

Der 16. Rhönlauf 2022 lockte 410 Teilnehmer an „Familientreffen der Nordic-Walking-Szene“

Zweimal musste er ausfallen, doch nach drei Jahren Pause fand in der Natursportgemeinde Poppenhausen an der Wasserkuppe nun wieder der Rhönlauf statt. Am vergangenen Sonntag, den 10. Juli 2022, machten sich insgesamt 410 Läuferinnen und Läufer einzeln oder in Gruppen auf die drei Panoramastrecken. Die Naturliebhaber kamen aus nah und fern, um am Familientreffen der „Nordic-Walking-Szene“ teilzunehmen.

Bürgermeister Manfred Helfrich, selbst seit Beginn des Nordic Walking in der Region ein aktiver Läufer, erinnerte in seiner Begrüßung daran, dass in 2004, also bereits vor 18 Jahren der erste Nordic-Walking-Panorama-Park in der Gemeinde Poppenhausen angelegt wurde. In 2005 entstand dann die Kooperation mit dem Hauptsponsor Förstina-Mineralbrunnen, sowie mit tegut-Gute Lebensmittel und der Bäckerei Pappert, die seither ebenfalls die Laufveranstaltung unterstützen. Der vor einigen Jahren gewonnene Medienpartner Osthessen-News hatte den Rhönlauf in seinem großen Verbreitungsgebiet angekündigt.

Zu der langen Vakanz während der leider noch immer andauernden Pandemie meinte der Bürgermeister: "Die Menschen sehnen sich nach Bewegung, aber auch nach Begegnung. Jeder konnte in der Zeit der Beschränkung zwar für sich alleine laufen, aber in der Gemeinschaft ist es doch schöner, zumal über die Jahre durch den Rhönlauf viele Freundschaften geschlossen wurden.

Wie in jedem Jahr rundeten Fachvorträge den Rhönlauf ab. Dr. med. Jörg Simon, Internist und Sportmediziner aus Fulda, referierte zum Thema "Warum Nordic Walking medizinisch so gut für Sie ist": "Nordic-Walking sei die Sportart schlechthin für alle von Jung bis Alt: Der Vorteil sei, dass der ganze Körper beansprucht wird und Muskeln und Gelenke gleichmäßig belastet werden. Nordic-Walking sei extrem effektiv im Vergleich zu anderen Sportarten, und vor allem erheblich weniger verletzungsanfällig. Aus kardiologischer und diabetologischer Sicht ist dieser Sport sehr gut geeignet als Vorbeugung gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Die Gelenke werden durch ein ordentliches Schuhwerk und die Nutzung von Stöcken in der richtigen Länge sowie ein gutes Training gut genutzt. Andreas Helmkamp, Physiotherapeut und Master Trainer aus Fulda, referierte zusätzlich zum Thema "Auf die richtige Lauftechnik komme es an, so der kompetente Therapeut.

Nach der Rückkehr von der Strecke haben die Läufer ihre unterwegs an einem Verpflegungsstand abgestempelten Start-Karten in eine Lostrommel geworfen und so an der Verlosung teilgenommen.

Gegen 14:00 Uhr wurden die größten Gruppen geehrt: In der Kategorie der privaten Lauftreffs waren dies „Macks Malle-Hopper“. In der Kategorie der Firmengruppen stellten Papperts Fitness-Bäckerei, gefolgt von der Apotheke Sapper, die meisten Läufer*innen. die Nase vorn. Anschließend wurden unter

den Teilnehmern noch zahlreiche Preise verlost. Für gute Stimmung auf dem Festplatz sorgten die fünf Hüttenvagabunden mit Oberkrainer-Sound. Der Bürgermeister dankte dem Unternehmen Förstina-Sprudel und den Co-Sponsoren für deren anhaltendes Engagement für den gesunden Volkssport und lobte die bewährte effektive Organisation und Logistik der Veranstaltung, koordiniert von Dr. Mathias Schmidt, unterstützt von Walter Bernhardt sowie dem kommunalen Bauhof. Ebenso würdigte Helfrich die gute Zusammenarbeit mit den örtlichen Vereinen (Leben+Arbeiten in Poppenhausen, Jugend-Feuerwehr Poppenhausen, Schützenverein Steinwand, Tischtennisclub und die Landfrauen). Mit dem rundum gelungenen Event sei die Natursportgemeinde Poppenhausen (Wasserkuppe) erneut ihrem Ruf als Hochburg des Nordic Walking gerecht geworden. Peter Seufert, Marketing-Chef von Förstina-Mineralbrunnen habe nur gut gelaunte Leute gesehen. Er drückte seine Freude aus: „Die Stimmung auf der Strecke und hinterher auf dem Platz war wieder prima, aber das sind unsere Teilnehmer ja auch seit Jahren so gewohnt...“ +++(M.H.-PM)



Von Anfang an dabei: (v. l.) Norbert Mack von Mack-Mountain-Sport (links), Peter Seufert (Förstina-Mineralbrunnen), Manfred Helfrich, Dr. Jörg Simon (Diabetologe) und Dr. Mathias Schmitt (Publizist).

