

So läuft's in Vorpommern

Fit bleiben gehört zum guten Ton. Die OZ stellt heute sechs Lauf-Veranstaltungen in der Region vor.

Rund um die Greifswalder Innenstadt

Greifswald. Der Greifswalder Citylauf geht am 16. Mai in seine 14. Runde, zu der die Veranstalter mehr als 1000 Läufer erwarten. Beim Hauptlauf über zehn Kilometer umrunden die Teilnehmer auf einer 2,5 Kilometer lange Strecke vom Markt über den Wall, durch die Credneranlagen, den Hansering und die Knopfstraße die Innenstadt. Denselben Streckenverlauf bringen die Walker und die Mannschaften des Staffellaufs der Stadtwerke Greifswald sowie Schüler ab der 5. Klasse hinter sich.

Die abgespeckte Version ist fünf Kilometer lang. Anmelden können sich zudem Grundschüler, die eine 1,7 Kilometer lange Strecke vom Markt zum Hauptbahnhof und zurück absolvieren. „Wir gehen davon aus, dass der Streckenverlauf so bleibt wie in den letzten Jahren. Das hängt allerdings noch von den Baumaßnahmen am Hansering und der Mühlenstraße ab“, sagt Peer Kopelmann, Cheforganisator des Citylaufs. Veranstalter ist die Hochschulsportgemeinschaft Universität Greifswald. Anmeldungen online unter citylauf-greifswald.de und am Renntag. *ch*



Der harte Kampf um die besten Plätze tobt hier beim Start zum Greifswalder Citylauf 2019.

PETER BINDER

Brückenbezwinger sind die Größten

Stralsund. Es ist der mit Abstand größte Lauf in Vorpommern und führt über die Rügenbrücke. Gerade 2019 hat er mit 5231 Finishern in

den unterschiedlichen Wettbewerben mal wieder einen neuen Teilnehmerrekord eingefahren. Am stärksten vertreten waren die

Zwölf-Kilometer-Läufer und die Sechs-Kilometer-Läufer. Die Sportler schätzen nicht nur die gute und reibungslose Organisation, sondern auch die Atmosphäre und die Herausforderung, zum Brückenbezwinger zu werden. Der Anstieg hat es in sich. 42 Höhenmeter sind zu überwinden, auf der Zwölf-Kilometer-Distanz sogar doppelt.

Wer nicht auf Jagd nach Bestzeiten ist, dem sei ein Selfie oben auf der Brücke mit der Stralsunder Stadtsilhouette im Hintergrund empfohlen. Wem Brücke-rauf-Brücke-runter zu wenig ist, für den gibt es den Marathon. Die 42,195 Kilometer lange Strecke absolvieren die Läufer größtenteils auf Rügen. Im Oktober 2019 überquerten 171 die Ziellinie.

Termin für 2020 ist der 17. Oktober, Anmeldungen sind ab 2. Februar im Internet unter www.ruegen-marathon.de möglich. *kl*

Born. Die ursprüngliche Natur, die abwechslungsreiche Strecke: Der Darß-Marathon gehört mittlerweile zu den beliebtesten Laufveranstaltungen in der Region Fischland-Darß-Zingst. Die Teilnehmer loben

dabei vor allem die familiäre Atmosphäre. Aus Rücksicht auf die Natur auf dem Darß ist die Teilnehmerzahl auf 1000 begrenzt. Am 25. und 26. April findet in diesem Jahr der 15. Darß-Marathon statt. Aus der

gesamten Bundesrepublik reisen die Starter an. Zum Programm der zweitägigen Veranstaltung gehören unter anderem ein Familien-Minimarathon, Kinder- und Jugendläufe sowie der Halb- und Vollmarathon für Läufer und Walker.

Die offiziell vermessene Strecke verläuft vom Start an der Darßer Arche in Wieck zum Prerower Hafen, von dort aus durch den Darßwald und über den Deichradwanderweg nach Ahrenshoop. Über den Ortsteil Althagen geht es nach Born und von dort aus zurück nach Wieck.

Etwa 400 Ehrenamtler engagieren sich an den beiden Tagen des Wochenendes beim Darß-Marathon. Zum Programm gehören zudem Veranstaltungen, die unter anderem über den Nationalpark Vorpommersche Boddenlandschaft informieren. Anmeldung unter www.darss-marathon.de. *ron*



Laufen soll auch Spaß machen. Auf der Rügenbrücke sind immer wieder auch Jogger in lustigen Kostümen unterwegs. FOTO: CHRISTIAN RÖDEL

Marathon durch den Nationalpark

Die Ostsee und die abwechslungsreiche Natur locken Läufer jedes Jahr auf den Darß.



FOTO: FRANK BURGER

Entspannt durch den Park

Griebenow. Ein Lauf in entspannter und familiärer Atmosphäre durch den Schlosspark Griebenow: Zweimal im Jahr, zur Oster- und Herbstzeit, laden die Organisatoren um Karl Krey bereits seit über 30 Jahren zum Parklauf nach Griebenow ein. Am 11. April 2020 steht schon die 70. Auflage auf dem Plan.



