

Und wieder ist es Herbst hienieden,
es weht aus Norden statt aus Süden.
Die Knospen an den Bäumen ruhen,
nicht nur die Kater haben nichts zu tun.
Manche Läufer sitzen zu Hause rum,
haben bei Wettkämpfen nichts mehr zu tun.
Darum blicken wir zurück auf 2009,
um uns auf's nächste Jahr zu freuen.

Wir sind wieder recht viel gelaufen
und hatten meistens Freude dran.
Gesundheit kann sich keiner kaufen
doch etwas dafür tun kann jedermann.
Wir möchten rückschauend betrachten,
was wir im letzten Jahr geschafft -
möchten manches kritisch hinterfragen,
denn nicht alles hat auch gut geklappt.

Der Januar hatte den Winter im Gepäck,
man konnte rodeln oder `nen Schneemann bauen.
Das war besonders für die Kinder nett.
Man konnte sich wieder mal auf die Eisflächen trauen.
Bernd Loof ist in Bone damals eingebrochen,
das kann man lächelnd ruhig erzählen heute.
Dass er unbeschadet wieder ist an Land gekrochen,
erfreute alle seine Freunde.

Der Schnee schmolz im Flachland zwar bald weg.
Im Gebirge bot sich Skisportmöglichkeit bis zu Ostern an.
Wer bekämpfen musste seinen Winterspeck,
hat das nicht sehr gern in der Natur getan.
Naturläufe waren nur mit starkem Willen zu gestalten.
Kalter Wind wehte oft unangenehm.
Matschwege und Eisplatten blieben uns lange Zeit erhalten.
Draußen zu laufen, war oft nicht wirklich schön.

Landstraßen und Radwege wurden von uns neu entdeckt,
und zu Trainingsläufen auch genutzt.
Obwohl jeder weiß, welche Gefahr darin steckt.
wurde mancher Kilometer so geschruppt.
Als Rentner konnte ich mich tagsüber quälen.
Um die Mittagszeit, wenn die Sonne schien,
konnte ich so manchen Kilometer zählen,
denn ich war um gute Form bemüht.
Dabei habe ich oft an die gedacht,
die laufen mussten, wenn es wurde Nacht.
Es lebe hoch das Rentnerleben.
was kann es da noch Bess´res geben.

Trotz schlechten Wetters mit Schnee und Eis
jeder, der hier sitzt, es noch weiß,
Im Januar forderte zum Barmerlauf
uns Sportfreund Glöckner wieder auf .
Der Veranstalter freut sich immer dann,
wenn er viele Läufer begrüßen kann.
Mitmachen über der Leistung steht!
Spaß am Laufen ist das, was zählt.

Wir liefen bei Sonnenschein und auf geänderter Strecke -
die echte war zugefroren und vereist -
Der Lauf erfüllte trotzdem seine Zwecke:
Er hat die Laufgemeinschaft wieder mal vereint.
Dank der etwas gekürzten Runden
waren die Zeiten relativ gut-
Die meisten haben das toll gefunden.
Das machte für weiteres Training Mut.

Als ließen sich die ersten Frühlingsblüher sehen,
erfreute das nicht uns Läufer nur.
Jeden, der wollte sich an frischer Luft bewegen,
zog es magisch hinaus in die Natur.
Ja, wir hatten es vernommen,
der Frühling wollte doch noch kommen.
Die Läufer der Umgebung warteten schon
auf kommende Läufe der Saison.

Ende März, zum Frühlingslauf,
riefen Rot-Weiß Zerbst in den Schlossgarten auf.
Beim Schnupperlaufen für die Kids
konnten auch laufen die Kleinsten mit.
Wir freuen uns über jeden Gast,
der Interesse an der Bewegung hat.
Wer öfter zuschaut, muss bald erkennen,
es macht Freude, selber mit zu rennen.

