

I-Run-Achim

I-Run-Achim: Laufen verbindet

Inklusiver Straßenlauf am 4. Mai im Gewerbepark Uesen

Achim, 23.04.25 – Bald ist es wieder soweit: Der große Inklusionslauf I-Run-Achim steht vor der Tür. Zum 11. Mal treffen sich im Gewerbepark Uesen alle, die Freude am Laufen und an einem bunten Familienevent haben. „Dieses Gebiet eignet sich hervorragend für eine Laufveranstaltung“, sagt Tobias Garbade von der Stiftung Waldheim. „Naturnah angelegt, mit viel Baumbestand, geraden Straßen, einem sehr guten Laufbelag und ausreichend Platz für viele Menschen.“

Das Zentrum des Geschehens ist rund um das Firmengelände der Lifepark GmbH, die wie jedes Jahr ihre Parkplatz- und Grünflächen kostenlos zur Verfügung stellt. Start und Ziel befinden sich in der Herbert-Ludwig-Straße 2. Hier finden auch die Nachmeldungen und Siegerehrungen statt. Kinderschminken, kostenlose nicht-alkoholische Getränke, Bratwurst vom Grill sowie musikalische Einlagen der Sambagruppe Sambanana aus Bremen bilden den bunten Rahmen für alle, die gerade nicht am Laufen sind.

Ab 09.45 Uhr ist das Gelände öffentlich zugänglich, der erste Lauf startet um 11 Uhr. Los geht es mit einem DLV-vermessenen Straßenlauf über 5 km Länge. Fünf Minuten später starten die Walker ihren 2,5 km-Lauf. Punkt 12 Uhr wird es besonders quirlig, denn die Kleinsten gehen an die Startlinie. Kinder bis zum 8. Lebensjahr (Jahrgang 2018 und jünger) zeigen über einen Kilometer Länge ihren Sportsgeist und ihre pure Freude am Miteinander. Fortgesetzt wird dies mit dem Schülerlauf um 12.30 Uhr. Hier geht die Altersgruppe der 9- bis 14-jährigen an den Start (Jahrgang 2012-2017). Der eigentliche Hauptlauf, DLV-vermessen und mit Bezirksmeisterschaft, startet um 13.15 Uhr und erstreckt sich über eine Länge von 10 Kilometern.

„Das Besondere an diesem öffentlichen Lauf-Event ist die Mischung aus sportlicher Leistung im Wettbewerb einerseits und andererseits der Spaß am Dabeisein. Nicht jedem Teilnehmenden geht es um Bestzeiten. Manche Menschen sind eigentlich nicht in der Lage, große Wettbewerbe zu meistern, gehen dafür über ihre Grenzen und blühen auf, weil sie es bis zum Ziel geschafft haben - egal in welcher Zeit“, erklärt Garbade. Für ihn und alle Mitveranstalter liegt der Charme des I-Run-Achim in seinem sozialen und



inklusiven Charakter. Gegründet anlässlich des Europäischen Protesttages zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung bilden Zusammenhalt, gegenseitige Unterstützung und sportlicher Wettkampf die besondere Mischung des Inklusionslaufes. Heiko Bergmann von der Stiftung Waldheim, Mit-Organisator der ersten Stunde, ergänzt: „Gerade in Zeiten, in denen beeinträchtigte Menschen immer noch nicht voll und ganz in der Gesellschaft aufgenommen werden, bildet der I-Run-Achim eine sportliche Möglichkeit, das Gegenteil zu beweisen.“

Bergmann, auf dessen Initiative die Gründung des I-Run-Achim zurückzuführen ist, verweist auf die fruchtbare und kooperative Zusammenarbeit mit und zwischen den Achimer Vereinen, die seit 2014 den I-Run tatkräftig unterstützen und „ohne die nichts ginge“: „Herbert Eckhoff vom TSV Uesen, Ingrid Heger vom TSV Achim und Rainer Siemt vom TV Baden sowie all die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer bilden das Fundament dieser Laufveranstaltung. Ebenso wie die langjährigen Sponsoren Aktion Mensch, Hol ab, Whirlpool & Living, Stadt Achim, Aller-Weser-Klinik, Achimer Mühlengrill, Starke Bäcker, Bürgerstiftung Achim und viele mehr“, informiert Bergmann.

Online-Anmeldungen sind unter www.i-run-achim.de bis zum 28.04.25, 23:59 Uhr, möglich. Nachmeldungen können am Veranstaltungstag selbst, bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Laufstart erfolgen. Der Gewerbepark Uesen wird großflächig gesperrt. Die Veranstalter bedanken sich im Voraus bei den Anwohnenden für die Rücksichtnahme und die rege Beteiligung am I-Run-Achim, denn viele Häuser im Ueser Weg werden eigens für die Veranstaltung geschmückt. Teilnehmende und besuchende Personen mögen bitte die Parkflächen von Amazon Logistik Achim in der Max-Naumann-Straße 1 benutzen.

(3.938 Zeichen)

eite 3: Laufen verbindet



Bildunterschriften:



Klein und groß, alt und jung, behindert und nicht behindert – der I-Run-Achim ist seit 11 Jahren eine beliebte und nachgefragte Laufveranstaltung
Foto: I-Run-Achim



DLV-vermessen und mit Bezirksmeisterschaft – der I-Run-Achim verbindet Leistung, Wettkampf und ein soziales Miteinander.

Foto: I-Run-Achim



Sie sind das Herz der Veranstaltung (vlnr.): Herbert Eckhoff,
Heiko Bergmann, Ingrid Heger, Tobias Garbade, Rainer Siemt.

Foto: I-Run-Achim

Für weitere Presseinformationen:

Katharina Hartwig, Öffentlichkeitsarbeit Waldheim Gruppe
Helene-Grulke-Str. 5, 27299 Langwedel
T. 04235 89 329, mobil 0155 63309735,
k.hartwig@stiftung-waldheim.de, www.stiftung-waldheim.de