

Lauf gegen

Extratip Göttingen
13.04.2014

Bluthochdruck

Bereits zum 6. Mal startet am Samstag, 17. Mai, der „Göttinger Lauf gegen Bluthochdruck“. Unter dem Motto des diesjährigen World Hypertension Day „Know your Blood Pressure – Kenne Deine Blutdruckwerte“ ruft die World Hypertension League (WHL) genau wie die Deutsche Hochdruckliga dazu auf, die Bevölkerung mit Vorträgen und Aktionen über die Erkrankung Bluthochdruck aufzuklären.

An diesem Samstag werden viele unterschiedliche Sportbegeisterte und Einsteiger zum „Lauf gegen Bluthochdruck“ des Göttinger Blutdruckinstitutes e.V. mit dabei sein. Es geht um sicheres und gesundes Bewegen und zwar unter durchgehender ärztlicher Betreuung.

Der Lauf führt rund um den Göttinger Kieselsee und alle können dabei sein, vom Kind bis zum betagten Herzpatienten. Ebenso nehmen verschiedene Laufgruppen und Schulklassen sowie eine Fahrradstaffel um Rennfahrer Frieder Uflaker (TuSpo Weende) teil. Anmeldungen sind ab sofort unter www.blutdruck-goe.de möglich.



Der Lauf startet am 17. Mai um 11 Uhr (Kinder 10.30 Uhr), Anmeldungen sind noch bis um 10 Uhr vor dem Start möglich. Der Lauf wurde im Jahr 2006 mit dem 1. Preis für „Sport und nicht-medikamentöse Therapie“ ausgezeichnet und bietet verschiedene Disziplinen: vom 800 Meter Intervall-Gehen über Nordic Walking in Gruppen bis zum ambitionierten

Laufen über eine Distanz von ein bis drei Runden um den Kieselsee (eine Runde etwa 2,3 Kilometer) unter der engmaschigen Kontrolle durch ehrenamtliche Ärzte der Region. Desweiteren geben zahlreiche Sportvereine in der Informationszone am Start Einblicke in die facettenreiche Sportlandschaft Göttingens: Vom Inline-Hockey bis zum Kanu-Polo.

