

Oberhausener Turnverein

von 1873 e.V.



Pressemitteilung

24. Februar 2018

Sportstadt Oberhausen
OTV Walker

Sie haben früher Handball gespielt oder Tennis oder Karate trainiert: Heute üben sie ihren Sport aus als Walker oder Nordic-Walker in der Breitensportabteilung/Leichtathletik des Oberhausener Turnvereins von 1873.

Walking – Sport oder Spazieren gehen? Wikipedia nennt es die „Breitensport-Variante der wettkampforientierten Sportart Gehen.“ Es wird eine höhere Geschwindigkeit angestrebt und aktiver Armschwung eingesetzt. Die Version mit den Stöcken heißt Nordic-Walken und ist dem Training der Skilangläufer nachempfunden.

Die recht junge Sportart hat sich 1993 im OTV etabliert. Die ersten ausgebildeten Übungsleiter beschlossen gemeinsam mit Gerd Heien, diesen Sport vereinsmäßig zu betreiben – der OTV bekam seine erste Walkinggruppe, die Nordic Walker folgten einige Jahre später.



Warum im Verein? Kann man doch allein machen? Heribert Schupp, 83, kommt sofort ins Schwärmen: „Allein? Da komm ich doch nicht von der Couch. Viel zu langweilig, da verliert man die Lust. Man verabredet sich und dann gehört es

sich, auch hin zu gehen.“ Und Sabine Virgalitta, die Jüngste in der Runde, dabei seit dem letzten Sommer, ist begeistert vom Vereinsleben: „Ich bin so gut aufgenommen worden. Für Anfänger ist das ein so schöner Beginn. Die Kilometer sind abgesteckt, die Strecken sind bekannt, das gibt ein gutes Sicherheitsgefühl. Bin ich krank und kann nicht starten – schon fehlt mir was.“ Auch Ulrich Rupp, stellv. Abteilungsleiter der Leichtathleten und zuständig für die Walker, ist dem Verein beigetreten, weil er hier im Gegensatz zum Sport treiben in z. B. einem Fitnessstudio sofort auf Gemeinschaft stieß und sich persönlich willkommen geheißen fühlte, wie es nicht kannte.

Die Herren. Stark in der Unterzahl. Die jungen Leute auch. Ein bisschen Selbstbewusstsein gehört dazu, durch die Gegend zu walken. Uschi Kühn, Instructorin: „Gerade die



Anschrift:
Am Kaisergarten 60
46049 Oberhausen

☎ 0208/26221
www.otv1873.de
info@otv1873.de

Stadtparkasse Oberhausen
Volksbank Rhein-Ruhr

IBAN: DE02 3655 0000 0000 1418 38
IBAN: DE65 3506 0386 4312 7200 05

Männer schämen sich erst. Sie meinen, sie müssten joggen, alles andere sei kindisch. Und die Jogger belächeln schon auch die Walker. Anfangs tut das weh, aber man gewöhnt sich an die Ignoranz.“ Aber werden die Jogger in späteren Jahren nicht auch zu Walkern? „Ach“, sagt Johannes van Hüth, „vielleicht mal, wenn sie nicht mehr können. Aber einige sagen auch ganz klar, wenn ich zu alt bin fürs Joggen, werde ich Schach spielen.“ Natürlich geht es auch anders. Wenn sich Läufer und Walker vor dem Start am Vereinsheim treffen, wird gemeinsam gequatscht und geflaxt. Man kennt sich.



Noch einmal Schupp: „Die wissen gar nicht, was sie verpassen. „Nach dem Walken ist man ein ganz anderer Mensch. Man fühlt sich frei, hat alles, was sich im Laufe des Tages angesammelt hat, abgeladen. Wenn ich nach Hause komme, höre ich, du bist ein ganz anderer Typ.“

Und Hans Stams, ebenfalls Laufbetreuer und seit Jahrzehnten dabei, stellt fest: „Es bringt so viel. Für den Körper. Die Gemeinschaft. Man kennt auch die Sportler der anderen Sportvereine. Man

trifft sich, begrüßt sich, umarmt sich, wenn man ins Ziel gekommen ist. Und wir haben ganz viel Geselligkeit im Angebot: Eine Radtour mit anschließendem Grillen, Oktoberfest, 1.Mai, eine Woche Wanderung, Stirnlampenlauf, Jahresabschlussfeier. Und viele Sommerabende nach den Laufftreffs auf der Terrasse unseres schönen Vereinsheims im Kaisergarten...“

Mit dem alljährlich angebotenen Walking Day ist der OTV etabliert in der Walkerszene, der Lauf gehört zur NRW Walkingtour. Im letzten Jahr gewannen die OTVer den 1. Preis der Tour: Bei acht Veranstaltungen konnten sie als teilnehmerstärkste Gruppe 130 Starts belegen, damit sind sie 984 km gewalkt...

Soeben erst ist der OTV-Laufftreff neu zertifiziert worden durch den DLV. Mit sechs qualifizierten Übungsleitern/Übungsleiterinnen bietet er vier Treffs/Woche an: Montags und mittwochs von 10 – 11.30 Uhr und von 17.30 – 19.00 Uhr. Immer läuft ein Betreuer mit.

Informationen bei Ulrich Rupp, Tel. 0170 3458766 oder auf der Homepage: www.otv1873.de/walking.