

Auf einen Walk im Januar 2021

Es bedarf keiner hellseherischen Fähigkeit, um den Neujahrswunsch aller Menschen auf der ganzen Welt vorherzusagen: „Möge die Coronapandemie endlich ein Ende haben!“

Doch so leicht wird dieser Wunsch nicht in Erfüllung gehen. Ich denke, wir werden auch 2021 lernen müssen, mit dem Virus und seinen Folgen umzugehen.

Ich wäre ja schon froh, wenn wir uns wieder gemeinsam zum Laufen oder Nordic Walken verabreden könnten, wenn die Kurse endlich wieder stattfinden.

An Lauf- und Nordic Walkingveranstaltungen wage ich vor Ostern kaum zu denken. Es bleiben Hoffnung und Zuversicht! Sind nicht auch im Sommer 2020 die Zahlen bei gutem Wetter heruntergegangen - und das trotz Partys im Park und voller Strände an Nord- und Ostsee? Wie wirkt sich die Impfung aus? Und sollten jetzt nicht endlich alle wissen, wie sich das Virus verbreitet und was demnach zu tun und zu lassen ist? Gemeinsam Sport zu treiben funktioniert auch, ohne dass wir uns gleich um den Hals fallen.

Lasst uns in kleinen Schritten daran arbeiten, dass Begegnungen untereinander wieder möglich werden, ob im Sport oder in der Kultur – live ist so viel mehr wert, als online oder virtuell!

Ein kleiner Schritt könnte sein, eine Bindung zum Nordic Walking zu entwickeln. Regelmäßigkeit ist hier gefragt und das mindestens zweimal, besser dreimal pro Woche. Wer das alleine nicht schafft, der sollte sich zum Nordic Walking mit einer /m Partner*in verabreden. Das darf ich auch jetzt in Lockdownzeiten. Wenn die Kurse wieder stattfinden, sollte unsere Teilnahme Pflicht sein.

Ein weiterer Schritt wäre es, seine Begeisterung für die Sportart Nordic Walking mitzuteilen, nach dem Motto: „Tue Gutes und rede darüber!“

Vielleicht gelingt es auch, andere für unsere Sportart zu motivieren und wenn die Kurse dann wieder stattfinden können, zur Teilnahme zu ermuntern.

Wenn wir so ins Neue Jahr stapfen, kann es langsam, aber sicher aufwärts gehen.

Bis bald, wenn es wieder heißt: Auf einen Walk mit Martin!