

## TGSO: 40 Jahre Lauf- (und Walking)-Treff

Im April 1978 wurde im Zuge der damaligen „Trimm-Trab-Bewegung“ in der Turngemeinschaft Seitingen-Oberflacht der Lauf-Treff gegründet.

Der damalige Oberturnwart Ernst Galka (jetziger Ehrenvorstand und jahrzehntelanger Vorstand des Vereins) nahm das damals bundesweit beworbene Motto „Trimm Trab ins Grüne“ auf und fand in Hans Dufner einen begeisterten Sportler, der einmal wöchentlich den Lauftreff jeweils von April bis November anbot. Bis November 1992 leitete Hans die Gruppe, ehe er sie dann im Frühjahr 1993 an seinen „kleinen Bruder“ Rolf Dufner übergab. Rolf leitet bis heute – also seit 25 Jahren – den Lauf- und Walking-Treff erfolgreich.



*Hannes und Rolf Dufner*

Mit Aufkommen des Walkings und Nordic Walkings integrierte sich dann 2003 auf dieses Art des Laufens in der Gruppe.

Seit Beginn der Gruppe blieb das Ziel dasselbe: Laufen in der Gemeinschaft und Erleben der Natur. Gelaufen wird auf den wunderbaren Waldwegen auf dem Weilheimer Berg, Start- bzw. Treffpunkt ist immer mittwochs 19:00 Uhr auf dem Wanderparkplatz – auch bei Wind und Wetter! Nach einer gemeinsamen Aufwärm- und Stretching-Gymnastik läuft und „walked“ man in verschiedenen Gruppen, die sich dem entsprechenden Konditionsstand bzw. Lauftempo der Teilnehmer zusammenfinden. Nach der Laufphase treffen die verschiedenen Gruppen fast alle zeitgleich wieder auf der Fläche beim Wanderparkplatz zum gemeinsamen Ausdehnen der Muskulatur.

Schon seit Jahren liegt die Teilnehmerzahl konstant bei 20 – 40 Sportlern/innen.

Einige Läufer und Walker beteiligen sich auch an verschiedenen Laufevents wie „run & fun“ in Tuttlingen, den Schluchsee-Lauf oder verschiedene Städtemarathon- oder –Halbmarathon-Läufen.

Neben dem gemeinsamen Sport und Lauferlebnis pflegt die Gruppe auch ihre Gemeinschaft, sei es bei Grillabenden am Lagerfeuer mit Gitarrenmusik, bei dem einen oder anderen spontanen Geburtstagsumtrunk oder bei der traditionellen Abschlusswanderung im November.

Diesen 40. Geburtstag feierte die Gruppe auch!

Rolf Dufner bereitete zum einen eine kleine Ansprache vor, ließ alte Zeiten Revue passieren, bedankte sich herzlich bei seinem Helferteam, das den Nordic-Walking-Part, die Abstimmung und Abnahme zum deutschen Sportabzeichen übernimmt und vor allem auch jeweils die Gymnastik- und Stretch-Übungen übernehmen. Zum anderen wurden Bärbel Dufner, Gisela Schneider und Edith Stoffel mit einem kleinen Präsent überrascht, als Dankeschön für ihre Treue: sie sind – wie auch Rolf Dufner – seit 40 Jahren aktiv dabei!

Schnell noch ein aktuelles Gruppenbild und schon fanden sich die verschiedenen Gruppen zusammen und marschierten bzw. liefen die passenden Rundkurse auf dem Weilheimer Berg.



*Der Lauf- und Walking-Treff an seinem 40. Geburtstag am 11. April 2018*

Da bleibt nur noch zu sagen: HAPPY BIRTHDAY LAUF- UND WALKING-TREFF -  
Herzlichen Glückwunsch zum 40. Geburtstag!