

Bericht vom Walking Day am 23.10.2005 in Köln

Nach intensivem, sechsmaligem Einführungstraining im Mai und Juni dieses Jahres unter Anleitung von Gerlinde Klusch haben wir Spaß beim Walking entdeckt. Wir meldeten uns kurzentschlossen für den Walking Day im Oktober in Köln an. Auch trainierten wir mal donnerstags auf den Feldern von Enderich und machten 2-mal dienstags in der Rheinaue mit, in der Walking Gruppe der Sport- und Ski-Zunft Bonn. Das angeführte Tempo war für viele eine Herausforderung, am schönen Rhein entlang mitzuhalten. Dementsprechend kam bei einigen von uns am nächsten Tag auch Muskelkater zum Vorschein, das nur zu mehr Ansporn verhalf, weiterzumachen.

Endlich ist der Tag da, an dem wir 10 gehörlose Frauen (Rita W, Rita K., Daggi, Elke, Christiane S., Claudia H-K., Marlies, Ingrid, Angelika, Tina) an dem 2. Walking Day am 23.10 2005 in Köln teilnehmen können. Die Gruppe von Gerlinde und wir trafen uns im verabredeten Zug nach Köln. Dort bekamen wir die Startnummern und die Beutel ausgehändigt, die Ehepaar Klusch freundlicherweise am Freitag für uns abgeholt haben. Wir wollten gerne alle gleich angezogen antreten, um als Gruppe aufzufallen. Die bestellten hellblauen Lauf-Jacken haben wir praktisch in „letzter“ Minute vollständig doch noch im Geschäft abholen können. Es wurde an dem Sonntag im Zug stolz angezogen. In Köln – Deutz trafen wir noch die anderen unserer Gruppe und aufgeregt gingen wir zur Messehalle.



Es war viel los auf dem Messegelände. Es waren 7.868 Walker dabei, davon 3.181 Nordic-Walker und 4.687 Walker. Das Durchschnittsalter aller Teilnehmer war mit 39,4 fast vier Jahre jünger als im Vorjahr. Die Teilnehmer kamen aus allen Teilen der Bundesrepublik und aus dem benachbarten Ausland: Holland, Belgien, Luxemburg, Schweiz und Großbritannien.

In 5 Startblöcken machten sich Walker und Nordic-Walker auf die Strecken von 10, 20 und 30 km, Startblöcken im Abstand von 15 Minuten. Und auch das nasse Wetter konnte sie nicht abhalten. Der Anteil der walkenden Männer ist in diesem Jahr um gut 5,4 Prozent gestiegen: Immerhin 25,2 % wagten sich auf die Strecke. Der Frauenanteil war erwartungsgemäß hoch: 74,8 %!

Gerlinde und einige ihrer Gruppe starteten die 20 km Strecke, wir starteten die 10 km Strecke. Start- und Zielbereich befanden sich direkt am Haupteingang der Rheinhallen der Koelnmesse. Er bot mehr und damit komfortableren Raum für das Starterfeld sowie für die Versorgung der Walking-Teilnehmer und last but not least auch den Raum für das umfangreiche Show- und Unterhaltungsprogramm. Aufgeregt stellten wir 10 Gehörlose Frauen zu den anderen Teilnehmern uns an der Startlinie. Die Stimmung auf der Strecke war nicht ganz so, wegen dem Regen, aber es gibt ja bekanntlich kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung! Auf die Plätze fertig los. Die Schlange der Teilnehmer war sehr lang.

Die Versorgungspunkte wurden im Abstand von nur drei Kilometern auf allen Strecken aufgebaut. So kamen die Teilnehmer des National Walking Day in den Genuss einer engmaschigen und optimalen Streckenverpflegung.

Leider hatte ich nicht meine optimale Zeit erreicht. Das lag aber vor allen Dingen daran, dass man beim Start von so vielen Sportlern aus Rücksicht auf die anderen auf den ersten Kilometern etwas langsamer als normal läuft.

Auf der Strecke schauten eher zufällig vorbeikommende Spaziergänger oder Angehörige der Läuferinnen und Läufer zu. Das liegt wahrscheinlich auch daran, dass Walking und Nordic-Walking von vielen noch belächelt wird. Mein Tipp dazu: Selber machen!



Im Start-/Ziel-Bereich waren viele Zuschauer und es kam beim Einlauf schon "Gänsehaut-Feeling" auf. Nach dem Zieleinlauf erhielt jeder eine Medaille und eine Wärmeplane. Dann ging es sofort ins Verpflegungsdorf, wo man sich mit Brühe, Tee, Cola, Fanta, Erdinger alkoholfreies Weißbier, Obst, Salami, Gouda-Käse laben konnte. Die Ausgabe funktionierte reibungslos.

Wir alle hatten unseren Spaß, es war ein tolles Erlebnis dabei zu sein mit so vielen Teilnehmern! Wahrscheinlich werden nächstes Jahr einige von uns bestimmt wieder dabei sein!

Tina Spielberger