

Peter Gehrman

Was einst in Leopoldstal begann



**Geschichte
und
Geschichten
rund um den
Volkslauf in
Ostwestfalen-
Lippe**

*Geschichte und
Geschichten
rund um den
Volkslauf
in Ostwestfalen-
Lippe*

1. Auflage 2025

Prolog

Liebe Laufsportfreunde in Ostwestfalen,
wer einen eingeschlagenen Weg erfolgreich weitergehen
will, der sollte immer wieder einmal zurückblicken, sagt
uns eine alte Volksweisheit. Man meint damit wohl eine
gewisse Warnung, Fehler, die man einmal gemacht hat
nicht weiterhin zu wiederholen. Aber es dürfte auch noch
eine andere Botschaft zwischen diesen Zeilen liegen, näm-
lich die Erinnerung an den Stolz der Voranschreitenden
auf ihre erfolgreich zurückgelegte Wegstrecke.



Beides möge als Absicht meiner nachfolgenden Recher-
che und Publikation über die Volkslaufzeit in Ostwestfa-
len sein, die im Frühjahr 1967 begann. Ich habe sie - „*als vom Start aus
selbst mitgerannt*“ - nach eigenen Erinnerungen und Hilfen von Wegge-
fährten zusammengetragen.

Vieles könnte daher subjektiv und nicht immer historisch völlig korrekt
erfasst sein, denn es gibt m. E. über die Entwicklung des Volkslaufes in
unserer Region keine offiziellen vereinsübergreifende Datenerhebungen.
Wenn ich da nicht immer ganz richtig liegen sollte, so sehe man mir das als
„nicht beabsichtigt“ nach und helfe durch persönlichen Kontakt, die Dinge
gerade zu rücken

So sehe ich diese Publikation nicht als eine historisch exakte Faktensamm-
lung sondern eher als einen laufsportlichen Mix von Geschichte und Ge-
schichten an. .. Diese Broschüre sei

– einmal eine Aufarbeitung der „Geschichte und der Geschichten“ rund um
den Volkslauf in OWL
– und weiterhin eine Erfassung und Beschreibung der mir bekannt gewor-
denen VL-Veranstaltungen in OWL.

Eins möchte ich abschließend feststellen: Obwohl ich seit den ersten An-
fängen in den Sechzigern aktiv und beobachtend mit dabei gewesen bin,
habe ich festgestellt, dass ich die Entwicklung der Volksläufe in OWL ge-
waltig unterschätzt habe. Die aus den Ergebnislisten herauslesbaren Finis-
herzahlen unserer regionalen Volksläufe haben mich in ihrer Gesamtheit
„*glatt aus den Socken gehauen*“.

Freuen uns, dass wir mit dabei sind... oder dabei gewesen sind.

Peter Gehrmann

Teil I

Prolog	3
Ostwestfalen lieben die Ausdauer	6
Ostwestfälische Laufasse nach dem Zweiten Weltkrieg	7
Man lief in Stadien und auf Parkwegen	8
Hohes Niveau bei schmaler Spitze	9
Kuriose Kategorien	9 -10
Der Paderborner Osterlauf in seinen Wiederanfängen	11 -12
Der Humfelder „Zwanziger“ als einst „ <i>Kleiner Bruder</i> “ des Osterlaufes	13

Ostwestfalen lieben die Ausdauer

Es wäre sicherlich etwas weit hergeholt, würde man die ostwestfälische Vorliebe und Leistungsstärke im Langstreckenlauf allein auf Hermann den Chrusker und die Varusschlacht zurückführen. Sicherlich, es könnte schon etwas dran sein an dieser Theorie, denn schließlich wurde die Schlacht im Teutoburger Wald nicht im Handstreich durch eine einzige furiose Reiterattacke gewonnen, sondern kann mit launigen Worten eines Läufers formuliert eher als ein „*wochenlanges, elendes Geknutsche in Sumpf und Morast*“ bezeichnet werden. Dieses verloren letztlich die Römer wohl nur deshalb, weil sie dabei eher „*breit*“ waren als die zähen Cherusker und Teutonen.

Lassen wir diese sicherlich etwas eigenwillige laufsportlich- historische Begründung dahingestellt bleiben. Aber wir können mit gewissem Stolz registrieren, dass in Ostwestfalen schon immer gern und lang gelaufen wurde. Als Langsteckenläufer erfolgreich zu sein, schaffte offenbar schon immer viel sportliches wie außersportliches Prestige in unserer Region.



Als ältester Straßenlauf Deutschlands ist der Paderborner Osterlauf sicherlich ein würdiger Repräsentant des ostwestfälischen Laufsports. Aber auch weitere Traditionsläufe in OWL, wie der Hermannslauf von Detmold nach Bielefeld, der Wiedenbrücker Christkindl-Lauf oder die „Nacht von Borgholzhausen“ haben dem Laufsport Ostwestfalens weit über dessen Grenzen viel Ansehen eingebracht.

