



Praxistest: Was Sportlehrer Peter Schöner im Unterricht über Schrittlängen, Atemrhythmus, Tempogestaltung und Pulsfrequenz erzählt, wurde beim Volkslauf in Eschweiler in der Realität erprobt – durchaus erfolgreich.

Goethe-Schüler zeigen Ausdauer

Erfolge beim Internationalen Volkslauf in Eschweiler. Nadine Lavalle siegt, Michael Solm Vierter. Schrittlängen, Atemrhythmus, Tempogestaltung und Pulsfrequenz sind **Thema im Unterricht.**

STOLBERG/ESCHWEILER. Der Wettermann hatte im Eschweiler Waldstadion ein Einsehen mit den zahlreichen Leichtathleten, die sich zum 23. Internationalen Volkslauf des Marathonclubs Eschweiler eingefunden hatten.

Während die Kleinsten ab 15 Uhr ihre Läufe im Stadionrund absolvierten, begannen um 16 Uhr die Läufe der Erwachsenen. Über fünf Kilometer wurde ein „Jedermannlauf“ angeboten, zu dem sich auch ein zehner Schülerstarkes Team des Goethe-Gymnasiums angemeldet hatte. Der anschließende Hauptlauf ging dann über

10 Kilometer. Bei Goethe-Sportlehrer Peter Schöner ist im Unterricht der Oberstufe gezielte Ausdauerschulung derzeitiges Unterrichtsthema. Schrittlängen, Atem-



rhythmus, Tempogestaltung und Pulsfrequenz sind die Schlagworte. Was lag also näher, als diese Begrifflichkeiten in der Praxis zu erleben und vorhandene Fähigkeiten auch einmal in einem offiziellen Lauf zu bestätigen.

Auf hervorragend präparierten

Strecken durch den Eschweiler Stadtwald gingen die acht Schülerinnen mit einiger Skepsis den Lauf eher ruhig an, während Michael Solm mit entsprechendem Selbstbewusstsein gleich mit geschulten Leichtathleten mitzog. Da die meisten Schüler diese Distanz im Unterricht schon kennen gelernt hatten, wussten sie in etwa, was der Nachmittag noch bieten würde.

Am Ende sah man im Rund des Eschweiler Waldstadions nur zufriedene Gesichter unter den Beteiligten – nicht zuletzt, weil der Stadionsprecher so oft mit den Na-

men der ins Ziel einlaufenden Personen auch den Namen „Goethe-Gymnasium Stolberg“ ausrief. Und dies machte alle „Finisher“ sichtlich stolz. Michael Solm wurde in beachtlichen 20:36,4 Minuten Vierter bei der männlichen Jugend B, während Nadine Lavalle mit 33:59,7 Minuten in der weiblichen A-Jugend sogar siegte. Für das Goethe-Gymnasium waren außerdem noch unterwegs: Sabrina Arnd, Christina Cytron, Wiebke Geldmacher, Anne Havlena, Katharina Otto, Carolin Tröbs, Susanne Weelborg und „Oldie“ Peter Schöner.