



Hat sich schon jemand einmal gefragt, warum bei unserem Logo „Run & Fun“ dabei steht? Vor kurzem kam das Thema wieder auf und die Antwort ist ganz einfach. Wir laufen gerne, aber wir machen auch alles andere, was Spaß macht. Damit meine ich nicht nur Sport. Die Hauptsache ist, man kann es gemeinsam machen.

Der Grabenseelauf bleibt nach wie vor unser Heimatbewerb bei dem zumindest ein paar Vereinsmitglieder dabei sein sollten. Idealerweise sogar mit Topplatzierung. Belohnt wurden wir bei der 6,7 km und 4,2 km Distanz. Wo wir jeweils den Gesamtsieg holen konnten. Im Sie & Er-Bewerb musste sich unser Lauf-Pärchen nur einem Team geschlagen geben und landete auf Platz 2. Die wohlverdienten Preisgelder wurden der Vereinskasse, für zukünftige Veranstaltungen und Ausflüge, gespendet.



Um Ergebnisse wie beim Grabenseelauf zu erreichen ist es nicht zwingend nötig, höllische Trainingseinheiten zu absolvieren. Es geht um die Richtigen Einheiten, bei denen auch Trainer zu Rate gezogen werden dürfen. Als Vorbereitung für den Grabenseelauf gab es von Seiten der Grabenseelauf-Organisation diese Möglichkeit - für jeden, der teilnehmen wollte. Diese Chance ließen wir uns nicht entgehen und absolvierten unter Aufsicht eines Trainers Lauf- und Technik-Trainingseinheiten um Schwachstellen unsers Laufstils auszumerzen und uns Tipps fürs Training zu holen.



Zu finden sind wir unter
www.team-grabensee.at



Fotoquelle: Team Grabensee



Nachdem beim letzten Oberndorfer Inklusionslauf nahezu der halbe Verein am Start war, gab es bei der 5. Ausgabe nur eine Hand voll Teilnehmer, die sich an den 5 km Bewerb wagten. Unter Umständen lag es daran, dass es dieses Mal kein Spanferkel zu gewinnen gab.

Nichtsdestotrotz konnte unser schnellster Mann nach dem Gesamtsieg beim Grabenseelauf, auch in Oberndorf brillieren und den Pokal für den Gesamtsieg nach Hause bringen.



Im August kamen wir, dank Sport Rinnerthaler, auf der Munderfinger Laufbahn in den Genuss die neuesten ASICS-Laufschuhmodelle auszuprobieren. Unter anderem TOP-Modelle wie den Asics Metaspeed Sky, Magic Speed mit Carbon-Zwischensohlen oder den Noosa Tri. Neben unserem Verein fanden sich auch noch andere laufbegeisterte Gesellen aus dem Mattigtal ein, die ebenso die Produkte kennen lernen wollten.



Termine

*Training:
Treffpunkt
Sportplatz Perwang*

*Dienstag 18:30
Erwachsene*

Mit Unterstützung von



Zu finden sind wir unter
www.team-grabensee.at



Fotoquelle: Team Grabensee