Ostwestfälische Laufasse nach dem Zweiten Weltkrieg

Schon vor mehr als 60 Jahren, als sich der Sport nach dem Zweiten Weltkrieg anfänglich mühsam aufrappeln musste, hatten wir in Ostwestfalen bereits mehrere prominente Leistungsträger, die bis in die unmittelbare deutsche Leistungsspitze aufstiegen oder sogar im Nationaltrikot für unser Land antraten.

Bereits 1947, bei der ersten Deutschen Leichtathletikmeisterschaft nach dem Weltkrieg, gewann der Detmolder **Herbert Kraft** auf der damals sehr populären 5000m-Distanz eine Bronzemedaille.

In den Fünfzigern rannte der Paderborner **Georg Remmert** mit 14:36:4 Min. eine für damaligen Verhältnisse Bombenzeit über diese Strecke. Der *Schorsch* wurde u.a. Deutscher Hallen-Vizemeister über 3000 Meter.

Edith Schiller war bis 1954 Läuferin beim SC Grün Weiß Paderborn und wechselte dann zum ASV Köln. Sie wurde 1956 Deutsche Meisterin über 800 m und dreimal Deutsche Waldlaufmeisterin. Als Nationalläuferin nahm sie u.a. an der EM 1958 teil.

Als Mittelstreckler lief der Mindener **Harald Mengler** über 1500 m 3:43,7 Min. Er wurde Dritter bei der DM 1960. und startete u.a. im Nationaltrikot



Georg Remmert
Paderborn



Herbert Kraft
Detmold,



Edith Schiller,
Paderborn



Harald Mengler,
Minden



Alfred Gau, Bad
Oeynhausen

Der in Schwalenberg geborene **Hans Hüneke** machte mächtig von sich reden, als er bei den Europameisterschaften 58 im Hindernislauf eine Bronzemedaille gewann. Bei den Olympischen Spielen 1960 in Rom verletzte er sich im Endlauf und musste aufgeben.



Hans Hüneke
Schwabenberg

Im Marathonlauf brillierte **Alfred Gau** aus Bad Oeynhausen im Nationaltrikot, als er in den „Sechzigern“ beim westeuropäischen Sechsländerkampf als bester Deutscher Zweiter wurde.

Man lief in Stadien und auf Parkwegen

Vor dem Beginn der Volkslaufzeit fanden leichtathletische Langstreckenläufe grundsätzlich auf den Aschenbahnen der Stadien, auf Straßen oder auf gut gepflegten Parkwegen statt. Ausnahmen gab es nur dann, wenn die Frühjahrswaldlaufmeisterschaften in Gegenden stattfanden, wo es keine gepflegten Parkwege gab. Dort ging es dann schon mal über Wirtschaftswege wie auch ins Waldgelände und dort die Berge hoch.

Bei den Laufdisziplinen der Stadionsportfeste galt der „Fünftausender“ als der ganz große Renner. Wer den gewann, der war einfach „**der Held**“ und stand am Montag dick in der Presse.

Die längste Distanz für Jugendliche waren die dreitausend Meter, während die Mädchen und Frauen nicht länger als achthundert Meter laufen durften.



Der im Rahmen des Paderborner Osterlaufes ausgetragene fünftausend Meter-Lauf war einer der bestbesetzten „Fünfer“ der damaligen Bundesrepublik. Regionale Leistungsträger, wie hier der Paderborner Karl-Heinz Lange (hier Vierter von rechts mit Nr. 23) konnten bestenfalls in den ersten Runden vorn mithalten.

Was Ostwestfalen betrifft, konnten Läufer aus den damaligen Kreisen Detmold und Lemgo sehr hohes Ansehen genießen, wenn es ihnen gelang, Lippischer Meister zu werden. Das ehemalige Land Lippe, welches nach dem Krieg in zwei Landkreise geteilt war und heute längst wieder als ein einziger Kreis besteht, lebte in diesen Jahren in der Tradition des Sportes weiter als eine Einheit „*Lippe*“ fort, die sich vor allem durch die alljährlichen Lippischen Meisterschaften – als Stadion-Events und Frühjahrswaldläufe – präsentierte.

Hohes Niveau bei schmaler Spitze

Das Lauftraining in den damaligen Leichtathletikvereinen orientierte sich überwiegend an der intensiven Intervallmethode. Grundlagentraining durch lange Dauerläufe gab es gemäß der damaligen deutschen LA-Trainingslehre noch nicht. Solches praktizierten zuerst die Skandinavier mit ihrem Fartlek-Training, ehe der neuseeländische Trainer Arthur Lydiard mit seinen *Long Jogs* genannten Basisläufen die Trainingslehre revolutionierte. Der deutsche *Laufpapst* Dr. Ernst van Aaken musste mit seiner reinen Ausdauermethode allzu lange gegen Windmühlenflügel ankämpfen, ehe man ihn anerkannte.

