

Auf einen Walk im November 2021

Jetzt ist sie da – die dunkle Jahreszeit mit Schmuttelwetter und vielen trüben Gegebenheiten. Da fällt es mitunter schwer, optimistisch zu bleiben.

Nicht allen ist es vergönnt, bei Tageslicht zu walken. Spätestens um 17 Uhr ist es dunkel.

Was bleibt sind beleuchtete Lauf- und Walkingstrecken, denn die Stirnlampen helfen nur bedingt. Zum Glück gibt es in Bielefeld viele Grünanlagen, die mit Laternen ausgestattet sind.

In dem Flyer „Bielefelder Runden“ sind 16 Lauf- und Nordic Walking Strecken, verteilt auf das Bielefelder Stadtgebiet, ausführlich beschrieben. Ein Aspekt ist dabei die Beleuchtung. Leider war selbst die 2. Auflage sehr schnell vergriffen, aber alle Strecken sind im Netz unter „Stadt Bielefeld/Bielefelder Runden“ leicht abrufbar und mittels QR-Codes stets zur Hand.

Wer nicht bei Dunkelheit allein unterwegs sein möchte, kann sich den vielen TSVE Lauf- und Walking Kursen anschließen. Sollte die Startzeit in die Dunkelheit fallen (Treffpunkte auf der Homepage www.leichtathletik.tsve.de), verfügen fast alle Kurse über beleuchtete Strecken.

Selbstverständlich sollten wir alle so unterwegs sein, dass wir selbst ohne Beleuchtung gut zu erkennen sind. Je mehr Reflektoren an unserer Kleidung sich befinden, um so besser. Sehen und gesehen werden!

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

Martin