Am Wettkampftag war das Wetter nicht grad wundervoll.
Rund 100 Schnupperläufer waren trotzdem erschienen.
Familie Handrich hatte alles vorbereitet toll
und konnte sich damit ein Lob verdienen.
Weitere 30 Kinder liefen die 3 km- Strecke mit Elan.
das stimmte optimistisch und machte die Veranstalter froh -
dass jeder 5 km-Läufer später nur auf 4,4, kam,
drückte etwas die Stimmung, aber es war eben so.

Der Stadtverwaltung, speziell Frau Kluge, möchte ich danken hier.
Sie stellte zum Umziehen Räumlichkeiten bereit.
Leider wurde dort in der Toilette randaliert..
Das war nicht nur ein harmloser Streich.
Als Veranstalter möchte ich appellieren
an Vernunft und an die sportliche Ehre.
So etwas darf nicht passieren.
dagegen sollten wir uns alle wehren.

Mit dem letzten Märztag kam der Frühling mit Macht
hat herrliches Wetter und Sonne mitgebracht.
Das gefiel den meisten Menschen sehr-
uns fiel das Laufen nicht mehr schwer.

Beim Cross der Schützengilde gab es Sonne satt.
Das machte Spaß und wurde gut angenommen.
Die Organisation hat wieder blendend geklappt.
74 Läufer sind zufrieden ins Ziel gekommen.

3 Tage später wurde Anne Handrich norddeutsche Meisterin.
Sie siegte am Timmendorfer Strand beim 10 km- Straßenlauf.
Dass das erst Wochen später in der Zeitung erschien,
regte mich persönlich damals ganz schön auf.

Ich möchte alle Leichtathletikfreunde bitten:
informiert die Presse möglichst prompt.
Nur so können wir selber garantieren,
dass unsere Sportart verdiente Beachtung bekommt.

Wenn im April Germania Roßlau lädt zum Spitzbergcross,
ist die Anspannung besonders groß.
Die Laufstrecke ist sehr abwechslungsreich -
erfordert Kraft und Kondition zugleich.
Hier muss man sich schon tüchtig schinden,
will man die Strecke schnell überwinden

30 Höhenmeter pro Runde sind es bestimmt,
die man mit 2 Anstiegen unter die Hufe nimmt.
Zwar geht es dann in rasantem Trab
an anderen Stellen wieder hinab,
doch gibt es auch noch sandige Strecken,
welche die Läufer dürfen nicht schrecken.

Die Kinder absolvieren einmal den Kurs
Jugend und Frauen sind mit zwei Runden dabei
Damit jedermann sich quälen muss,
laufen die Männer der Runden drei.
Danach ist tatsächlich jeder geschafft,
weil er verpulvert hat all seine Kraft

Unter der heißen Dusche wird dann diskutiert,
wie man die Strecke hat absolviert.
Kam man mit der Strecke gut zurecht
oder war die Laufleistung schlecht .
Nach der Siegerehrung ist dann alles vorbei -
Im nächsten Jahr - sind wir wieder dabei.

Ein Lob möchte ich hier anbringen
an Peter Althaus und seine Mannen.
Die Anerkennung betrifft das gute Gelingen.
Bei der Durchführung gab es keine Pannen.
Ich finde es toll, wie man es über Sponsoren schafft,
dass man für die Kinder einige Leckereien hat.

In der Auswertung gab es kleine Ungereimtheiten:
die Zeiten wurden leicht durcheinandergebracht.
Das führte aber nicht zu Schwierigkeiten..
kam daher, dass man die Zeitnahme sich hat schwer gemacht.

Anfang Mai lief ich beim Leitzkauer Schlossparklauf mit,
obwohl ich nach einem Marathon war gar nicht fit.
Den Lauf zu versäumen täte mir leid.
Drum war ich sogar für das Laufen mit Schmerzen bereit.

Der Lauf sprengte wieder den gewöhnlichen Rahmen.
Es war bewundernswert, wie viele Teilnehmer kamen
Das ist Danke und Anerkennung der Leistung zugleich,
die man guter Arbeit und der Tradition dort erweist.