In ostwestfälischen Vereinen wurde damals – so wie überall im Land – sehr hart (manchmal zu hart) trainiert und überwiegend *auf Tempo geknüppelt*, wodurch man relativ schnell eine recht hohe, jedoch ziemlich instabile Form erreichte. So kam es, dass die läuferische Spitze in der Region bei rel. hohem Niveau ziemlich schmal blieb. Aber sie enteilte zunehmend der allgemein sportlichen Basis, die damals weitgehend aus Fußballern, Handballern und Turnern bestand.



Highlights beim all-jährlichen Iburg-Bergfest waren die Mittel- und Langstreckenläufe.

Einzigartige Atmosphäre bei zerwühlten Aschenbahnen ...so wie hier beim traditionellen „Driburger Dreitausender“ im Sommer 1958

Wer beispielsweise als nicht speziell trainierter Langstreckler bei den Kreismeisterschaften in der offenen Laufklasse antrat, der wurde – selbst wenn er recht talentiert war – meistens chancenlos *abgelattet*.

Kuriose Kategorien

Die Funktionsträger in den Leichtathletikverbänden hatten fix wie auch sachgerecht auf das Enteilen der trainierten Leistungsspitze reagiert und besondere Rahmenklassen (Sonderkategorien) im Meisterschaftsprogramm geschaffen. Auf diese Weise wurde dem sicherlich verständlichen Frust, gegen die speziell trainierten „*Profis*“ keine Chance zu haben, mit durchaus sichtbarem Erfolg entgegengewirkt. So kam es, dass in diesen Jahren die Hauptklassen bei den Kreiswaldlaufmeisterschaften immer spärlicher besetzt waren, während dage-

gen die Sonderkategorien aus allen Nähten platzen.

Allerdings kam es dabei zu den mannigfältigsten Klassifizierungen und entsprechenden Wortschöpfungen. So gab es damals neben der noch verständlichen Anfängerklasse die „Erstlinge“ und für die Fuß- und Handballer die sogenannte „Spielerklasse“. Bei den Meisterschaften der Polizei in NRW hatte man zusätzlich noch eine Kategorie für Kraftfahrer, Sanitäter und vom Außendienst befreite Innen-



Oben: Start der Haupiklasse bei Lippische Waldlaufmeisterschaften in den fünfziger Jahren.
Links: Frühjahrswalldlauf 1959 im Kreis Paderborn



Allgemeines Interesse für den Laufsport war zweifellos immer noch vorhanden und drückte sich u.a. in den hohen Zuschauerzahlen bei regionalen Meisterschaften aus.

Doch, wenn auch die Frühjahrswalldlaufmeisterschaften in den ostwestfälischen Kreisen durch die stark besetzte Sonderkategorien nach wie vor imposante und gut besetzte Sportereignisse blieben, war das für eine solide Entwicklung im lokalen Laufsport einfach zu wenig. Frischer Wind in den Stadien und Laufstrecken war nicht nur in OWL notwendig.

dienstler geschaffen. Da musste man tatsächlich nachweisen, dass man ein „reinrassiger Bürohengst“ war. Die Läuferfelder in den Meisterschaftsklassen der Frühjahrswalldäufe wurden zunehmend elitärer, aber auch kleiner. Wenige speziellen Leichtathletikvereine beherrschten die Szene. Wer sich von außerhalb mal versuchen wollte, machte dabei meistens den Letzten. Also tummelte man sich in den vollbesetzten „Sonderkategorien“.



Bedingt durch das vergleichsweise hohe Niveau wurden die Läuferfelder im Mittel- und Langsteckenlauf zunehmend kleiner. Wer nicht hoch trainiert war, der trat nicht mehr an, denn sonst wurde er peinlich abgelasset.

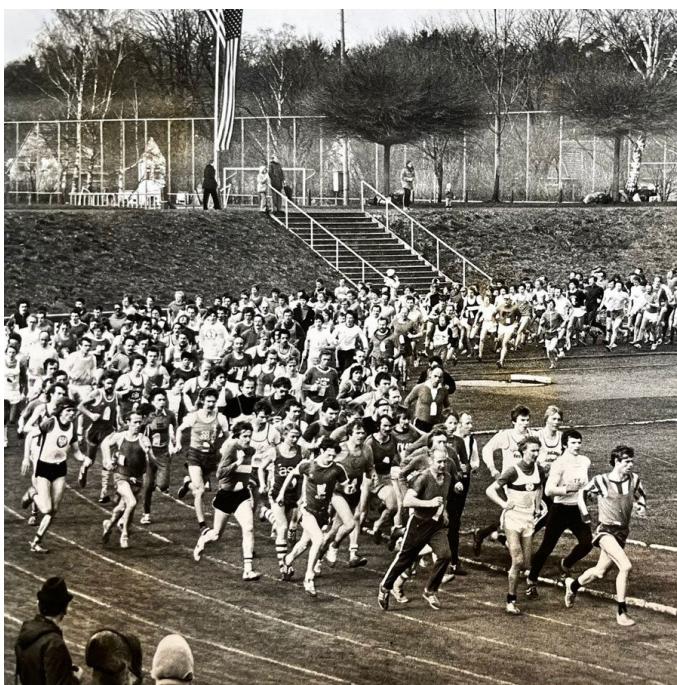
Der Paderborner Osterlauf in seinen Wiederanfängen nach dem Krieg

