es möglich machten, weitere RaceRunner zu kaufen: Die Unternehmer für Sechzig e.V., Andreas de Biasio sowie an Jutta Bernius von alipes e.V..

Wer an RaceRunning interessiert ist, kann sich gerne nach vorheriger Terminabsprache zu Probe-läufen per E-Mail anmelden unter: insel@pfennigparade.de.