Viel besser kann man solch ein Event nicht gestalten.
Wir hoffen, das bleibt uns noch lange erhalten.
Die Organisation und das Dorffestflair,
gefallen den Volkssportläufern sehr.

Für die Kinder wird es zwar abends recht spät,
ehe alles über die Runden geht,
doch man kehrt geduscht und gesättigt heim
und schläft zufrieden und recht glücklich ein.

An der Nedlitzer Gaststätte am Eckernkamp
wird am Vorabend zu Himmelfahrt gerannt.
Der Termin ist günstig, liegt meist Anfang Mai
und der nächste Tag ist arbeitsfrei.
Man hat es nicht eilig, muss sich nicht überschlagen -
am nächsten Morgen kann man länger ja schlafen

Das Gaststättenteam um Wirt Bodo Kliewe
bereitet vor den Lauf vor mit Umsicht und Liebe.
Die Wege wirkten letztens, als wären sie gefegt
so hatte man sich ins Zeug gelegt.
Den Finishern bot man zur Stärkung dann
Tee, Würstchen und leckeren Kuchen an.

Einige Spieler des Nedlitzer Fußballvereins -
das ist dort schöne Tradition -
nutzen den Lauf, - und das finden wir fein -
um etwas zu tun für die Kondition
Ohne Ausdauer ist ein gutes Spiel nicht drin!
Das zu demonstrieren, das macht Sinn.

Zum ersten Garitzer Weinberglauf
forderte Bürgermeister Rudolf auf.
Als Testlauf für den Zerbst-Anhalter Regio-Cup
fand er zur 750 Jahrfeier des Ortes statt.

Die Laufstrecke führte um den Garitzer Teich.
Der Untergrund ist recht abwechslungsreich
Die 4- km - Runde - wurde deutlich markiert -
und von den Läufern als gut toleriert.

Diese Veranstaltung gefiel den Aktiven recht gut.
Das machte den Machern für die Zukunft Mut.
Wird er in den Regio-Cup aufgenommen,
sind die Läufer in Garitz wieder herzlich willkommen.

Ganz anders sah das mit Kochstedt aus -
ich kann nicht loben diesen Lauf.
Was nützt es, wenn man eine schöne Strecke hat,
wenn die Organisation hinten und vorne nicht klappt,
wenn die Alterklassenwertung bewusst wird negiert
wenn keine Straffung des Zeitplans passiert.

Wenn freundliche Hinweise einfach verpuffen,
habe ich persönlich dort nichts mehr zu suchen.
Anne Handrich, die Vorzeigefrau vom Zerbster TSV Rot-Weiß
war bei der Norddeutschen Meisterschaft in Dessau dabei.
Mit 11:21 min über die 3000 m - Strecke
wurde sie erneut Norddeutschlands Beste.
Ich suchte in der Zeitung auch nach dieser Notiz,
meine Suche lange erfolglos blieb.

Man liest doch Zeitung, will sein aktuell informiert,
und möchte erfahren, was zu Hause passiert.
Ich schimpfte auf die Presse, entließ meinen Frust..
ich fragte Simone Zander -- sie hat nichts gewusst.
Darum muss ich hier wiederholt bitten und appellieren.
Über tolle Ergebnisse die Presse prompter zu informieren.

Mit seinem besonderen Flair der Wendgräbener Waldlauf dann zog diesmal mehr als 70 Aktive an.

Die Konrad- Adenauer-Stiftung als Gastgeber hier bietet den Gästen ein ganz feines Revier.

Bevor wir den Lauf mittwochs haben positioniert, wurden das überlegt diskutiert .

Für kleine Läufe in der Hauptsaison ist es besser so.

Das macht besonders aktive Läufer froh.

Ich selbst habe die Ranglistenläufe oft zum Training genutzt, nahm damit harten Tempoläufen den Frust.