Straßenläufe gab es in den Nachkriegsjahren in Deutschland relativ selten. So ist es bezeichnend für die Region Ostwestfalen, dass damals in Paderborn ein Straßenlauf entstand, als noch längst nicht alle Trümmer des gerade überstandenen Bombenkrieges fortgeräumt waren.

Bereits zum Osterfest 1947, als der Schutt sich noch auf den Innenstadtstraßen Paderborns türmte, rief man eine Laufserie neu ins Leben, die bereits vor dem Krieg als Staffellauf um Paderborn begonnen hatte. Das erstmals nun "Osterlauf" genannte Einzelrennen führte in einer 3.3 Kilometer langen Runde über die Promenade um die historischen Stadtwälle der Domstadt. Der Lauf wurde bei den kriegsgebeutelten Paderborner auf Anhieb ein großer Renner und entsprechend schnell in der Region und darüber hinaus bekannt. So erweiterte man den Rundlauf um die Stadtwälle bereits nach seiner dritten Auflage 1948 auf ein fünf Runden-Rennen, welches der damals sehr bekannte Meisterläufer Jupp Legge vom VfL Bochum für sich entschied. Der Fachverband forderte als Veranstaltungsgebühr eine Zahlung von 20 Mark und drohte bei Nichtzahlung, den Osterlauf zu streichen.

In den Folgejahren wurde der Osterlauf durch eine 20-km Runde vom Inselbad-Stadion aus in die Senne und zurück deutlich länger.

Vor allem durch die zuverlässige wie solide Organisation der Paderborner wurde der Deutsche Leichtathletikverband auf die Veranstaltung aufmerksam und vergab die Marathon-Qualifikation für die Olympischen



Beim damaligen Osterlaufstart im Paderborner Inselbadstadion wurden die damals zwar sehr strengen LA-Kampfrichter in allgemeiner Euphorie und Hektik wohl einfach niedergeknallt und die erste Kurve skrupellos abgekürzt... wie dieses Foto beweist.

Spiele 1952 in die Paderstadt. Einmalig führte daher der Paderborner Osterlauf über 30 Kilometer bis zum Marktplatz nach Delbrück und zurück. Mit den Jahren spielte sich der Osterlauf als ein international anerkannter 25 km-Straßenlauf durch die Senne ein. Zusätzlich veranstaltete man einen 5000m-Bahnlauf für Männer und 3000m für Jugendläufer. Für die Frauen war ein 800m-Lauf ausgeschrieben, den die prominente Paderbornerin Edith Schiller mehrmals gewann. Für jeden trainierenden Paderborner Läufer, der etwas auf sich hielt, war es in diesen Jahren einfach ein Muss, hier dabei zu sein und einigermaßen ehrbar zu bestehen – sei es auf den Stadion-



Weit auseinander gezogen, jedoch bei allgemein hohem Leistungsniveau trabten die Paderborner Osterläufer in den fünfziger und sechziger Jahren durch die Senne, um abschließend im Paderborner Inselbadstadion vor imponierender Kulisse ihr Ziel zu finden.

distanzen oder auf der 25-km Osterlaufstrecke durch die Senne.

Der Veranstalter des Paderborner Osterlaufes war schon damals der SC Grün-Weiß Paderborn, dessen charismatischer Vorsitzender Hans Wienold wie auch der „urwüchsigt-bärige“ Heinrich Vockel sich um den weiteren Aufstieg des Osterlaufes sehr verdient machten.

Der Humfelder Zwanziger

als einst „kleiner Bruder des Osterlaufes“

Einen zweiten überregional bekannten 'Straßenlauf gab es bereits in den sechziger Jahren in Ostwestfalen: den sog. „Humfelder Zwanziger“

Dieser fand alljährlich im frühen Sommer statt und hatte – im Gegensatz zum durchweg flachen Osterlauf – eine recht hügelige Topografie. Dennoch war er bei den Läufern – selbst weit über die ostwestfälische Region hinaus – sehr beliebt. Wie man aus den damaligen Siegerlisten ersehen

kann, waren da alljährlich Läufer mit nationalem Prestige mit von der Partie. Um dadurch die Läufer in der Region nicht mutlos zu machen, hatten die Humfelder hier – im Gegensatz zum Paderborner Osterlauf – eine sogenannte B-Klasse für Bahnläufer eingeführt. Aber auch hier hingen leistungsbedingt die



Der Humfelder Zwanziger gehörte in den Sechzigern zu den beliebten Klassikern im Straßenlauf, an dem selbst bundesweite Lauflegenden wie der Essener August Blumensaft (genannt *Plätekopp-August*, hier 4. v. links mit Nr. 102) regelmäßig mit von der Partie waren.

