

Moin, moin



Nicht nur läuferisch stark: Mitglieder der neuen Rad-Gruppe der ELG.

Bild: Wilken

Emder Läufer steigen aufs schnelle Rad

Neue Sparte bei der ELG hat schon 60 Mitglieder. Ausgleich zum Laufen.

Von EZ-Redakteurin
STEPHANIE SCHUURMAN
☎ 89 00 44

Emden. Die Basis bleibt dieselbe: Bewegung für die breite Masse. Nur das „Wie“ ist nun etwas differenzierter. Jedenfalls bei der Emders Laufgemeinschaft (ELG). Viele kommen jetzt auch auf dem Rad vorwärts. Und das mit ordentlichem Tempo, ohne gleich von Rennen zu reden. „Jeder Läufer, der viel läuft, hat sowieso ein Rad zu Hause“ sagt Ralf Scheffler. „Schon zum Ausgleich. Da tun einem nicht so die Knochen weh.“

Der 42-Jährige und sein Kollege Frank ter Jung (48) haben somit einfach nur umgesetzt, was ohnehin auf der Hand lag. Die beiden Mitglieder der ELG gründeten Anfang des Jahres diese zweite Sparte bei der ELG. Und offenbar schließen die beiden damit eine Lücke in der Emders Radler-Welt. Genau jene, die zwischen dem Hochleistungs-Radsport beispielsweise der Gruppe „Sprinter Emden“ und den gemütlichen Radtouren des ADFC klappte.

Endlich in Emden

60 Mitglieder zählt die Gruppierung schon jetzt. „Der allgemeine Tenor lautet: „Endlich gibt es das auch in Emden“,“ sagt Scheffler, der wie ter Jung seit Jahren neben dem Laufen seine 20 000 Kilometer im Jahr per Rad zurücklegt. Den nächsten Verein mit ähnlicher Ausrichtung kennt er sonst nur

beim MTV Aurich.

Fernab des Hochleistungssports wollen die ELGer in die Pedale treten. Allerdings auch wiederum nicht so gemächlich, dass die Herausforderung auf der Strecke bleibt. „Man braucht mindestens ein vernünftiges Sportrad“, sagt ter Jung. „Sonst müssen es die Beine machen, nicht das Rad.“

Zwar sei die ganze Sache auf Breitensport ausgelegt, Rennen sind grundsätzlich aber nicht ausgeschlossen. Im Gegenteil: Wer Lust hat, kann an so genannten Raddoutenfahrten (RTF) teilnehmen. „Da besteht aber kein großer Renncharakter“, sagt Scheffler. „Das ist somit auch nicht so gefährlich.“

Gleiches Trikot

Vielleicht auch wegen des Verbunds in der der ELG-Gruppe nicht. Die Sparte ist beim Bund Deutscher Radfahrer gemeldet. Und das gemeinsame Trikot als Erkennungszeichen längst gewählt. Wer nicht allein sein will bei so einem RTF-Marathon, kann sich der ELG anschließen und genießt neben Gruppen-Dynamik Versicherungsschutz. Über tausend RTFs finden in der Saison allein in Deutschland statt, wobei sich die Teilnehmer jeweils Streckenlängen nach eigenem Vermögen aussuchen können, von 50 bis 200 Kilometer.

Eines der schönsten RTFs erlebten die ELGer vor wenigen Wochen beim Elfstedentocht in den Niederlanden. Gerade erst waren sechs Emders beim Skoda-Velothon in Berlin (Bericht S. 29). Und folgt man den Worten Schefflers, könnte man

an jedem Wochenende per Rad auf eine spannende Städte-Tour gehen. Ter Jung: „Ein paar Freaks machen das auch!“ Hintergrund ist wohl, dass eben auf solchen RTFs Breiten- und Gesundheitssport im Vordergrund stehen, nicht olympische Höchstleistungen. „Und man lernt nette Leute kennen, tauscht sich aus“, sagt ter Jung.

Schwitzen

Ein Konzept, das auch der Emders Laufgemeinschaft entspricht. Neben Trainingseinheiten und Wochenend-Ausflügen treffen sich die Radbegeisterten unter den Läufern auch mal zu Klön-Abenden und zu Workshops, bei denen es um die Technik und richtige Auswahl des Rads geht.

Viermal die Woche bietet die Rad-Gruppe Trainings an: dienstags ab 16.30 Uhr, mittwochs ab 19 Uhr, donnerstags ab 18.30 Uhr und sonnabends schon um 14.30 Uhr. Treffpunkt und Start ist immer das neue Vereinsheim am Neuen Theater. Alle fahren gemeinsam los, doch teilt sich die Trainingsgruppe nach einer Weile in zwei Hälften. Je nach Leistungsstärke und Leistungslust. Wenn es regnet, kommt wieder die Ursprungssportart des Vereins zum Tragen. Dann wird eben eine Runde über den Wall gelaufen. Scheffler: „Es muss keiner nach Hause gehen und sagen, er hätte nicht geschwitzt!“

► Infos auf der Internet-Seite der ELG (www.emder-lg.de) oder bei Frank ter Jung (☎ 954645) und Ralf Scheffler (☎ 0170-4849872).

