

**Stiftung Waldheim**

## **I-Run-Achim in den Startlöchern**

**Am 5. Mai findet der inklusive Straßenlauf für alle zum 10. Mal im Gewerbepark Uesen statt. Im Jubiläumsjahr sogar mit Bezirksmeisterschaft beim DLV-vermessenen 10 km-Hauptlauf. Anmeldungen unter [www.i-run-achim.de](http://www.i-run-achim.de)**

Achim, 3. April 2024 - Auch 2024 stellen die Achimer Vereine und die Stiftung Waldheim am Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung das Thema Inklusion ins Zentrum der Aktivitäten: Am 5. Mai initiieren sie wieder die Laufveranstaltung I-Run-Achim, die für viele ein fester Termin im jährlichen Laufkalender ist.

Das Besondere am I-Run im Vergleich zu anderen Lafevents ist die Umsetzung des Themas Inklusion. In Achim sind Menschen mit Behinderung ebenso am Start wie ambitionierte Amateurläufer:innen, die Wert auf Bestenlistenfähigkeit legen. Hier laufen Kinder, Schüler, Erwachsene; es gibt einen 2,5 km-Lauf nur für Walking sowie 1 km, 2,5 km, 5 km und 10 km-Straßenläufe, die beiden letztgenannten DLV-vermessen und somit bestenlistenfähig.

Auch das Rahmenprogramm ist ein bunter Mix aus Familienveranstaltung und Lafevent. Hier trifft alles aufeinander und das Miteinander bestimmt die Richtung. „Seit 10 Jahren ist das Miteinander unser Dreh- und Angelpunkt“, sagt Heiko Bergmann von der Stiftung Waldheim. Er gehört zu den Gründungsmitgliedern, ebenso wie Herbert Eckhoff vom TSV Uesen, Ingrid Heger vom TSV Achim und Rainer Siemt vom TV Baden. Sie werden seit Jahren tatkräftig unterstützt von vielen ehrenamtlichen Helfer:innen und Sponsor:innen, denn hinter den Kulissen gibt es sehr viel zu regeln für eine Veranstaltung dieser Größenordnung.

„Einen Spitzenwert erreichten wir im Jahr 2019“, erinnert sich Rainer Siemt. „Da waren über 800 Läufer:innen am Start und noch einmal so viele Zuschauende. Dann kam Corona und wir mussten aussetzen.“ 2021 versuchten sich die Organisatoren - coronabedingt - mit einem virtuellen I-Run-Achim und waren überrascht über die gute Resonanz. „Wir sind aber



sehr froh, dass diese Zeit hinter uns liegt und wir, wie schon im letzten Jahr, wieder voll durchstarten können“, sagt Siemt. Er freut sich besonders darüber, dass der 10 km-Lauf mit Bezirksmeisterschaft ist. „Ein echtes Highlight zum 10-jährigen Bestehen!“

Die Frage, ob in diesem Jahr auch wieder Inliner mit am Start sein werden, bestätigt Heiko Bergmann und sagt: „Wir versuchen immer mal wieder etwas Neues aufzunehmen. Ursprünglich hatten wir in Zusammenhang mit Werder Bremen, Special Olympics Niedersachsen und den Firmen im Gewerbepark Uesen den I-Run komplett als Staffel-Lauf konzipiert. Teilnehmende Firmen, Vereine oder Laufinteressierte sollten Teams bilden, in denen Menschen mit Behinderung integriert waren. Die Idee dahinter: Es sollten Patenschaften entstehen, die einen Perspektivwechsel in Hinblick auf die unterschiedlichen Lebenswelten von Menschen mit und ohne Behinderung ermöglichen.“

Doch dann entschied man sich, die Strecken vermessen zu lassen. „Beim ersten I-Run im Jahr 2014 gab Willi Lemke, damals Aufsichtsratsmitglied vom SV Werder Bremen, den Startschuss, bevor er selbst mitlief. Christian „Stolli“ Stoll, Werders Stadionsprecher, machte die Moderation.“ Siemt ergänzt: „Danach moderierte Werner Momsen, die lebensgroße Puppe des Comedian Detlef Wutschik, einige Jahre unsere Veranstaltung.“ Auch Achims Bürgermeister Rainer Ditzfeld ist immer wieder gern gesehener Moderator oder Startschussgeber auf dem I-Run; Schirmherrin ist seit einigen Jahren die Landtagsabgeordnete Dr. Dörte Liebtruth.

Wer mitlaufen möchte, erhält unter [www.i-run-achim.de](http://www.i-run-achim.de) detaillierte Informationen und kann sich anmelden. „Wir freuen uns auf ganz viele verschiedene Teilnehmende“, betont Bergmann. Nachmeldungen sind noch am 5. Mai selbst, jeweils 30 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich.

(ca. 3.523 Zeichen)

**Wissenswertes zusammengefasst:**

- Start/Ziel: Lifepark GmbH, Herbert-Ludwig-Str. 2, Achim
- Veranstaltungsort wird weiträumig abgesperrt, Parkmöglichkeiten sind ausgeschildert
- Startunterlagen ab 09.45 Uhr im Start-/Zielbereich
- Zeitnahme erfolgt über Startnummern mit integriertem Zeiterfassungschip
- 11 Uhr Walking, 2,5 km Länge
- 11 Uhr DLV vermessener Straßenlauf, 5 km Länge
- 12 Uhr Kinderlauf bis 8 Jahre, 1 km Länge
- 12.30 Uhr Schülerlauf (9-14 Jahre), 2,5 km Länge
- 13.15 Uhr DLV vermessener Hauptlauf mit Bezirksmeisterschaft, 10 km Länge
- Meldegebühren je nach Lauf 2 € bis 10 € pro Person
- Preise, Medaillen für Kinder sowie Armbänder zum Sammeln
- Buntes Familien-Rahmenprogramm mit Kinderschminken, Sambagruppe, Getränke und Speisen



Team seit der ersten Stunde vlnr: Rainer Siemt, Ingrid Heger, Herbert Eckhoff, Heiko Bergmann

Foto: Stiftung Waldheim



2017 waren sogar Hunde mit am Start bei I-Run-Achim  
Foto: Stiftung Waldheim



Die Autismushilfe Bremen ist von Anfang an dabei  
beim I-Run-Achim Foto: Stiftung Waldheim

Seite 5: I-Run-Achim in den Startlöchern



Walking Gruppe der Stiftung Waldheim

Foto: Stiftung Waldheim



Auch viele Firmengruppen nehmen seit Jahren am I-Run-Achim teil, wie hier im Bild der Bauhof der Stadt Achim.

Foto: Dennis Bartz



Ein Pokal für die Mannschaft vom JSG Achim-Uesen

Foto: Dennis Bartz

Seite 6: I-Run-Achim in den Startlöchern



**Für weitere Presse-Informationen:**

Katharina Hartwig, Öffentlichkeitsarbeit Waldheim Gruppe  
Helene-Grulke-Straße 5, 27299 Langwedel  
T. 04235 89 329, mobil 0173 99863333  
k.hartwig@stiftung-waldheim.de, www.waldheim-gruppe.de