Trauben sehr hoch. Man musste auf dem hügeligen Humfelder Kurs schon um die 1:12 Std. rennen, wenn man als Läufer der B-Klasse auf's Treppchen wollte.

Der damalige „Humfelder Zwanziger“ wurde in den 70-er Jahren als leichtathletischer Straßenlauf und unter dem rührigen Läufer und Organisator Hans Köller in einen Volks-Marathon umgewandelt.

Heute wird die Humfelder Lauftradition durch einen familiär aufgezogenen „Lipperland-Marathon“ fortgeführt, bei dem man 10, und 21 km sowie die volle Marathon-Distanz laufen kann. Eines hat der Lipperland-Marathon immer noch mit dem ehemals legendären „Humfelder Zwanziger“ gemein: die „herzerfrischenden“ Hügel.

Teil II

Beginn und Aufstieg der Volksläufe

Seite

Suche nach neuen Ideen	15
In Bobingen und Bad Hersfeld fing es an	16
Der Funke war entfacht	18
Premiere bei Kaiserwetter am 7. Mai 1967	18-20
Ein Lauffeuer breitet sich aus	21
Imo Herden begann in Horn	23
Kuriose Anfänge in Bielefeld	24-25
Die Ära der Uniformiertenmärsche	26
Die Lagenser als die Ältesten	27
Der Wasalauf stand Pate	28-31
Volkslauf-Pioniere als „Revoluzzer ...“	32
Die Geburt der nächtlichen Stadtläufe	33
Wie es mit den Stadtläufen weiter ging	34
Die Briten im ostwestfälischen Volkslauf	36
Der Bielefelder Krebshilfe-Marathon	38
Die Crossläufe als ein Erbe der Waldläufe	39
Riesige Teilnehmerzahlen bei Firmenläufen	40-42
Staffelläufe kamen und gingen	

Suche nach neuen Ideen

Bevor der Volkslaufgedanke damals als geeignete Saat auf guten Boden fiel, waren die laufsportlichen Voraussetzungen – trotz der vorgenannten Rezessionen – dennoch recht günstig.

Es gab im Land damals eine solide Läuferszene, die zumeist in größeren Verbänden beheimatet war. In Ostwestfalen fand sich diese vor allem in Bielefeld, Paderborn, Detmold, Lage, Gütersloh und Minden. Zu diesen Vereinen stießen zum gemeinsamen Lauftraining manchmal Leute aus umliegenden kleineren Vereinen, ohne dabei die eigene Zugehörigkeit zum kleineren Dorfclub aufzugeben. Man blieb in den Stammvereinen, konkurrierte im Wettkampf hart gegeneinander, aber harmonierte im gemeinsamen Training. Das erst später einsetzende Zentralisieren durch Gruppierungen von Leichtathleten aus mehreren Vereinen in LG's erwies sich meistens nicht als so erfolgreich wie erhofft.

Landschaftsläufe im vereinsübergreifenden Team

So kam es schon damals im Laufsport zu Trainingspraktiken, die bis heute erfolgreich wie gleichsam beispielgebend für guten Laufsport angesehen werden: Die gemeinsamen Landschaftsläufe. So berichtete im Frühjahr 64 die Lippische Presse über eine vereinstübergreifende Trainingsgruppe, bestehend aus den Läufern Harald Meierjohann (SpVg Diestelbruch), Horst Böke (TSV Leopoldstal), Axel Firnhaber (Post-SV Detmold) sowie Werner Runte und Peter Gehrman (PSV Detmold), die sich an Wochenenden zu gemeinsamen langen Läufen durch den Teutoburger Wald zusammenfanden.

Was die organisatorische Seite der Leichtathletik betraf so waren die damaligen lokalen Funktionsträger – dem Zeitgeist gemäß – zwar Respektpersonen, die man keinesfalls mit „Du“ ansprach. Sie waren aber präsent, wenn es auf den Sportplätzen „rund ging“. Man konnte mit ihnen „von Mann zu Mann“ reden, und das war wichtig.



*Heute nennt man es Tail-Running.
Vereinstübergreifendes
Landschaftslauftraining 1966 auf dem
Lieschenpfad von Hartröhren hinab
zum Schling
(von hinten nach vorn:) Horst Böke,
(TSV Leopoldstal), Werner Runte,
(PSV Detmold), Harald Meierjohann,
SpVg Diestelbruch, Peter Gehrmann.
(PSV Detmold)*

In Bobingen und Bad Hersfeld fing es an

Die Zeit für eine Neubelebung des Laufsports war zur Mitte der sechziger Jahre einfach gekommen. Auf lokaler Ebene war „der Acker diesbezüglich bestens bestellt“. Doch oben in den Verbänden sah man das leider nicht so positiv.

