

# Wie eine Stadtschulmeisterschaft

Drei Viertel aller Teilnehmer des Henkel Team-Laufs sind Schüler – Das Sandhäuser Gymnasium schickt sogar 140 Läufer an den Start

Von Julian Budjan

Seit vielen Jahren findet im Rahmen des Heidelberger Halbmarathons auch der Henkel Team-Lauf, der kleine Bruder des Halbmarathon statt. Der 3,1 Kilometer lange Kurs durch die Altstadt erfreut sich vor allem bei den hier ansässigen Schulen immer größerer Beliebtheit. In diesem Jahr waren nur 17 Stunden nach Meldebeginn bereits alle 750 Startplätze vergeben, allein drei Viertel davon gingen an die Heidelberger Schüler und Schülerinnen, sodass das Rennen

immer mehr zu einer Art inoffizieller Stadtschulmeisterschaft wird. „Das ist insofern ein Problem, dass viele Erwachsene leer ausgehen. Wir versuchen deswegen das Teilnehmerfeld im nächsten Jahr aufzustocken, haben da jedoch nicht viel Spielraum“, sagt Marcus Imbsweiler vom Organisationsteam, „aber natürlich sind wir sehr froh darüber, dass sich immer mehr Jugendliche für das Laufen begeistern können.“ Am stärksten vertreten ist dieses Mal das Friedrich-Ebert-Gymnasium Sandhausen, das mit unglaubli-

chen 140 Teilnehmern knapp ein Fünftel aller Läufer stellt. „Ich war überrascht, dass so viele mitmachen wollen, ich hätte mit weitaus weniger gerechnet“, erklärt Sportlehrerin Katrin Kraus stolz. Die 35-Jährige kam vor drei Jahren aus Mainz in die Kurpfalz und unterrichtet seitdem in Sandhausen Mathematik und Sport.

Vor einigen Monaten verfasste sie, wie schon im letzten Jahr, einen Brief an alle Eltern, um für die Teilnahme der Schüler am Henkel Team-Lauf zu werben. Kraus geht es vor allem darum, den Jugendlichen die Möglichkeit zum „Reinschnuppern“ zu geben und bei ihnen „den Spaß am Sport zu wecken“. Das ist ihr angesichts der enormen Resonanz gelungen. „Natürlich kommt es immer darauf an, inwieweit die Lehrer es schaffen, den Schülern Begeisterung für die Sache zu vermitteln“, betont Kollegin Monika Hauk und wirft Kraus dabei einen anerkennenden Blick zu. Auch Hauk schaut mittlerweile in viele fröhliche Gesichter, wenn sie am Unterrichtsbeginn verkündet, dass es an diesem Tag zum Laufen in den Wald geht. Katrin Kraus ist selbst leidenschaftliche Läuferin und hat schon immer „Spaß an der Bewegung“, wie sie sagt. Die Mutter von zwei Kindern nahm bereits an mehreren Halbmarathons teil und betrieb, bevor sie schwanger wurde, Schwimmen und Triathlon. Diesmal verzichtet

Kraus für ihre Schützlinge aber auf einen Start über die lange Distanz und läuft mit ihren Schülern zusammen. „Als Motivation“, erklärt sie, „um zu zeigen, dass das auch machbar ist.“

Einen Monat lang wurden die verschiedenen Klassen einmal wöchentlich während des Sportunterrichts von mehreren Lehrern auf den 6. April vorbereitet. Da das nicht

willing verzichten.

Im Gegensatz zu anderen Schulen, die mit großen Ambitionen in das Rennen gehen, lautet das Motto in Sandhausen: Dabei sein ist alles. „Das Wichtigste ist, dass ihnen ein tolles Erlebnis zuteil wird und sie später alle stolz sind, dass sie es ins Ziel geschafft haben“, betont die Lehrerin.

Die Vorfreude ist jedenfalls

## Henkel Team-Lauf



Über 3,1 Kilometer führt der Team-Lauf durch die Altstadt.

sehr viel Zeit ist, macht Kraus eine Ausnahme und gibt ihren aus vier verschiedenen Klassen stammenden Mädchen als Hausaufgabe auf, Laufen zu gehen. Natürlich gibt es unter ihnen auch Unterschiede, was die Stärke anbelangt, und so müsse sie während des Unterrichts im Sandhäuser Hardtwald „genau differenzieren“. Mit den schwächeren Läuferinnen absolviert Kraus eine in verschiedene Intervalle gestaffelte Laufpyramide mit eingebauten Gehpausen, während die Besseren auf die Pausen frei-

groß, auch wenn Kraus weiß, dass sich das am Wettkampftag noch mal ändern kann: „Jetzt finden sie es toll und freuen sich darauf, am Morgen vorher kommt dann die Aufregung“, spricht sie aus Erfahrung. Für die Teilnahme am Henkel Team-Lauf werden die Teenager zusätzlich belohnt. Neben einer Notenaufbesserung im Fach Sport gibt es auch eine kleine Aufmerksamkeit von der Lehrerin: „Letztes Jahr habe ich für alle Muffins gebacken, vielleicht spendiere ich diesmal Eis“, verrät sie schmunzelnd.

ANZEIGE

## Jeep

DAS ORIGINAL

FREIHEIT ERFAHREN.  
JEEP CHEROKEE ERLEBEN.



Abb. zeigt Sonderausstattung

Der neue Jeep® Cherokee. Built free.

Erleben Sie den neuen Jeep® Cherokee jetzt bei einer Probefahrt: Mit seinem 9-Stufen-Automatikgetriebe und zahlreichen Hightech-Features wie Spurhalteassistent, Adaptive Cruise Control und automatischem Parkassistent überzeugt er in nahezu jeder Situation.

Feiern Sie mit uns Premiere

am 5. und 6. April

SA 9.00 – 17.00 und

SO 12.00 – 16.00 Uhr



## AUTOPETERS

Haberstraße 8 · 69126 Heidelberg  
Rohrbach-Süd – Nähe Kaufland

Tel.: 0 62 21 / 30 00 22 · www.autopeters.com



Die Schüler des Sandhäuser Gymnasiums trainierten eifrig für den Henkel Team-Lauf. Foto: vaf