

1 300 Meter Anlauf bis zum Schuss

Kondition, Koordination und Treffsicherheit waren beim „1. Kick and Run“ der Lauffreunde Bönen gefragt. Denn neben dem läuferischen Pensum mussten die Teilnehmer gleich mehrfach einen Ball in ein Minitor schießen. Im Vordergrund der Veranstaltung standen aber nicht Zeiten und Platzierungen. Sieger waren alle, die Spaß an diesem ungewöhnlichen Sportformat hatten.

VON JAN-NIKLAS DALLEY

Bönen – Völlig erschöpft standen die Läufer vor dem Tor und atmeten noch einmal tief durch, ehe sie sich ganz auf das Schießen konzentrierten. Einmal Maß genommen, mit Gefühl gegen den Ball getreten, und schon landete die Kugel bei vielen im Tor. Dann ging es wieder auf die Laufstrecke.

Siebenmal mussten die Teilnehmer des „1. Kick and Run“ der Lauffreunde Bönen die 1,34 Kilometer hinter sich bringen, und nach jeder Runde musste ein Ball aus drei Metern Entfernung in ein Minitor geschossen werden. Einige Sportler kamen dabei an ihre Grenzen. Das lag nicht nur an der hügeligen Laufstrecke auf dem Zechengelände. Die Teilnehmer mussten nämlich neben guter Kondition auch Koordinationsfähigkeiten beweisen, um beim ungewöhnlichen Lauf besonders gut abzuschneiden. „Um das Tor zu treffen, haben die Läufer jeweils sieben Versuche“, erklärte Jochen Von Glahn, Vorsitzender der Lauffreunde.

Bis sich die Teilnehmer auf dem großen Zechenplatz am „Schießstand“ versuchen durften, mussten sie zunächst ihre Laufrunde zurücklegen. Für viele wurde es zur Herausforderung, anschließend die Ruhe zu bewahren und auch mit hohem Puls das Holztor zu treffen. Die sieben Laufunden konnten die Läufer entweder allein oder abwechselnd in kleinen Teams zurücklegen. Besonders am Zechenturm wurden die Starter lautstark



Kick and Run – zum ersten Mal am Zechenturm – lockte einige Starter an. Daniel Diers und Timo Becker (oben rechts) siegten.



FOTO: DALLEY

„Wir wollten uns aber etwas Eigenes überlegen und nichts kopieren.“

Jochen von Glahn
Lauffreunde-Vorsitzender

von Freunden oder Familienmitgliedern nach vorne gepusht.

Die Idee zum „Kick and Run“ kam den Lauffreunden, da der Verein den jährlich veranstalteten „Lauf am Förderturm“ absagen musste. Im März überlegten sich die Mitglieder dann eine Alternative für den Sommer. „Wir haben uns von dem Fun-Biathlon in

Hilbeck inspirieren lassen. Wir wollten uns aber etwas Eigenes überlegen und nichts kopieren“, verrät der Vorsitzende. Nach und nach entstand dann das Konzept. „Hiermit wollten wir viele Leute ansprechen und alle Vereine zusammenbringen. Fußball kann ja fast jeder.“ Besonders Mitglieder der vier Bönener Fußballvereine sollten damit an den Zechenturm gelockt werden. Die Resonanz hielt sich jedoch in Grenzen.

Aber auch wenn wenig Vereine an den Start gingen: Bei den fast 40 Teilnehmern kam die Idee gut an. Daniel Diers und Timo Becker setzten sich als schnellstes Team gegen

ihre Kontrahenten durch. „Wir spielen Fußball und gehen gerne laufen. Das hier ist die perfekte Verbindung“, erzählten die Beiden kurz nach dem Zieleinlauf. 70 Meter vor dem Ziel konnte aber selbst Fußballer Becker seine Konzentration nicht mehr hoch genug halten und leistete sich beim Schießen zwei Fahrkarten: „In der letzten Runde habe ich beim Laufen nochmal Gas gegeben. Dann habe ich das Tor erst beim dritten Versuch getroffen“, sagte er.

Julian Klotz sprang kurzfristig für einen angeschlagenen Teilnehmer ein. Dem 18-Jährigen hat der spielerische Aspekt besonders gut gefal-

len. Jens Klötzer trat wie acht weitere Sportler allein an und kam bei den Einzelstartern als Erster ins Ziel. Dadurch, dass er bereits beim Fun-Biathlon in Hilbeck an den Start ging, weiß er, worauf es besonders ankommt: „Die letzten zehn bis 15 Meter vor dem Schießen muss man aus dem Laufschrift rauskommen, damit man sich auf den Schuss konzentrieren kann.“ Linda Besig möchte mit ihrer Freundin Jana Payerle auch im kommenden Jahr an den Start gehen: „Ich bin lange Zeit nicht gelaufen. Es fehlte der Anreiz, und ich hatte die Zeit.“ Das Event ließen sich die Beiden nicht entgehen.