



## **Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘: Mehr als 1.000 Schülerinnen und Schüler beim offiziellen Auftakt in Eckernförde AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin gab das Startsignal**

**Eckernförde (02.10.2025).** Los geht's! Um 11:15 Uhr gab AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin heute das Startsignal für den landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb in Schleswig-Holstein. Darauf hatten die mehr als 1.000 Schülerinnen und Schüler in Eckernförde schon gewartet, um voller Elan ihr Laufabzeichen zu absolvieren. „Es ist ganz einfach: die Ausdauer verbessern, die Fitness steigern und einfach Spaß am und beim Laufen haben. Mit dem Laufabzeichen-Wettbewerb wollen wir die Schülerinnen und Schüler in Bewegung bringen und sie dazu motivieren, dauerhaft in Bewegung zu bleiben“, sagte Kölpin. Und Stephanie Heß, Schulaufsicht im Landes-Bildungsministerium, betonte: „Schulsport ist sehr vielseitig und kann das weitere Bewegungsverhalten der Schülerinnen und Schüler positiv beeinflussen und fördern. Sich wie heute hier gemeinsam zu bewegen, verbindet und motiviert dabei gleichzeitig.“ Zum 38. 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.

### **Nach dem Warm-up der Rundkurs**

Nach dem Warm-up durch die Schülerinnen und Schüler aus dem Sportprofil des 13. Jahrgangs wurden die mehr als 1.000 Schülerinnen und Schüler der Peter-Ustinov-Schule und der Jungmannschule auf dem Schulvorplatz mit dem Startsignal von AOK-Serviceregionsleiter Stefan Kölpin auf die Strecke geschickt. Der circa ein Kilometer lange Rundkurs führte durch die Grünanlagen neben der Schule zum Sportplatz und von dort wieder zum Vorplatz zurück. So drehten die Schülerinnen und Schüler ihre Runden, bis sie ihre persönlich anvisierte Zeit für das Laufabzeichen erreicht hatten.

### **Laufen: stärkt Ausdauer, fördert Sozialkompetenz und erleichtert das Lernen**

Beim landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘ konnten die Schülerinnen und Schüler der beiden Schulen in Eckernförde ihre Ausdauer unter Beweis stellen, indem sie 15, 30 oder 60 Minuten ohne Unterbrechung liefen. Nicht die Schnelligkeit, sondern das gemeinsame Laufen stand dabei im Vordergrund. **Michael Rehbehn, stv. Schulleiter der Peter-Ustinov-Schule Eckernförde-Schule** sagte: „Wir freuen uns, in diesem Jahr die Auftaktveranstaltung auszurichten. Laufen stärkt die Ausdauer, fördert Fairness und Gemeinschaft und macht erlebbar, wie wertvoll gemeinsame Bewegung und Durchhaltevermögen sind. Das ‚Laufwunder‘ ist mehr als nur ein Sportereignis - es hat einen hohen Wert für die Persönlichkeits- und Wertebildung unserer Schülerinnen und Schüler.“ Mit Beginn des neuen Schuljahres nach den Sommerferien ist die Vorbereitung für den Laufabzeichen-Wettbewerb Teil des Sportunterrichts der Peter-Ustinov-Schule. Und **Sebastian Klingenberg, Schulleiter der Jungmannschule Eckernförde**, ergänzte: „Die gemeinsame Teilnahme am Laufabzeichen-Wettbewerb fördert den Zusammenhalt und die soziale Kompetenz an der Schule. Wir stellen häufig fest: wer sich regelmäßig bewegt, profitiert davon auch im Unterricht, da Sport ein guter Ausgleich zu intensiven Lernphasen ist.“

## **Mit Spaß zu sportlicher Vielfalt und Ausdauer**

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. „Wir freuen uns über jeden und jede Einzelne, der oder die sich regelmäßig bewegt. Oft ist der Schulsport oder der Laufabzeichen-Wettbewerb ein guter Einstieg für junge Menschen, regelmäßig in einen Sportverein aktiv zu werden und zu trainieren. Am besten ist es natürlich, wenn sich die ganze Familie beteiligt. Häufig motivieren sogar die Schülerinnen und Schüler ihre Eltern. Die vielen Sportvereine im Land bieten ein vielseitiges Sportprogramm unter fachkundiger Anleitung an“, sagte **SHLV-Vizepräsident Matthias Welz**.

## **Laufabzeichen erlaufen**

„Ich freue mich sehr, über die aktive Teilnahme der Eckernförder Schulen an dieser sportlichen Veranstaltung und dass Eckernförde dadurch Austragungsort für den Auftakt des aktuellen landesweiten Laufabzeichen-Wettbewerbes ist“, sagte **Eckernfördes Bürgermeisterin Iris Ploog**. 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.

## **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. Doch mehr als die Hälfte aller Mädchen und Jungen schaffen das leider nicht. Mit dem Laufabzeichen-Wettbewerb wollen wir dazu beitragen, dass sich das ändert.“ 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.

## **Gesamte Schule im Vergleich**

Für den Laufabzeichen-Wettbewerb zählt aber auch die gesamte Schulleistung. Noch bis zum 11. 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](http://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](mailto:presse@nw.aok.de)