

# Lauflegende Dieter Baumann hautnah

## KKH-Lauf macht allen Beine – Teilnehmerstärkste Gruppen mit 500 Euro belohnt

■ STUTTGART

1063 große und kleine Läufer, Walker und Nordic Walker hat der KKH-Lauf am vergangenen Sonntag zu gemeinsamer Bewegung animiert.

Familien, Singles und Teams, Einsteiger und trainierte Hobbyläufer – das Teilnehmerfeld im Höhenpark Killesberg war bunt gemischt.

„Wir freuen uns über die hohe Resonanz“, sagt Andreas Rüecker von der KKH Kaufmännische Krankenkasse. „Das zeigt uns, dass unser Konzept goldrichtig ist.“

Vor zwölf Jahren rief die KKH das bundesweite Laufevent ins Leben, das in diesem Jahr in zwölf Städten stattfindet. Es lädt

Menschen aller Altersklassen dazu ein, Laufen und Walken als gesundheitsförderndes Hobby zu entdecken. Warum? „Weil regelmäßige Bewegung eine Trumpfkarte für unsere Gesundheit ist mit vielen positiven Effekten für Herz und Kreislauf, Blutdruck, Immunsystem sowie das seelische Gleichgewicht und dabei einen entscheidenden Beitrag für die Balance in unserem Leben leistet“, erklärt Rüecker.

Um die Wette strahlten am Sonntag, vor allem die jüngsten Teilnehmer, als sie nach Bambini- und Schüler-Läufen eine KKH-Goldmedaille erhielten. Aber auch nach dem 1,7-Kilometer-Einsteigerlauf und dem 6,8-Kilo-

meter-Fitnesslauf waren viele glückliche und auch stolze Gesichter beim Zieleinlauf zu entdecken. Lebhaft ging es nicht nur auf den Läuferstrecken zu, sondern auch rund um die KKH-Showbühne sowie an den Ständen mit Glücksrad, Kinderschminken, Luftballons und Torwand. Besondere Freude kam beim Team „Rennmäuse“ der Kindertagesstätte Killesberg, der Eichendorffschule Bad Cannstatt, der Läufer-Lounge Sanwald Lauftreff und dem Förderkreis der Sprachheilschule Esslingen auf. Sie wurden als teilnehmerstärkste Gruppe in ihrer Kategorie mit jeweils 500 Euro für ihr vorbildliches präventives

Verhalten belohnt. Dass Bewegung ein Lebenselixier sein kann, bewies Langstreckenläufer Dieter Baumann, Olympiasieger von 1992 und seit Anbeginn sportlicher Schirmherr der bundesweiten Gesundheitsinitiative. Er wurde nicht müde, Kinder wie Erwachsene zu motivieren und nützliche Tipps rund um Ausstattung, Training und Motivation zu geben. Sein Fazit: „Der KKH-Lauf ist ein entspanntes und heiteres Familienfest, das vor allem eines zeigt: Bewegung muss Spaß machen. Nur dann besteht die Chance, dass Teilnehmer, die das erste Mal dabei waren, die überzeugten Freizeitsportler von morgen sind.“