

Rund 100 Kinder trainierten für den Limmat-Lauf

Einmal mehr lud das OK des Badener Limmat-Laufes Kinder und Jugendliche zu einem Besichtigungstraining auf der Laufstrecke ein. Nach vierjährigem Unterbruch wars am 15. März wieder soweit. Bereits eine halbe Stunde vor Beginn herrschte bei der Rundbahn Aue so etwas wie richtige Laufstimmung und um halb vier, als das Training begann, konnte Jacqueline Keller, welche dieses Training organisierte, rund 100 Kinder zu diesem Probelauf begrüßen.

Zuerst wurden die Kinder und die Eltern über den Limmat-Lauf informiert, dann wurden die Gruppen eingeteilt und los gings: Vom OK fungierten Marco Kim, Fabienne Aubry und Henrike Nelissen als Leiter und von der LG Horn Gebenstorf-Turgi half Vivienne Sieber mit. Die Aelteste, Jacqueline Keller, Mitglied x'traSTV Baden, übte mit den Jüngsten, den Piccolos, auf der Kurzstrecke. Die Leitenden fuchsten die Kinder in Lauftaktik ein, übten mit ihnen auf der Piccolo- und auf der Holzbrugg-Strecke und absolvierten anschliessend auch das Cooling-Down und das Dehnen mit den kleinen Sportlern.

Bei einigen sah man, dass schon eine recht gute Ausdauer vorhanden ist. Andere merkten, dass wohl am Wochenende nochmals ein solches Training gut wäre. Nach dem Training gabs als Lohn gesunde Energie-Stängel, welche gleich freudig verspiesen wurden. Die Leitenden waren sehr erstaunt und erfreut, dass nach der Corona-bedingten Pause von vier Jahren so viele Kinder mitmachten. Die rund 100 Teilnehmenden waren ein Aufsteller und der ganze Anlass konnte unfallfrei durchgeführt werden und die Kinder zeigten sich während des ganzen Trainings interessiert und konzentriert. Erfreulich war auch, dass viele von Eltern und Grosseltern begleitet wurden. Rundum also ein erfolgreicher Nachmittag.

An dieser Stelle danken wir allen Kindern und Eltern für die Teilnahme am Training, den Leitenden von der LG Horn und der LV Wettingen-Baden, bzw. des Limmat-Lauf-OK's für ihren Einsatz sowie, allen, welche noch etwas die Werbetrommel für diesen schönen Anlass gerührt haben. Ein grosses Dankeschön geht auch ans Migros-Kulturprozent, welches dieses Training wiederum unterstützt hat.

Jacqueline Keller