

Vom Nutzen des Sports

Zum Hochblauenberglauf in Müllheim: Gestern habe ich am 19. Hochblauenberglauf teilgenommen. Ich habe mit anderen Läufern der LG Brandenkopf teilgenommen, die mich als Neuling herzlich aufgenommen haben. Ich bin losgelaufen und wollte einfach nur das Ziel erreichen, egal in welcher Zeit. Es liegt mir nun am Herzen, allen Menschen, die bei dieser und ähnlichen

Veranstaltungen (seien es Läufe, Radrennen etc.) am Straßenrand stehen und die Teilnehmer aller Klassen anfeuern und motivieren, Danke zu sagen. Als Teilnehmer wird man durch ein »Auf geht's«-Klatschen so motiviert, weiter zu laufen, das hätte ich nie gedacht. Danke an alle, die oftmals viel Zeit an der Strecke verbringen, um die Teilnehmer zu bejubeln, Danke an alle Kinder, die mit ihren Trompeten am Straßenrand stehen

und die Hände zum Abklatschen rausstrecken.

An alle, die dem Sport bisher noch nicht so viel abgewinnen konnten: Seid motiviert und bewegt euch. Ich kann euch sagen, wenn man im Ziel ankommt, dann ist dies ein unbeschreibliches Glücksgefühl. Ihr müsst nicht gleich den nächsten Lauf in Angriff nehmen, aber seid motiviert, euch zu bewegen, egal in welcher Art. Lasst das Auto stehen

und fahrt mit dem Fahrrad zur Arbeit, holt das nächste Mal die Brötchen beim Bäcker zu Fuß oder mit dem Rad. Bewegt euch, denn das ist gesund für euch. Lebt nicht mit dem Motto »Sport ist Mord«. (...)

Und nun noch ein letztes Wort an alle Eltern: Bringt euren Kindern eine gesunde Portion Ehrgeiz bei und schickt sie ihn einen Turn-/Fußball-/Radverein etc. Sie sollen dabei lernen, sich durchzuboxen, ein Ziel zu erreichen, und vor allem Durchhaltevermögen beweisen. Die Kinder schaffen es auch mal, mit dem Rad oder zu Fuß irgendwo hinzukommen, sie müssen nicht immer mit dem Auto gefahren werden. Denn was sie in der Kindheit lernen, das werden sie ein Leben lang mitnehmen und eine gesunde Portion Ehrgeiz und Durchhaltevermögen werden sie alle brauchen können.



Von den Freuden des gemeinsamen Sporttreibens berichtet eine Leserin.

Foto: dpa

VERA MICHEL
Hohberg