

## **Einsteigerkurs 2017 erfolgreich abgeschlossen**

Am Freitag letzter Woche wurde der diesjährige Einsteigerkurs der Lußhardtläufer erfolgreich abgeschlossen. Gemeinsam mit den anderen Lußhardtläufern ging es wieder auf die Runde um die Grillhütte.

In diesem Jahr wurde mit dem Infoabend im Vorfeld zum Einsteigerkurs ja bereits ein neuer Weg beschritten. Dies setzte sich auch zum Abschluss fort, wo im Anschluss an das Laufen bei Grillwurst und Getränken der diesjährige Einsteigerkurs ausklang.

Vorsitzender Jörg-Uwe Meinke nutzte die Gelegenheit zu einem kurzen Resümee und sah neben vielen positiven Aspekten aber in den gewonnenen Erfahrungen durchaus auch noch Ansätze zu Optimierungsmöglichkeiten für das nächste Jahr. Die von Anfang an vorgenommene Integration der „Neuen“ in die „normale“ Laufgruppe gut geklappt und wurde auch von Seiten der Einsteiger/-innen sehr positiv gesehen. Er ermunterte die Einsteiger/-innen dazu am Ball zu bleiben, um die positiven Effekte für die Gesundheit nachzuhalten. Gemäß dem Motto des diesjährigen Kurses „Wer sich bewegt, hat schon gewonnen“ waren alle Teilnehmer/-innen Gewinner.

Der vielfach geäußerte Vorsatz, weiter am Laufen dran zu bleiben, wurde auch dadurch untermauert, dass es bereits einige neue Mitglieder/-innen gibt. Herzlich Willkommen - wir Lußhardtläufer freuen uns über den „Laufnachwuchs“ und hoffen, dass die Freude für das Laufen erhalten bleibt.

Ein Höhepunkt für die Einsteiger/-innen wird dann noch der gemeinsame Start beim Lußhardtlauf am 06.08.2017 über die 5 oder 10 km sein. Bis dahin kann noch fleißig an der Ausdauer geübt werden.