So waren es keine Offiziellen aus den Chefetagen der Leichtathletikverbände, welche den Volkslauf ins Leben riefen, sondern zwei engagierten Läufer: Otto Hosse und Herwig Leitner aus Bobingen. Sie schufen



Nach der ersten Auftaktveranstaltung in Bobingen entstanden überall im Land weitere Volksläufe. Bereits nach 13 Jahren kam es zu dem weltweit Aufsehen erregenden Volkslauf auf dem Nürburgring, bei dem fünftausend (!) Läufer/innen dessen Nordschleife per Pedes bewältigten.

1963 mit ihrem ersten Volkslauf in Bobingen den Durchführungsmodus zum heute immer noch bestehenden Volkslaufkonzept: Gleiche Strecke für alle, jedem Finisher eine Medaille, und jeder Altersklasse ihre Sieger. Nach dem erfolgreichen VL-Auftakt in Bobingen kam es 1964 unter der Regie von Walter Gelke zu einer Folgeveranstaltung in Bad Hersfeld, die sich der Bremer Laufsportfan Heinz Spieß zum Vorbild für einen ersten Volkslauf im Norden der Republik nahm. So reisten im Spätsommer 1966 die norddeutschen Läufer nach Bremen zu einem Volkslauf auf den Weserdeichen. Vier Läufer aus Lippe waren dabei, als am Vormittag des 1. September der erste „Volkslauf-Zehner“ gestartet wurde. Die Ostwestfalen waren begeistert.

Taschentuch mit Knoten und Filzhut

Die Ausweitung des vormittägigen Bremer Volkslaufes auf das am Nachmittag stattfindende Volksgehen sahen die lippischen Läufer anfänglich eher als ein Happening an.

„Volksgehen – Welch eine beknackte Wortschöpfung“, lästerte man. Doch aus dem allgemeinen Gelächter kam dann sehr bald der Gedanke:

Wenn wir nun schon mal in Bremen sind, dann machen wir da natürlich mit.

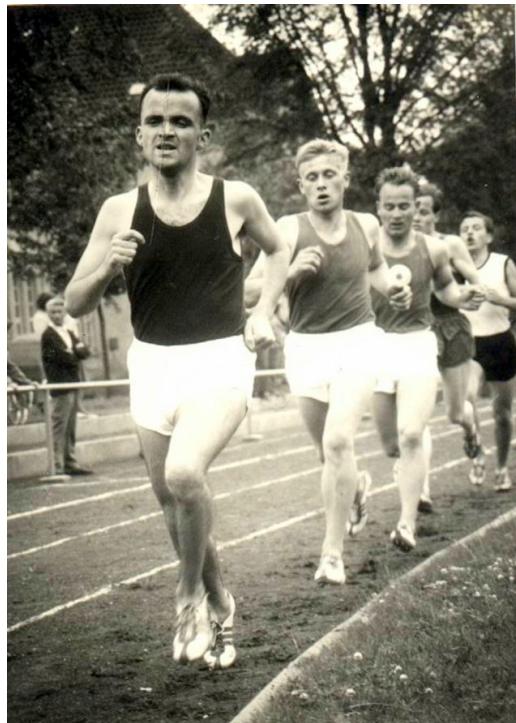
Die Geher waren damals eher belächelte Exoten der Leichtathletik, die man in den Olympiabüchern meistens mit auf dem Kopf verknötenen Taschentüchern (- zum Sonnenschutz -) abgebildet sah.

Trotz ihrer Lästerei über die Wortschöpfung "Volksgehen" beschlossen die lippischen Langstreckenläufer also, sich – mehr oder weniger ernsthaft – der Sportart Gehen zu stellen und begannen ihre Vorbereitungen für ihr erstes Volksgehen mit dem Basteln des unerlässlichen Taschentuches und den vier Knoten darin. Nur der Distelbrucher Junglehrer Harald Meierjohann, der damals schon ein begeisterter Bergwanderer war, beschloss, sein erstes Volksgehen mit einem Filzhut aus dem Loisachtal zu bestreiten.

Bis zur Hälfte der Distanz war das Bremer Volksgehen für die Lipper eher das angedachte Happening. Dann aber brach plötzlich der Ehrgeiz aus. Taschentücher, Hüte und sonstige Utensilien flogen in die Mülltonnen, und dann wurde eisenhart geknüppelt..... getreu der damals offiziellen Regel 64 der Deutschen Leichtathletikordnung für das sportliche Gehen. So kamen einige durch eine sehr schnelle zweite Hälfte der Zehnkilometerdistanz noch ziemlich weit nach vorn bis ins Spitzensfeld des Bremer Volksgehens.