Knapp 200 Läufer gehen seit Jahren beim Parklauf in Griebenow an den Start. FOTO: CAROLIN RIEMER

Dem Lauf eilt ein guter Ruf voraus, denn hier gehen nicht nur Laufgruppen, sondern ganze Familien an den Start – 84 Jahre alt war der älteste Teilnehmer im vergangenen Jahr. Die Jüngsten werden nicht selten von ihren sportlichen Müttern im Kinderwagen über die Strecke geschoben. Die Läufer können wählen, ob sie eine Meile, fünf oder zehn Kilometer durch die Parklandschaft zurücklegen wollen. Überwacht wird die Veranstaltung von den Feuerwehrleuten des Löschzugs Süderholz.

Die Idee für das Lauf-Spektakel am Schloss stammt von Rudi Lemke. Mittlerweile liegt die Organisation auch bei der Feuerwehrgemeinschaft Griebenow und dem Barockschloss. Nach dem Zieleinlauf findet traditionell eine große Tombola statt. Anmeldungen: kurz vor dem Start an Ort und Stelle. *carow*

Über Ländergrenzen hinweg

Wolgast. „Die Einmaligkeit des Usedom-Marathons besteht unter anderem darin, dass die Läufer dabei die Grenze zwischen Polen und Deutschland überschreiten“, erklärt Manfred Hoppach, Vorsitzender des ausrichtenden Vereins aus Wolgast. Im Vorjahr feierte der Marathon sein 40. Jubiläum. „Auch in diesem Jahr haben wir einen runden Geburtstag – der Halbmarathon wird 30 Jahre alt“, sagt er stolz. Die Organisatoren rechnen am 5. September 2020 mit rund 700 Teilnehmern auf beiden Strecken. „Immer beliebter wird bei uns der Staff-Marathon. Im Vorjahr haben 24 Teams mit jeweils fünf Sportlern teilgenommen.“

Der Marathon startet auf der Swinemünder Promenade, führt über die Promenaden der Kaiserbäder weiter in die Bernsteinbäder und führt an Zinnowitz vorbei bis nach

Wolgast. „Die Läufer erleben die einmalige Bäderarchitektur, Natur pur in den Wäldern und den Blick auf das Wasser. Gleiches gilt für die

Halbmarathonis. Sie haben einen schönen Blick auf das Achterwasser“, so Hoppach. Anmeldungen: usedom-marathon.de. *he*



Die Läufer überschreiten nicht nur körperliche, sondern auch internationale Grenzen. FOTO: ARCHIV USEDOM-MARATHON

Ab durch die Heide: Abwechslung mit Ausblick

Baabe. Die abwechslungsreiche Strecke macht den Baaber Heideauf so besonders, da sind sich die Organisatoren vom Laufteam Rügen sicher. „Er ist einfach landschaftlich schön. Für den Baaber Heideauf schlägt mein Herz“, sagt Uta Donner. „Es geht durch die Heide, den Wald, aber auch die Promenade entlang mit Blick auf die Ostsee“, so die Laufgruppen-Leiterin. Sandbahn, Waldboden und Prome-



Auch der Waldabschnitt bietet ideale Bedingungen beim Baaber Heideauf.

FOTO: HORST SCHREIBER

nadenpflaster lassen da keine Langeweile aufkommen und bieten den Läuferfüßen unterschiedliche Ansprüche.

Zum 14. Mal lädt das Laufteam Rügen dazu am 19. September zu der Veranstaltung in das Ostseebad ein. Auf dem Baaber Sportplatz starten die Bewegungsfreudigen auf die sechs, zehn oder 15 Kilometer langen Strecken. Kinder bis 12 Jahre können sich auch auf eine zwei

Kilometer lange Herausforderung freuen. Nicht zuletzt zieht auch die Tatsache, dass Punkte für den Landeslaufcup gesammelt werden können, Läufer aus ganz MV an. Im letzten Jahr wurde mit 274 Sportlern ein Rekord aufgestellt.

Anmeldungen werden per Post unter Postfach 1201, 18522 Bergen auf Rügen, oder per Mail unter jana.bahlo@ksb-net.de entgegen genommen. *wbk*

OSTSEE-ZEITUNG
Stralsunder Zeitung

Fragen zum Abo?
Tel.: 03 81/38 303 015

Ticketservice:
Tel.: 03 81/38 303 017
Fax: 03 81/38 303 018

Redaktions-Telefon:
03 831/206 756,
Fax: -765

E-Mail: stralsund@ostsee-zeitung.de

Sie erreichen unsere Redaktion:
Montag bis Freitag: 10 bis 19 Uhr,
Sonntag: 11 bis 16 Uhr

Leiter der Lokalredaktion:

Kay Steinke,
Tel.: 03 831/20 67-55

Redakteure:
Jörg Mattern (-62),
Ines Sommer (-60),
Kai Lachmann (-59)

Verlagshaus Stralsund:
Ostsee-Zeitung GmbH & Co. KG,
Apollonienmarkt 16,
18439 Stralsund

Regionaler Verlagsleiter:
Ralf Hornung,
Tel.: 03 831/206 751

Öffnungszeiten des Service-Centers
Montag bis Freitag: 10 bis 18 Uhr,
E-Mail: verlagshaus.stralsund@ostsee-zeitung.de

Anzeigenannahme:
Tel.: 03 81/38 303 016

MV Media: Tel.: 03 81/365 250
Montag bis Freitag: 7 bis 20 Uhr,
Sonnabend: 7 bis 13 Uhr