



**Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘ startet in Schleswig-Holstein:
Rund 900 Schülerinnen und Schüler ließen beim Auftakt in Flensburg das Schulgelände
‚vibrieren‘
AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin gab das Startsignal**

Flensburg (26.09.2024). „Auf die Plätze, fertig, Los!“ Um Punkt 11 Uhr gab heute AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin das Startsignal für den landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb in Schleswig-Holstein. Darauf hatten die 900 Schülerinnen und Schüler der Kurt-Tucholsky-Schule in Flensburg nur gewartet und liefen trotz Dauerregens hochmotiviert los, um ihr Laufabzeichen zu absolvieren. „Mit dem Laufabzeichen-Wettbewerb wollen wir die Schülerinnen und Schüler in Bewegung bringen, sie dauerhaft zu mehr Fitness motivieren, um ihre Ausdauer zu verbessern. Vielen macht Laufen besonders viel Spaß, wenn es gemeinsam erlebt wird“, sagte Kölpin. Und Stephanie Heß, Schulaufsicht im Landes-Bildungsministerium, betonte: „Schulsport ist sehr vielseitig und kann entscheidende Impulse zum weiteren Bewegungsverhalten der Schülerinnen und Schüler geben. Sich wie heute hier gemeinsam zu bewegen, verbindet und motiviert gleichzeitig.“ Zum 37. Mal veranstalteten der Schleswig-Holsteinische Leichtathletik-Verband e. V. (SHLV) und die AOK NordWest mit Unterstützung des Ministeriums für Allgemeine und Berufliche Bildung, Wissenschaft, Forschung und Kultur des Landes Schleswig-Holstein diesen landesweiten Wettbewerb.

Erst Warm-up, dann Rundkurs

Nach dem Warm-up durch die Schülerinnen und Schüler des Sport-Profils ‚Mensch und Bewegung‘ der Kurt-Tucholsky-Schule (KTS) wurden die 900 Schülerinnen und Schüler auf dem Vorplatz der KTS von AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin mit dem Startsignal auf die Strecke geschickt. Der Rundkurs führte durch die Grünanlagen neben der Schule zum Sportplatz und von dort wieder zum Vorplatz zurück. Die Schülerinnen und Schüler drehten ihre Runden, bis sie ihre persönlich anvisierte Zeit für das Laufabzeichen erreicht hatten.

Gemeinsames Laufen

Beim landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘ konnten die Schülerinnen und Schüler in Flensburg ihre Ausdauer unter Beweis stellen, indem sie 15, 30 oder 60 Minuten ohne Unterbrechung liefen. Dabei stand nicht die Schnelligkeit, sondern das gemeinsame Laufen im Vordergrund. „Die gemeinsame Teilnahme am Laufabzeichen-Wettbewerb fördert den Zusammenhalt und die soziale Kompetenz an der Schule. Und wer sich regelmäßig bewegt, profitiert davon auch im Unterricht, da Sport ein guter Ausgleich zu intensiven Lernphasen ist“, sagte **Martin Feddersen, Schulleiter der KTS.**

Der Spaßfaktor zählt

Ziel des landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerbs ‚AOK-Laufwunder‘ ist es, Kinder und Jugendliche über Spaß an Ausdauersportarten heranzuführen und sie dauerhaft für Bewegung zu begeistern. Das ist besonders wichtig, da der Bewegungsanteil mit zunehmendem Alter sinkt. „Am besten ist es natürlich, wenn sich die ganze Familie sportlich betätigt. Häufig motivieren sogar die Schülerinnen und Schüler ihre Eltern. Dazu bieten die vielen Sportvereine im Land ein vielseitiges Sportprogramm mit fachkundiger Anleitung“, sagte **SHLV-Präsident Hartmut Weber** und warb für eine lebendige Laufkultur im Land.

Durchhalten wird belohnt

Nach dem Lauf konnten sich die Schülerinnen und Schüler mit Getränken und Obst erfrischen. Am Ende hielten sie stolz ihr erlaufenes Stoffabzeichen und die Urkunde in den Händen. "Sport ist gesund, hält fit und hat eine integrative Wirkung in der Schule. Kinder und Jugendliche, die Sport treiben, profitieren also gleich in mehrfacher Hinsicht davon", so **der Schulsportbeauftragte der Stadt Flensburg, Klaus Jens**. Und der **Vorsitzende des Ausschusses für Bildung, Sport und Kultur Flensburg, Timo Schwendke**, zeigte sich begeistert über so viel jugendliche Lauffreude in ‚seiner‘ Stadt. „Mit dieser sportlichen Großveranstaltung zeigen wir hier in Flensburg, wie sport- und laufbegeistert schon die jungen Menschen sind. Und das darf gerne so weiterlaufen. Ich freue mich sehr, dass wir Austragungsort für den Auftakt dieses landesweiten AOK-Laufwundertages sind.“

Bewegungsempfehlungen im Blick

AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin betonte: „Gerade für Kinder und Jugendliche ist es wichtig, regelmäßig Sport zu treiben, um gesundheitsfördernde Effekte durch Bewegung zu erzielen.“ Nach den Bewegungsempfehlungen der Weltgesundheitsorganisation sollten Kinder und Jugendliche im Alter von fünf bis 17 Jahren im Durchschnitt über die Woche täglich 60 Minuten mit einer mittleren bis hohen Intensität körperlich aktiv sein. Doch mehr als die Hälfte aller Mädchen und Jungen schaffen das leider nicht. Mit unserem Wettbewerb wollen wir mit dazu beitragen, dass das besser wird.“

Gesamte Schule im Vergleich

Für den Laufabzeichen-Wettbewerb zählt aber auch die gesamte Schulleistung. Noch bis zum 27. Juli nächsten Jahres können sich alle allgemein- und berufsbildenden Schulen in Schleswig-Holstein am aktuellen Laufabzeichen-Wettbewerb beteiligen. Weitere Information dazu online unter www.aok-laufwunder.de. Die Siegerschulen werden zum Ende des Schuljahres ermittelt und im nächsten Jahr geehrt. Den ‚fittesten‘ Schulen winken Geldpreise für die Klassenkasse im Gesamtwert von 5.000 Euro sowie Sportartikel.

Das Rahmenprogramm des Lauftages wurde von **R.SH-Chef-Korrespondent Carsten Kock** professionell moderiert. Coole Musik und seine motivierenden Ansagen unterstützten nach dem Startschuss die lauffreudigen Schülerinnen und Schüler auf ihren Runden über das Schulgelände.

Gesprächspartner für die Medien

AOK NordWest – Die Gesundheitskasse.
Jens Kuschel, Pressesprecher
Edisonstraße 70, 24145 Kiel
Tel. 0800 2655-505528, Mobil: 01520 1566 136
E-Mail: presse@nw.aok.de