Der Funke war entfacht

Es war nicht so sehr das schnelle Finale der lippischen Langstreckler beim Bremer Volksgehen sondern eher das allgemeine sportliche Erlebnis bei dieser Volkslaufveranstaltung, welches die Initialzündung



*Harte Gegner beim ersten Bremer Volksgehen aber ansonsten gute Freunde beim Training und bei Wettkämpfen auf der Aschenbahn:
Harald Meierjohann,
Horst Böke,
Peter Gehrmann
und Werner Runte. (v.l.)
waren die Initiatoren zur ersten VL-Veranstaltung in OWL.*

für den Gedanken bewirkte:

„**So etwas müssen wir bei uns in Lippe auch machen**“, nahmen sich die vier ostwestfälischen Läufer nach dem gerade erlebten ersten Volkslaufes vor.

Eine komplette Volkslaufveranstaltung kurzfristig aus dem Boden zu stampfen, dafür sahen die ostwestfälischen Läufer noch keine Chance. Sie waren junge Aktive und noch nicht die maßgeblichen Entscheidungsträger in ihren Sportvereinen, die eine solche Veranstaltung beschließen konnten. Doch einen Versuch, den Volkslaufgedanken in eine existierende Laufveranstaltung einzuflechten, den könnte man schon einmal wagen und notfalls mit eigener Kraft realisieren, war man sich bald einig.

Der Frühjahrswaldlauf der darauffolgenden Jahres 1967 bot sich für die Idee der jungen Aktiven an. Schließlich fand dieser beim TSV Leopoldstal statt, dessen Organisation mit dem engagierten Vorsitzenden Manfred Hinnenthal an der Spitze als leistungsstark und flexibel bekannt war. Außerdem war der TSV Leopoldstal Stammverein von Horst Böke, der sich mit dem Volkslaufgedanken bei sich daheim spontan voll ins Geschirr warf. Peter Gehrmann und Harald Meierjohann fanden beim TSB-Kreisvorsitzenden Fritz Mahlmann sofort ein offenes Ohr für ihre Volkslaufpläne., wenn auch bei anderen Funktionsträgern eher eine in gewiss verständliche Skepsis spürbar war. Bald stand der entmutigend wirkende Satz im Raum:

„**Ihr bekommt keine zwanzig Mann auf die Beine**“.

Sie wollten diesen Unkenruf widerlegen, darin waren sich die Träger des ersten Volkslaufgedankens in Ostwestfalen einig und legten sich mächtig ins Zeug... jeder auf seine Weise.

Zum Waldlaufprogramm ein Volksmarsch

Grundsätzlich waren sich die Pioniere der Volkslaufbewegung in Ostwestfalen einig: Man würde den traditionellen Frühjahrswaldlauf des Kreissportbundes nicht durch einen kompletten Volkslauf ersetzen können. Die lippischen Waldlaufmeisterschaften waren schließlich eine gute Tradition, die allen bisherigen Rezessionen des leichtathletischen Laufsports standgehalten hatte. Das Waldlaufprogramm von den Schülerläufen bis zur Meisterklasse sollte unverändert beibehalten werden. Am Nachmittag des Veranstaltungstages sollte dann allen Bewegungsenthusiasten die Gelegenheit gegeben werden, eine 10 Kilometerstrecke im flotten Schritt zurückzulegen. Mit dem bereits in Bremen belästerten merkwürdigen Ausdruck *Volksgehen* konnte sich keiner der Initiatoren anfreunden. Man dis-

kutierte Alternativen wie *Volkswanderung* oder *Volksgang*, blieb dann aber letztlich an der Bezeichnung *Volksmarsch* hängen, die zwar etwas martialisch klang, jedoch von allen bisherigen Wortschöpfungen für das schnelle Gehen für Jedermann noch als die Beste erschien.

Trotz einige Skeptiker im Lippischen Turn- und Sportverband stimmte die Mehrheit die Entscheidungsträger zu, den Versuch eines Volksmarsches innerhalb der Lippischen Frühjahrswalldlaufmeisterschaften zu wagen. Die Werbung und Vorbereitung zur ersten Volkssportinitiative Ostwestfalen konnte beginnen.

Eine Runde um den Knieberg

Horst Böke hatte als Leopoldstaler Langstreckler mit besten Ortskenntnissen in heimischen Wäldern sofort eine Strecke parat.

„Wir gehen eine Runde um den Knieberg; das dürften vom Leopoldstaler Sportplatz aus 10 Kilometer sein.“

Der Vorschlag war ein Volltreffer. Die Kniebergrunde hatte alles, was eine gute Volkslaufstrecke haben muss: Eine herrliche Landschaft, feste, wettersichere Wege, nicht allzu harte Steigungen und dazu noch eine entsprechende Demonstrationswirkung beim An- und Rückmarsch durch den Ort. Auch die gewünschten 10 Kilometer kamen bei einer ausgleichenden Halbrunde um den Sportplatz problemlos zusammen.

