

# Laufen für den guten Zweck

Leichtathletik, Rohrwanglauf: Lehrer Michael Fleischer trainiert seine Schüler

Angefangen hat alles mit einem Laufprojekt an der kaufmännischen Schule in Aalen: Lehrer Michael Fleischer hat seine Schüler auf den 5,2 Kilometer langen Rohrwanglauf vorbereitet. Und die Schüler haben mit Ihrer Laufleistung Geld für einen guten Zweck gesammelt.

Lara Kroiss



Alle laufen sie gemeinsam den Rohrwanglauf, ob mit oder ohne Down-Syndrom.  
(Foto: opo)

Michael Fleischers Schwerpunkt im Sportunterricht liegt auf dem Ausdauerlauf. Er wollte die Schüler auf den 5,2km langen Rohrwanglauf in Aalen vorbereiten. Dazu wurden theoretische Grundlagen, wie zum Beispiel Messung des Pulses, Pulsfrequenz bei den einzelnen Trainingseinheiten und vieles mehr, ausführlich besprochen. Ihm sei es wichtig, dass die Schüler regelmäßig trainieren, um eine Leistungssteigerung zu erfahren. Denn Ausdauertraining beruhe immer auf regelmäßigem Training. Besonderen Wert lege er auch auf gemeinsame Ziele. So sollte es kein monotones Laufen im Stadion sein. Außerdem soll jeder seine Ausdauerleistungsfähigkeit individuell verbessern. Ein weiterer wichtiger Punkt war das Gemeinschaftsgefühl, um in der Gruppe ein Ziel zu erreichen. Das Motto: „You have to run in the beat of your own drum.“ Bereits letztes Jahr nahmen die Schüler am Rohrwanglauf teil - mit zum Teil erstaunlichen Ergebnissen und Erfolgen. Von den Schülern kam nur positives Feedback.

Für den diesjährigen Lauf hatte Fleischer noch ein weiteres Anliegen: Es sollte nicht nur ein bewerteter Ausdauerlauf werden, sondern zusätzlich einer guten Sache dienen. Dies sollte im Rahmen eines Sponsorenlaufs stattfinden. Dabei sucht sich jeder Schüler im Vorfeld einen Sponsor, der ihm einen festen Betrag bezahlt, wenn er das Ziel erreicht. Nach dem Lauf wird das Ergebnis auf einer Karte eingetragen und der Schüler spendete das gesponserte Geld der „Deutschen Stiftung für Menschen mit Down-Syndrom“ vor Ort. Der Stiftung ist es ein Anliegen, die Lebensqualität bei Menschen mit Down-Syndrom und deren Angehörigen zu

verbessern.

Doch nicht nur die Schüler nahmen am Lauf teil, sondern auch Kinder mit Down-Syndrom. „Der 1,8km-Lauf ist für unsere Kinder der Stiftung eine riesige Leistung“, berichtet Dr. Elmar Schuhmacher, Arzt für Allgemeinmedizin und Initiator der „Deutschen Stiftung für Menschen mit Down-Syndrom“. In ihnen stecke viel Potential. Es komme nur auf die richtige Motivation an und dafür bräuchten sie ganz nahe Ziele, so Schuhmacher.

Dank des Sponsorenlaufs kamen mehr als 1000 Euro für die Stiftung zusammen. „Das Geld wird für Bewegungs-, Sport- und Förderungsprojekte verwendet. Des Weiteren öffnet das Laufen den Weg in die Gesellschaft. Die Leute sehen bei solchen Läufen die Kinder mit Down-Syndrom und beschäftigen sich damit“, meint der Allgemeinmediziner. Das Down-Syndrom ist eine angeborene, mit Verzögerung und Einschränkung der geistigen und körperlichen Entfaltung verbundene Störung der menschlichen Embryonalentwicklung. Down-Syndrom (DS) ist eine der verbreitetsten angeborenen Krankheiten. Jede 700. Geburt ist ein Kind mit DS. Durch das Laufen sollte nicht nur die Gemeinschaft unter den Schülern geschaffen werden, sondern auch die Einbindung von schwächeren Menschen, die auf Hilfe ihrer Mitmenschen angewiesen sind. Weil dies gelang, dürfen sich die Schüler des Wirtschaftsgymnasiums doppelt über die gelungene Teilnahme am Rohrwanglauf freuen.

© Schwäbische Post 15.11.2011