

## **Vereinslauf und Crosslauf: Sportliche Highlights im September in Schwerin**

Der Fünf-Seen-Laufverein Schwerin lädt am 3. und 7. September zu Stundenlauf und Frauenlauf ein. Anmeldung vor Ort.

Im September stehen beim Fünf-Seen-Laufverein in Schwerin gleich mehrere sportliche Höhepunkte auf dem Programm, die sowohl für erfahrene Läufer als auch für Familien und Interessierte offen sind. Am 3. September findet der 80. Stundenlauf statt, ein Event, das nicht nur die Ausdauer der Teilnehmer auf die Probe stellt, sondern auch eine gute Gelegenheit bietet, sich in einer geselligen Atmosphäre zu messen. Die Veranstaltung läuft ab 18 Uhr im Stadion Lambrechtsgrund, wo für musikalische Untermalung gesorgt wird.

„Der Stundenlauf ist für alle offen, es werden keine Startgebühren erhoben. Umkleide und Getränke gibt es vor Ort“, erläutert Kerstin Peter vom Fünf-Seen-Laufverein. Dies macht den Stundenlauf zu einer unkomplizierten Veranstaltung für Teilnehmer aller Leistungsniveaus. Mithilfe von Motiven wie Gemeinschaft und Spaß versucht der Verein, die lokale Sportkultur zu fördern und ein breites Publikum anzusprechen.

### **Frauenlauf am Faulen See**

Der folgende sportliche Höhepunkt ist der Frauenlauf, der am 7. September stattfinden wird. Besonders ansprechend ist die Einladung an Frauen und Kinder bis zu 12 Jahren, sowohl Mädchen als auch Jungen, um aktiv teilzunehmen. Auch

Rollstuhlfahrerinnen sind herzlich willkommen. Die Distanzen von vier und acht Kilometern können sowohl gelaufen als auch gewalkt werden, was die Veranstaltung zu einem inklusiven Erlebnis macht. Vor dem Start wird eine gemeinsame Erwärmung angeboten, um sicherzustellen, dass alle Teilnehmer gut vorbereitet sind.

Die Startunterlagen für den Frauenlauf können am Freitag, den 6. September, zwischen 15 und 18 Uhr bei Sport Scharf in der Mecklenburgstraße abgeholt oder am Läufertag selbst von 8 bis 9 Uhr bei der Kanurenngemeinschaft. Das Anmeldeverfahren erfolgt über die Plattform race result online oder vor Ort. Solche Organisation erleichtert den Einstieg in den Wettkampf und ermutigt mehr Menschen zur Teilnahme.

Ein weiteres Highlight wird am 22. September sein, wenn der Fünf-Seen-Laufverein gemeinsam mit der Stadt Schwerin den „Cross am Turm“ organisiert. Schüler der Klassenstufen 1 bis 13 treten in einem spannenden Wettbewerb über ihre Schulen an. Dies fördert nicht nur sportliche Fähigkeiten, sondern auch den Teamgeist unter den Teilnehmern. Die Anmeldungen verlaufen über die Schulen, was eine nahtlose Integration in den Schulalltag ermöglicht.

Diese Veranstaltungen zeigen nicht nur, wie wichtig der Sport für die Gemeinschaft ist, sondern auch, dass für alle Altersgruppen und Fitnesslevel etwas geboten wird. Die Angebote betonen Inklusion, Gemeinschaft und die Förderung der Gesundheit, was in der heutigen schnelllebigen Zeit von großer Bedeutung ist.

Der Fünf-Seen-Laufverein bietet somit eine Plattform für alle, die gerne aktiv sind und sich in einer unterstützenden Umgebung bewegen möchten. Diese Initiativen ermutigen dazu, den sportlichen Lebensstil zu pflegen und das Beste aus sich herauszuholen.

## **Wachstum des Laufens als**

# Veranstaltungssport

In den letzten Jahren hat der Laufsport in Deutschland an Popularität gewonnen. Immer mehr Menschen nehmen an kulturellen und sportlichen Veranstaltungen teil, was sich in der steigenden Anzahl von Wettkämpfen und Laufveranstaltungen widerspiegelt. Laut einer Umfrage des **Deutschen Olympischen Sportbundes** nehmen inzwischen über vier Millionen Menschen regelmäßig an Laufsportveranstaltungen teil, was die Bedeutung des Laufens als gesundheitliches und soziales Ereignis unterstreicht.

Zusätzlich hat die Verbreitung von sozialen Medien und Fitness-Apps dazu geführt, dass Laufgruppen und -gemeinschaften florieren. Diese Gemeinschaften fördern nicht nur die Gesundheit, sondern stärken auch das Gemeinschaftsgefühl unter den Teilnehmern.

## Schul- und Jugendsport im Fokus

Der Crosslauf der Schulen am 22. September ist ein hervorragendes Beispiel, wie junge Menschen in den sportlichen Wettbewerb eingebunden werden. In der heutigen Zeit legen Schulen zunehmend Wert auf Sportprogramme, um die physische Fitness und das soziale Miteinander der Schüler zu fördern. Studien zeigen, dass Sportaktivitäten nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Leistungsfähigkeit in der Schule positiv beeinflussen können. **Das Bundesministerium für Bildung und Forschung** hat verschiedene Initiativen ins Leben gerufen, um den Schulsport zu fördern und zu unterstützen.

In diesem Kontext spielt auch das Engagement von lokalen Vereinen, wie dem Fünf-Seen-Lauf-Verein, eine entscheidende Rolle. Die Einbindung von Schulen in Wettkämpfe fördert nicht nur das sportliche Können, sondern auch ein Leben langes Interesse am Sport.

# Inklusion im Laufsport

Die Offenheit der Veranstaltungen für verschiedene Gruppen, wie zum Beispiel die Eingliederung von Rollstuhlfahrerinnen in den Frauenlauf, steht im Einklang mit den Zielen der Inklusion im Sport. Laut dem **Deutschen Behindertensportverband** gibt es einen kontinuierlichen Trend zur Bereitstellung von barrierefreien Sportmöglichkeiten, wodurch Menschen mit Behinderungen die gleiche Teilhabe an sportlichen Aktivitäten ermöglicht wird.

Diese Entwicklungen zeigen, dass der Laufsport nicht nur eine Plattform für Leistung ist, sondern auch eine Gelegenheit, gesellschaftliche Barrieren abzubauen und ein stärkeres Gemeinschaftsgefühl zu schaffen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](https://www.n-ag.de)**