Ein Wettkampf ist das beste Training, so möchte ich formulieren, Wettkampfstimmung kann man nicht simulieren.

Der Wettkampf selbst kam wieder recht gut an.

Das wurde mir von einigen Teilnehmern kund getan.

Der 9. Lauf des Regio- Cups wurde von Sport- Zille und Sport 2000 organisiert, In Coswig an der Elbe lief wieder alles wie geschmiert.

Die Wittenberger haben nun den Lauf auch für sich entdeckt, denn die Durchführung läuft in Coswig perfekt

Sie nutzen den Lauf für ihre Laufserie auch steigern so die Qualität uns´res Regio - Cup - Laufs

Der Wettergott hat es ebenfalls gut gemeint - er stellte den Regen kurz vor der Laufzeit ein.

Das Gerangel am Start war dann recht groß, als Gerald Zielinsky schickte die Läufer los.

135 Läufer aus 4 Landkreisen hatten sich eingefunden, gemeinsam zu laufen, eine, zwei oder drei Runden.

Dass am Ende die Getränke und Urkunden wurden knapp haben wir in der Form auch noch nicht gehabt.

Der Heimatfestlauf war wieder ein Besuchermagnet -
so jedenfalls es im Protokoll es steht.

Obwohl der Lauf erstmals war nicht in der Ferienzeit,
waren 125 aktive Läufer dabei.

Sie wurden vom Bürgermeister auf die Reise geschickt
Die Strecke kam trotz bau-bedingter Änderung gut an,
das hat dem Verlauf recht gut getan.

Eine Überraschung gab es bei der Wertung des Mannschaftspokals,
der ging an die Pizza- Run Läufer zum ersten Mal
Es erfreute uns, bliebe es keine Eintagsfliege
und gönnen den Läufern weitere schöne Siege.

Zum traditionellen Lauf auf der Aschenbahn
reisten mehr als 150 Läufer an.

Über die Melde-Disziplin zum 1000 m -Schnupperlauf
regte ich mich diesmal etwas auf.

Nur 27 Voranmeldungen wurden angenommen
83 Kinder waren dann tatsächlich gekommen.

Am Ende machte eine Mutti lautes Trara,
für ihren Sprössling war keine Urkunde mehr da.

Ist es heute wirklich schon eine Tradition,
dass nicht die Leistung, sondern die Teilnahme wird belohnt?

Das Drucken der Urkunden kostet dem Veranstalter Geld -
das sei hier ausdrücklich festgestellt.

In unserer Gesellschaft, das gebe ich zu bedenken,
möchte niemand etwas nutzlos verschenken.

Die Hauptläufe begeisterten nicht nur Fans und Kenner.

Ich möchte es bringen auf einen Nenner:

Es wurde sportlich fair um die Erfolge gerungen.

Viele gute Zeiten belegen, das ist bestens gelungen.

In diesem Jahr konnte jedermann lesen,
Ein Läufer vom Internetportal LaufReport ist dabeigewesen.
Seinen Bericht zu lesen, hat uns erfreut,
weil er unseren Sport mal ganz anders zeigt.
Dass Sport Spaß machen kann, das wussten wir schon
Dieser Bericht macht bekannt unsere Heimat - Region.
Den Lindauer Burglauf fand ich wieder toll.
Das Umfeld war, wie immer dort, wundervoll.
Volker Schub und seine Macher sind stets erfreulich gut drauf -
da kommt keine unnötige Hektik auf.
Die gute Stimmung der Helfer, die hier ihren Job getan.
Steckte die aktiven Läufer förmlich an.

Die Auswertung des Laufes erfolgte zügig und fix -
dazu spielte auch der Wettergott mit.
Es machte Spaß, selbst dabei zu sein -
Dieser Lauf sollte eine Werbung für den 30. 2010 wohl sein.

