

Grußwort des Landrates zur Abschlussveranstaltung des Sparkassen - Eifelcups

Liebe Läuferinnen und Läufer,
sehr geehrte Damen und Herren,

zum 19. Mal wird jetzt bereits der Sparkassen - Eifelcup ausgetragen und ich freue mich, wie jedes Jahr ganz besonders, heute zu Ihnen sprechen zu dürfen.

Als passionierter Reiter bin ich ja typischerweise eigentlich kein Dauerläufer. Aber wie sie sehen: Auch ich habe einmal Laufen gelernt, und es ist etwas zutiefst Menschliches. Das Laufen ist eine Grundbetätigung des Menschen. Kein anderes Lebewesen auf dieser Erde kann so gut lange Strecken laufen wie der Mensch.

Darüber hinaus erlebt das Laufen seit einiger Zeit einen unheimlichen "*Zulauf*". Das muss ja irgendeinen Grund haben. Aus diesem Grund habe ich mir mal ein paar Gedanken gemacht, warum das so ist.

Man könnte Laufen auch als Grundsportart für viele andere Sportarten bezeichnen; aber reduzieren lässt es sich darauf sicher nicht.

Dafür sprechen einfach schon die Teilnehmerzahlen am Eifelcup aus diesem, wie auch aus den letzten Jahren.

Zwar sind diese bis auf den Chlodwiglauf in Zülpich in diesem Jahr leicht gesunken im Vergleich zum Vorjahr. Wir befinden uns aber mit 155 Teilnehmern in diesem Jahr auf dem Niveau aus dem Jahre 2008. Das beweist Kontinuität und ungebrochenes Interesse am Laufsport.

Worin bestehen also die Reize des Laufens? Wie lässt sich das konstante Interesse am Laufsport erklären?

Bei den Nachforschungen nach einer Antwort auf diese Frage bin ich zunächst einmal darauf gestoßen, dass Laufen auch negative Folgen haben kann.

Es werden nämlich die Gelenke an Knie und Fuß belastet, was bei zu häufigem und zu intensivem Training zu Beschwerden führen kann.

Gerade wenn man noch am Anfang steht und sich hoch motiviert ans Joggen gibt, vielleicht um die überzählige Funde abzubauen, fallen einem zunächst nur Schmerzen und Qual ein, wenn man ans Laufen denkt.

Aber wie mit so ziemlich allem, so gilt es auch beim Laufen, dass das richtige Maß zählt. So führen häufig übermäßiges- oder auch falsches- Training zu den genannten Beschwerden.

Wenn ich mir unsere hier anwesenden, vor Gesundheit strotzenden Athleten angucke, dann denke ich nicht an Wehwehchen oder Muskelkater.

Sie, meine sehr geehrten Läuferinnen und Läufer,

sind der lebende Beweis dafür, dass die positiven Aspekte des Laufens die negativen bei Weitem überwiegen.

Ich möchte jetzt nicht im Detail all die positiven Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit ansprechen; sie sind Ihnen allen ohnehin bekannt.

Verkannt wird aber häufig, dass das Laufen auch positive Wirkungen auf den Geist hat. So hilft regelmäßiges Laufen dabei, den Alltagsstreß abzubauen.

Die Bewegung verbessert die Durchblutung, was wiederum die Kreativität beflügelt. Wie wir heute hier sehen können, verbindet

das Laufen auch und stellt soziale Kontakte nicht nur her, sondern vertieft sie auch.

Die Tatsache, dass wir jetzt hier zusammen feiern können und Sie auch den diesjährigen Eifelcup in der bewährten Form durchführen konnten, wäre nicht möglich gewesen ohne das Engagement einiger Sponsoren aus der Region.

Ich bedanke mich ganz besonders bei der Kultur- und Sportstiftung der KSK Euskirchen, der Gerolsteiner Brunnen GmbH & Co. KG, der AOK Rheinland/Hamburg, Peters Sport Team sowie promedic concept GmbH & Co. KG für die finanzielle Unterstützung des Eifelcups.

In diesem Jahre wurden neun zur Wertung zählende Läufe ausgeführt.

Bei den Herren ging der Gesamtsieg dieses Mal an Matthias Kolter vom TUS Kreuzweingarten. Er überquerte in den 6 gewerteten Läufen 5 mal als Erster die Ziellinie und 1 mal als Zweiter.

Die Herrenmannschaft des TUS Kreuzweingarten gewann auch unangefochten mit fünf ersten Plätzen die Mannschaftswertung.

Bereits zum 14. Mal heißt die Eifelcup-Gesamtsiegerin bei den Damen Tanja Pesch. Die ebenfalls für den TUS Kreuzweingarten startende Holleratherin überquerte bei 8 Starts gleich 6 Mal die Ziellinie als Erste.

In der Mannschaftswertung der Damen siegte der VFB Ahbach mit den maximal möglichen 6 Siegen.

Beim Jugend-B-Eifelcup war Nico Wischnewski vom LC Euskirchen in der Gesamtwertung als Erster erfolgreich.

Bei der weiblichen Jugend-B siegte die für den LFG Eschweiler startende Sabrina Spieß mit 4 Siegen und 2. zweiten Plätzen.

Liebe Läuferinnen, liebe Läufer,

ganz gleich, ob Sie nun bei allen neun Läufen dabei waren oder nur bei einigen wenigen; ganz gleich, ob Sie gesiegt haben, im Spitzenfeld lagen oder einfach nur angekommen sind - ich möchte Sie alle sehr herzlich für die gezeigten Leistungen beglückwünschen.

Sie haben eisern trainiert, auf manches verzichtet und viele Mühen und Entbehrungen auf sich genommen, um bis zum Ziel durchzuhalten. Sie sind die Rennen richtig angegangen; Ihr Timing hat gestimmt und Sie waren so fit, bis zum Ende durchzuhalten.

Darüber hinaus haben Sie sich aber auch immer wieder neu mental motivieren können, denn einen Langlauf gewinnt man nicht nur mit den Beinen, geschweige denn eine ganze Serie.

Wenn hier der Kopf nicht mitmacht, hat man trotz blendender Kondition und Ausdauer kaum eine Siegchance. Für beides, die körperliche Fitness und das mentale Motivationsvermögen spreche ich Ihnen allen meine Anerkennung und meine Bewunderung aus.

Den Siegerinnen und Siegern, die nun ihre Pokale und Urkunden erhalten werden, gratuliere ich sehr herzlich zu ihren Erfolgen.

Und diejenigen, die nicht auf einem der vorderen Plätzen eingelaufen sind, kann ich damit trösten, dass ein Sieg oder ein vorderer Platz zwar schön ist, dass es aber viel wichtiger ist, dabei gewesen und – im wahrsten Sinne des Wortes - über die Runden gekommen zu sein.

Ihnen, liebe Gäste, wünsche ich noch einen schönen, unterhaltsamen Nachmittag hier in Bürgerhalle in Kommern.