

Spiridoner

Unabhängig unbestechlich unbezahlbar

Vereinszeitung des Spiridon - Clubs Bad Oldesloe

Bad Oldesloe, den 11.12.2014

Liebe Spiridonis,

für viele ist jetzt spätestens nach dem Crosslauf bzw. dem anspruchsvollen Ratzeburger Adventslauf eine Ruhepause d.h. REGENERATION angesagt und die Weihnachtsbäckerei hat Hochsaison. Daher möchte ich an dieser Stelle kurz für die NEUEN und selbstverständlich auch für die „alten“ Mitglieder über einige Aktivitäten des Spiridon Clubs Bad Oldesloe berichten, Euch zu neuen sportlichen Aktivitäten motivieren bzw. Euch informieren.

Der sog. „Testlauf“ um den Ratzeburger See, der sich seit ein paar Jahren etabliert hat, war dieses Jahr besonders gut besucht. Über 20 LäuferInnen trafen sich am Sonntag schon um 9:00 Uhr in Oldesloe an der Ratzeburger Straße auf einem großen Parkplatz, um in Fahrgemeinschaften nach RZ zu fahren. Vom RZ-Marktplatz ging es dann bei typischem Novemberwetter - sehr neblig und ein wenig nieselig - los. Schnell fanden sich passende Laufgruppen und so „pflügten“ wir gemeinsam durch ein Laubmeer – vorbei am schönen RZ-See. Im herbstlichen Wald waren nur wenige Spaziergänger unterwegs und am Himmel ließ sich ein Seeadler bewundern. Am Ziel angekommen, kurz am Auto umgezogen, kamen danach die leckersten selbstgebackenen Kekse, Kuchen, belegte Brote, Obst, Nüsse und andere Leckereien aus den Sporttaschen hervor. Bei heißem Tee und Kaffee wurde es ein geselliger Abschluss. So zeigt sich einmal mehr, dass viele LäuferInnen dann doch auch genießen können ☺

Darüber hinaus waren auch dieses Jahr wieder viele Spiridoner bei weiteren großen und kleinen Läufen bzw. Wettkämpfen dabei, beim Lümmellauf, Travelauf, HH-Marathon, Frauenlauf, Köhlbrandbrückenlauf, Mitternachtslauf, Harzlauf, Rennsteig, London-Marathon, um nur einige zu nennen. Durch unseren sehr engagierten Pressewart Volker Evers konnte man vieles in der Presse verfolgen und durch die professionelle Web-Betreuung von Lars Knickrehm könnt ihr viele Berichte, Ergebnisse und Fotos auf unserer Homepage: www.spiridon-oldesloe.de nachlesen. Die Web-Seite wurde nochmals deutlich verbessert und ist jetzt noch klarer und übersichtlicher geworden. Ganz großen Dank an Volker und Lars.

Der Trainerwechsel der Mittwochsgruppe erfolgte bereits Anfang des Jahres. Bernd Rowlin übergab die Mittwochsgruppe an Peter und Mira Buchmann. Mira und Peter wechseln sich ab und führen das Training engagiert und in ihrem Stil weiter.

An dieser Stelle möchte ich den **Dank des Vorstandes** insbesondere an alle Trainer aussprechen. Ohne ihren unermüdlichen Einsatz - „bei Wind und Wetter“ und jede Woche – wäre vieles nicht möglich, denn ohne gute „Zugpferde“ läuft bekanntlich nichts. Der Dank gilt natürlich auch den zahlreichen Helfern, die unsere unterschiedlichen Veranstaltungen erst möglich machen (auch bei diesen Veranstaltungen sehe ich wieder die Trainer ebenfalls tatkräftig mit anpacken und genauso die Vorstandsmitglieder u.v.m.). Von diesen Veranstaltungen wird es auch in 2015 wieder zahlreiche geben!

Die Veranstaltungen sind grundsätzlich gut gelaufen. Bedauerlicherweise ist jedoch festzustellen, dass insbesondere beim Stadtlauf sowohl die Teilnehmer- als auch die Zuschaueranzahl stetig abgenommen hat. Hier wird sich für den nächsten Stadtlauf 2015 eine engagierte Gruppe einsetzen, um dies mit Nachdruck - hoffentlich - zu verändern. Herzlichen Dank besonders an Thies, Erich, Traute H. und Kai und die anderen Helfer.

Unbedingt vormerken:

Am **20. Februar 2015 um 19:00** Uhr findet im Sportlerheim des Kurparkstadions unsere nächste **Jahreshauptversammlung** statt. Wir würden uns sehr freuen, wenn möglichst viele Mitglieder dabei sind.

Hier wie immer noch ein kleiner Motivationsschub zum Laufen. Das neue Wettkampfsjahr wird - bekanntlich - beim **Ahrensburger Lümmellauf** am 18. Januar 2015 eröffnet. Unsere Sportwartin, Heike Rittmeier-Lehning, hat schon viele Anmeldungen entgegengenommen. Anmeldungen für Landesmeisterschaften und Kreismeisterschaften laufen auch über leistungssport@spiridon-oldesloe.de.

Nun möchte ich Euch selbstverständlich auch noch über **unsere Veranstaltungen im nächsten Jahr informieren**. Wie ja alle wissen, Helfer werden immer gesucht und dringend gebraucht!

- **Travelauf** am Sonntag, 29. März 2015
- **Poggensee-Triathlon** am Sonntag, 5. Juli 2015
- **Stadtlauf** am Samstag, 29. August 2015
- **Stundenlauf** am Samstag, 26. September 2015

Zum traditionellen Silvesterlauf möchte ich Euch – herzlich einladen (am Kurpark-Stadion um 11:00 Uhr). Besonders für unsere neuen Mitglieder ist es eine gute Gelegenheit, die „alten Hasen“ kennenzulernen. Beim Silvesterlauf geht es um einen gemütlichen Lauf oder auch Spaziergang auf dem Bahndamm, um sich dann hinterher bei Punsch (gibt auch Kinderpunsch) und Berlinern über verschiedene Dinge auszutauschen. Dankenswerterweise sorgen Uta und Rolf Theissen wieder für den heißen Punsch und die leckeren Berliner. Vielen Dank liebe Uta und Rolf!

Jetzt bleiben mir nur noch die guten Wünsche zum Weihnachtsfest. Wir hoffen, dass Ihre schöne und ruhige Feiertage erlebt und vielleicht sogar Gelegenheit habt, durch den Schnee zu laufen. Allen, die nicht am Silvesterlauf teilnehmen können, wünschen wir schon jetzt vor allem ein gesundes und möglichst verletzungsfreies Jahr 2015 - und weiterhin **viel Freude** an der Bewegung.

Viele sportliche Grüße
Eure Angelika (Geli) Köppler-Neas