

Laufabzeichen-Wettbewerb ‚AOK-Laufwunder‘ startet für alle Schulen in Westfalen-Lippe:

Erfolgreicher Auftakt in Brakel mit 300 sportlichen Schülerinnen und Schülern

Brakel (16.09.2026). Laufen ist gesund und macht Spaß. Diese wertvolle Erfahrung machten heute rund 300 Schülerinnen und Schüler auf dem Schulgelände der Adolph-Kolping-Schule in Brakel. Dort fand der Saisonstart des Laufabzeichen-Wettbewerbs 2026/2027 ‚AOK-Laufwunder‘ mit einem bunten Rahmenprogramm und vielen Gästen statt. „Laufen macht Spaß und fördert die körperliche und seelische Fitness der Schülerinnen und Schüler. Gemeinsames Laufen und Sport an sich stellt aber auch ein gesundes Gegengewicht dar zu den medialen und digitalen Herausforderungen wie Computerspiele, Internetsurfen oder Chatten. Dabei werden wichtige Impulse für das Bewegungsverhalten und soziale Kontakte unseres Nachwuchses gesetzt. Außerdem ist Sport ein guter Ausgleich zu intensiven Lernphasen“, sagte AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhöner. Bereits zum zwölften Mal veranstalteten der Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V. (FLVW) und die AOK NordWest mit Unterstützung des Ministeriums für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen diesen Wettbewerb in Westfalen-Lippe.

Rundkurs ums Schulgelände

Nach dem Warm-up durch AOK-Bewegungsexperte Luka Ick wurden die Schülerinnen und Schüler in zwei Gruppen jeweils zeitversetzt von Matthias Wehmhöner auf die Strecke geschickt. Der Rundkurs führte vom AOK-Torbogen auf dem Schulhof rund um das Schulgelände der Adolph-Kolping-Schule. Dabei drehten die Schülerinnen und Schüler ihre Runden solange, bis sie ihre persönlich anvisierte Zeit für das Laufabzeichen erreicht hatten. Bereits ab 15 Minuten Laufzeit ohne Unterbrechung gab es ein Laufabzeichen. Aber auch 30 und 60 Minuten Laufzeiten wurden belohnt.

Zusammenhalt und Gemeinschaftserlebnis

Beim AOK-Laufwunder stand jedoch nicht die Schnelligkeit, sondern das gemeinsame Laufen im Vordergrund. Neben der Adolph-Kolping-Schule beteiligte sich noch die benachbarte Brüder-Grimm-Schule am Wettbewerb. „Die gemeinsame Teilnahme am Laufabzeichen-Wettbewerb fördert den Zusammenhalt und die soziale Kompetenz aller Teilnehmenden“, sagte **Dietmar Overbeck, Schulleiter der Adolph-Kolping-Schule**. **Corinna Roland, stellvertretende Schulleiterin der Brüder-Grimm-Schule** fügte hinzu: „Diese Auftakt-Veranstaltung bietet eine gute Möglichkeit, den Kindern Freude am Laufen und an Bewegung zu vermitteln. Daher war es für uns als Schule auch wichtig, daran teilzunehmen.“

Mehr Bewegung im Alltag

Ziel des Laufabzeichen-Wettbewerbs ist es, Kinder und Jugendliche aus ganz Westfalen-Lippe 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 **FLVW-Präsident Manfred Schnieders** und warb für eine lebendige Laufkultur im Land.

Durchhalten lohnt sich

„Laufen ist nicht nur gesund, sondern hat eine integrative Wirkung in der Schule. Kinder und Jugendliche, die Sport treiben, profitieren also gleich in mehrfacher Hinsicht davon“, betonte **Eva Klare-Kurtenbach, Geschäftsführerin Kolping Schulwerk gGmbH**, und **Alexander Kleinschmidt, Bürgermeister der Stadt Brakel**, ergänzte: „Ich freue mich über die aktive Teilnahme der Brakeler Schulen an dieser sportlichen Veranstaltung. Es ist beeindruckend, wie bewegungsfreudig und engagiert die Schülerinnen und Schüler hier vor Ort gemeinsam ihre Runden drehen.“

Bewegungsziel wird nicht erreicht

AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhöner 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 dazu beitragen, dass das besser wird,“ so Wehmhöner.

Das Rahmenprogramm des Lauftages wurde von upletics-Geschäftsführer Marcus Hoselmann moderiert. Coole Musik und seine motivierenden Ansagen unterstützten nach dem Startsignal die lauffreudigen Schülerinnen und Schüler auf ihren Runden. Während und nach dem Lauf konnten sich die Schülerinnen und Schüler mit Getränken erfrischen und erhielten im Anschluss ihr erlaufenes Stoff-Laufabzeichen, ihre persönliche Laufurkunde sowie das begehrte Laufwunder-Armband in ihren Klassenverbänden.

Schulen im Vergleich

Für den Laufabzeichen-Wettbewerb zählt auch die gesamte Schulleistung. Noch bis zum 18. Juli nächsten Jahres können sich alle allgemein- und berufsbildenden Schulen in Westfalen-Lippe am aktuellen Laufabzeichen-Wettbewerb beteiligen. Weitere Informationen 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.

Gesprächspartner für die Medien

AOK NordWest
Jens Kuschel, Pressesprecher
Kopenhagener Straße 1, 44269 Dortmund
Tel. 0800 2655-505528
Mobil: 01520 1566 136
E-Mail: presse@nw.aok.de