

Rubbenbruchsee parkrun- Teil einer weltweiten Sportveranstaltung

8.50 Uhr, die ersten Teilnehmer trudeln ein, die Helfer haben bereits alles aufgebaut, jetzt kann es losgehen.



Jeden Samstagmorgen um 9 Uhr treffen sich Menschen in einem örtlichen Park, um zusammen zu laufen, zu joggen, zu gehen oder auch als freiwillige Helfer mitzuwirken. Diese Veranstaltung nennt sich „parkrun“. Parkruns sind zeitgestoppte, kostenlose 5km Läufe, die bisher in 20 Ländern der Welt stattfinden. Ursprünglich kommt die Idee aus England, wo es schon über 500 parkruns gibt und der parkrun schon bei Vielen zur wöchentlichen Samstagsroutine gehört. Auch in Deutschland gibt es seit einiger Zeit parkruns in Mannheim, Leipzig, Hannover, Frankfurt, Berlin, Stuttgart, Nürnberg und Osnabrück. In Osnabrück kommen wöchentlich ungefähr 20 Teilnehmer und 4 Helfer zusammen. Da die parkruns weltweit sehr populär sind, begrüßt der Rubbenbruchsee parkrun wöchentlich internationalen Besuch, überwiegend aus England, Australien und Südafrika., aber auch aus Finnland, den Niederlanden und Schweden. Beim parkrun kommen sowohl regelmäßige Läufer, als auch Laufanfänger und Nordic Walker zusammen, um das Wochenende aktiv zu starten. Bisher ist das Konzept des parkruns in Deutschland noch nicht sehr bekannt, aber diejenigen, die einmal bei einem parkrun waren, kommen gerne wieder und werden schnell zu regelmäßigen Teilnehmern. Außerdem geht es beim parkrun nicht nur ums Laufen, sondern vor allem auch um das Schaffen einer Gemeinschaft. Nach dem Lauf unterhalten sich die Teilnehmer und Helfer gerne oder

gehen für ein Frühstück in das nächstliegende Café.

Wer gerne beim Rubbenbruchsee parkrun mitmachen möchte, als Läufer und/oder Helfer, kann sich ganz einfach unter www.parkrun.com.de einmalig registrieren. Beim parkrun kann jeder mitmachen, egal wie schnell oder alt man ist. Der Start des Rubbenbruchsee parkruns ist am Barenteich 2, 49076 Osnabrück. Einige weitere Informationen finden sich außerdem unter <http://www.parkrun.com.de/rubbenbruchsee/> .