Der 29. Zerbster Rolandlauf - als letzter im Regio.Programm
zog als Landescuplauf wieder hochklassige Gäste an.
Zwar bereitete der Regen früh am Morgen
dem Veranstalter ein paar kleinere Sorgen.
85 Schnupperlaufkinder waren trotzdem gekommen
und haben ihren Wettkampf aufgenommen.
Obwohl Aschenbahn und Laufbahn waren leicht aufgeweicht
wurden ansprechende Leistungen gezeigt.

Zum Start der Hauptläufe herrschte Sonnenschein

schöner konnte das Wetter nicht sein.

Bauarbeiten an einer Brücke und im Zentrum der Stadt

zur Verlegung des Kurses gezwungen hat.

Der Kurs wurde angenommen, es gab keine Klagen

obwohl die Wege zum Teil aufgeweicht waren.

Die Wettbewerbe dominierten die Sportler des SCM.

Es war eine Demonstration großen Lauftalents.

Es machte Spaß, den Läufer zuzusehen

Ihr Laufstil war ästhetisch - einfach schön.

Die Auswertung lief wie immer sehr flott

wie man es gewöhnt ist in unserem Ort.

Die meisten Aktiven finden das richtig toll

und sind dafür des Lobes voll.

2 Stunden nach dem Start schon auf dem Wege nach Hause zu sein,

besser und schneller kann man gar nicht sein.

Zum Schluss gilt es wieder, Danke zu sagen,

allen, die zum Gelingen der Serie haben beitragen,

z.B. den Veranstaltern, die keine Mühen scheuen,

die Läuferherzen zu erfreuen;

der Presse, die hilft zu informieren,

darüber wann und wie wir die Läufe durchführen.

Die Internet-Nutzer kennen die Homepage der LG Grün-Weiß,
wo Günter Ritzmann gestaltet die eine tolle Website.
Das hilft, zu informieren ganz aktuell,
denn unser Günter reagiert wirklich sehr schnell.
Das finden wir klasse - das stimmt uns froh,
Lieber Günter, mach bitte weiter so.

Dank gilt den Sponsoren, ohne die sich nichts dreht,
wobei es uns selten nur um Geldmittel geht.
Wir brauchen Örtlichkeiten, wo wir dürfen rennen,
wo wir organisieren, uns umziehen ev. auch duschen können.
Es ist nicht selbstverständlich, dass man uns unterstützt,
auch wenn das nur der Allgemeinheit nützt.

Wir können nicht verhindern, dass etwas wird verschmutzt -
das muss dann wieder werden geputzt -
Wir könnten nicht bezahlen, wenn Schlimmeres passiert,
das mit finanziellem Aufwand müsste werden repariert.
Also danke, der Stadt Zerbst und anderen örtlichen Räten,
die zur Verfügung stellen die Lokalitäten,
damit wir treiben können unseren Sport
heute, und wir hoffen, immerfort.

Ein paar Zahlen seien hier noch ungereimt genannt.
Das ist für Statistiker interessant
In 13 Läufen wurden 1196 Läufer und 419 Schnupperkinder gezählt
Der Durchschnitt bei den kleinen Läufen lag bei 75 Teilnehmern
300 männliche und 121 weibliche verschiedene Gäste konnten wir begrüßen
50 Aktive waren es in der M 20

Bei unserer Wertung gab es je Altersklasse für die ersten 7 Plätze Punkte.

Das sind pro Wettkampf 32.

In allen Läufen hätten insgesamt 416 Punkte in den einzelnen AK erlaufen werden können.

Diese Zahl setze ich an, um die teilnahmefreudigste Altersklasse zu bestimmen.

Bei den Damen ergibt das die Reihenfolge 45 292 , 40 233 20 215

Bei den Männern habe ich die Punkte der Nebenstrecken nicht gezählt:

M 20 353 ; 45 332 ; 40 308

17 Läufer blieben in den Hauptläufen ohne Punkte. Sie wurden aber zu Bewertung berücksichtigt.