

## **Auf einen Walk im September 2022**

Eigentlich sollte an dieser Stelle ein Bericht über meine Nordic Walking Teilnahme am Feuerwehrlauf vom 3. September und meine Teilnahme am Run & Roll City vom 11. September stehen.

Aber 1. kommt es anders und 2. als man denkt! Beide Läufe fielen für mich aus und zwar aus ähnlichen Gründen, wie bei meiner verpassten Hermannslaufteilnahme.

Wieder Schüttelfrost, Fieber und völlige Kraftlosigkeit. Waren im April alle Coronatests negativ, zeigten jetzt die Tests Corona deutlich an. Somit könnte ich beide Läufe nur aus den Medien betrachten.

Hier konnte ich lesen, dass beide Veranstaltungen sehr erfolgreich waren.

Der Feuerwehrlauf, liebevoll organisiert durch die Freiwillige Feuerwehr Sieker, kommt durchaus anspruchsvoll daher. Geht es doch vom Feuerwehrhaus aus nach wenigen Metern gewaltig nach oben. Dort angekommen, kommt ein wenig Hermannslaufgefühl auf, denn man befindet sich auf der Promenade Richtung Sparrenburg. Während die 5 km-Strecke kurz vor der „Schönen Aussicht“ wieder zurückschwenkt, hält die 10 er Runde mit der Umrundung der Sparrenburg und weiteren Schleifen zwischen Sparrenburg und Brands Busch mit ständigem Bergauf und Bergab die Teilnehmer\*innen bei Laune. Ca. 2 Kilometer vor dem Ziel sind beide Strecken wieder vereint und es beginnt ab der Stückenstraße eine wilde Hast über einen schmalen Pfad abwärts ins Ziel. Wie gesagt: Beide Strecken, sowohl die 5 er-, als auch die 10 er- Strecke, sind sehr anspruchsvoll. Umso erfreulicher ist es, dass mit Robin Breer der Sieger über 10 Kilometer in 37:23 vom TSVE 1890 Bielefeld kommt. Über 5 Kilometer schaffte Elias Denzel Lantada in 18:12 den 2. Gesamtplatz und den 1. Platz in der Männerhauptklasse. Meike Wocken vom TSVE erreicht in 23:11 den 1. Platz bei den Frauen. Herzlichen Glückwunsch, natürlich auch an alle anderen, die sich dieser Herausforderung gestellt haben! Und schon einmal vormerken: 1. Freitag im September 2023; Feuerwehrlauf in Sieker! Es lohnt sich!

Gespannt war ich auf die Neuauflage des Run & Roll (Day) City. Weg vom OWD hin zum Kesselbrink mit neuer Laufstrecke rund um das Hufeisen, der Altstadt Bielefelds. Bei der Kritik nach dem Leinewebermarkt hatte ich gedacht, das funktioniert nie. Doch ich wurde eines Besseren belehrt. Nicht nur die Streckenführung kam an, sondern vor allem die „Eventfläche“ auf dem Kesselbrink; keine Engpässe, keine störenden Leitplanken. In den Zeitungen sah man nur zufriedene und glückliche Gesichter. Ich wäre gerne dabei gewesen. Hoffentlich im nächsten Jahr.

Im September bleiben noch zwei Veranstaltungen, bei denen sich das Nordic Walking lohnt. Bereits am Sonntag, den 18. September heißt es „ohne Auto mobil“, vom Rathaus in Bielefeld über die Heeper Straße, Vogteistraße, Schelpmilser Weg und Herforder Straße bis zu den Herforder Wällen ist die Strecke autofrei zu nutzen, um zu laufen, mit dem Rad oder Inlinern zu befahren oder eben mit Nordic Walking Stöcken zu absolvieren. Die Streckenlänge kann individuell festgelegt werden.

Noch sportlicher geht es beim Böckstiegeellauf am 24. September weiter. Hier sei aus Nordic Walking Sicht die 10 Kilometer Strecke an Herz gelegt. Fast wie beim Hermann erfolgt erst die Anfahrt mit dem Bus zum Start bei „Peter auf dem Berge“. Von dort verläuft die Strecke dann über den Hermannsweg und an Feldern vorbei bis in die Innenstadt von Werther. Ein unbedingtes Muss!

Mit einem Lächeln

*Martin*