Sport-Sponsoring

Trikots für Loquards E-II-Jugend

Loquard. Stolz präsentiert die E II Jugend des FC Loquard die neuen Trikots. Gesponsert wurden die Leibchen von der OMYA GmbH, Werk Emden. Die Nachwuchs-Fußballer bedanken sich insbesondere beim Werksleiter Raul Magalhaes. Auf dem Bild stehend: Trainer Gerrit Boomgaarden, Jannik Hinrichs, Marco Fokken, Manuel Stichling, Fabian Clemens, Betreuer Manfred Pollmann. Hocke: Sören Pollmann, Dennis Jungenkrüger, Nico Janssen und Jannik Janssen.



HAKA

Sommerzeit = Grillzeit

In Halle 1:

Grillfass

Stck. nur 5.95

+ 1 Sack (3kg) Grillbriketts

Für den Schulstart gerüstet sein!!

In Halle 1:

Faulenzer-Etui

Schnecke

Stck. nur 1.95

Schulfüller

für Links- und Rechtshänder, ab 6 Jahre

Stck. nur 9.95

Stck. für nur 1.75

12 dicke Buntstifte

Stck. für nur 2.99

Zirkel-Set

Für die Kleinen

In Halle 1:

3-tlg. Kinderservice

versch. Motive, z. B. Winnie Pooh, Spongebob oder Barbie

Stck. für nur 4.95

Müslischale

Spongebob

Stck. für 1.99

Becher

Stck. für 1.75

Die Preise purzeln

In Halle 1:

Damenkleid

Größe: 40 - 60

Stck. für nur 4.95

Herren Arbeits- und Sportsocken

Größe: 39/42 - 43/46

7 Paar/ Pck. 3.40

Für den Garten

In Halle 1:

Terracotta Buddha

Maße (B x H x T): 36 x 29 x 37 cm

Stck. 17.95

In der Tiefkühlung

In Halle 1:

Steinofen Familien-Pizza

mit Salami, Peperoni-Salami, Schinken und Käse

2 x 500 g Paket 2.69

Edel-Salami

mit Edamer und Edelsalami

(1 kg = 2.09) 3 x 350 g Paket 2.19

Steinofen-Pizza

in den Sorten: Thunfisch, Schinken, Champignon oder Spinat

2er Paket 2.19

American Hawaii Style Pizza

mit Tomate, Mozzarella, Ananas und Schinken

(1 kg = 3.09) 515 g Pck. 1.59

Frischteig Pizza Thunfisch

mit Tomate, Käse, Thunfisch und Zwiebeln

(1 kg = 3.73) 400 g Paket 1.49

Pizza Spinat

mit Tomate, Käse, Spinat und Knoblauch

(1 kg = 3.11) 350 g Pck. 1.09

Letzte Gelegenheit

Verkauf in Halle 2

für Maler

Silikon Fassadenfarbe

hoher Wetterschutz mit Abperlereffekt, reicht für 140 qm

ab 49.95

20 ltr.

Fassadenfarbe weiß

nur 8.50

Sparen mit Haka

In Halle 2:

62.=-

Stck. für nur

Mehrzweckschrank

Maße (B x H x T): ca. 70 x 171,6 x 34,3 cm

Holz-Schutz-Lasur

wetterbeständig, offenporig, für außen, versch. Farbtöne, atmungsaktiv, UV-beständig

5 ltr. Eimer ab 7.95

1 l = 1.59

Obst + Gemüse

In der Haka-Markthalle:

Holl. große Bohnen

Hkl. 1 10 kg Beutel 6.99

Holl. Tomaten

Hkl. 1 1 kg Beutel 0.99

Span. Peperoni

Hkl. 2 2 kg Beutel 1.99

Marok. „Nicola“

Frühkartoffeln, vorw. fest kochend, Hkl. 1 5 kg Beutel 2.99

Sport-Sponsoring

Neu eingekleidet obw-Fußballer im neuen Trainingsoutfit zum Vizemeister-Titel

Emden. Die Fußballer der obw haben zur Teilnahme an der Landesmeisterschaft einen Satz Aufwärm- bzw. Trainings T-shirts von der Firma allgand.de bekommen. Trainer und Spieler bedankten sich gleich mit dem Vizemeister-Titel bei dem Sponsor.