Die Leopoldstaler zogen voll mit... und selbst der Landrat kam

Maßgeblich zum Gelingen des ersten ostwestfälischen Volksmarsches war die erfreuliche Tatsache, dass die Leopoldstaler sich mit der Idee sofort identifizierten. Alle vorhandenen Werbetrommeln wurden gerührt. Jeder wollte irgendwie mit dabei sein. Kontakte zu auswärtigen Sportlern bewährten sich wie auch das Werben durch Presseveröffentlichungen. Der anstehende Volksmarsch in Leopoldstal wurde ein Lauffeuer in der lippischen Sportwelt.

Politiker erkannten den guten Kern wie auch die Popularitätsförderlichkeit der Volkslaufidee. Der lippische Landrat, der Detmolder Oberkreisdirektor und Landtagsmitglieder meldeten sich an und rissen viele mit. Sehr schnell wuchs die Meldeliste über hundert bis auf nahe 500 Starter an.

Die Uniformierten untereinander ausgespielt

Um dem Mannschaftsgedanken uniformierter Einheiten gerecht zu werden, hatten man innerhalb des Volksmarsches einen gesonderten Mannschaftswettbewerb für die Uniformierten ausgeschrieben.

Die guten Beziehungen, welche die lippischen Läufer seit Jahren zu den in Detmold stationierten britischen Stationierungsstreitkräften pflegten, waren ursächlich dafür, dass sich die Briten als die Ersten mit mehreren Teams für den Leopoldstaler Volksmarsch anmeldeten.

Die Volksmarschinitiatoren ließen die Sammelmeldung der Briten mit gewisser List der Augustdorfer Bundeswehrkaserne zukommen. Natürlich zog die Bundeswehr sofort nach und meldete ebenfalls mehrere Teams.

„Das wollen wir doch mal sehen“

meinte darauf der sportbegeisterte Leiter der Bielefelder Schutzpolizei

Helmut, steh auf, der Alte kommt!

Sie hatten es ganz gewiß nicht leicht, die vom laufbegeisterten Chef zum Volksmarsch „zwangsverpflichteten“ Führungsbeamten der Bielefelder Polizei. Waren sie doch gerade froh, aus dem stressigen Außendienst herausgekommen zu sein und einen bequemen Bürosessel ergattert zu haben, da jagte dieser laufverrückte „Alte“ sie um den Leopoldstaler Knieberg herum.

Bei einem der Vorbereitungstrainings zum Volksmarsch fiel ein etwas beleibter Kommissar erschöpft in eine Pfütze hinterm Knieberg. Als er mit hörbar weinlicher Stimme seinen Kollegen zurief: „Lasst mich hier liegen, ich gebe auf!“ konterten diese, als sie von hinten den Chef herankommen sahen, erbarmungslos: „Helmut, steh auf, der Alte kommt!“

Und Helmut stand heldenhaft wieder auf, schleppte sich bis ins Ziel...., und er schaffte später auch den Leopoldstaler Volksmarsch.

Wilfried Höfling. „Wir stellen eine Mannschaft aus Kommissaren“. Ob sie wollten oder nicht, sieben Kommissare der Bielefelder Polizeidirektion wurden für den Volksmarsch angemeldet und sahen sich schon bald darauf zu einem Vorbereitungstraining vom Leopoldstaler Sportplatz aus den langen Hang am Buchenberg hochhasten..., und Wilfried Höfling natürlich - mit Argusaugen seine Schützlinge beobachtend - voll mit von der Partie.

Spitzengeher und „Erstlinge“

Auch „Profis vom Fach“, die damals bekannten Geher aus Paderborn und Salzgitter meldeten sich an. Die Zahl der Volksmarschteilnehmer wuchs und wuchs... über die vierhundert und fünfhundert hinaus. Der Volksmarsch, ursprünglich als Anhängsel zum Frühjahrswalldlauf gedacht, wurde zum Mittelpunkt und Hauptgesprächsthema in und um Leopoldstal.

Eine Torte vom Sponsor

Sponsoren mit Preisen für die Siegerehrung kündigten sich an. Der Sandebecker Bäckermeister Seidensticker kreierte eigens für ein erfolgreiches Uniformiertenteam eine herrliche Torte. Das große Spektakel konnte beginnen.

Premiere bei Kaiserwetter am 7. Mai 1967

Strahlender Sonnenschein begrüßte am Sonntag, den 7. Mai 1967, die insgesamt 1100 Teilnehmer der Frühjahrswaldlaufveranstaltung in Leopoldstal. Die Läufe am Vormittag wickelten sich nach bewährtem Muster und in guter Stimmung reibungslos ab. Eines war allerdings neu im traditionellem Frühjahrswaldlaufgeschehen: Eine junge, mitreißende Stimme klang aus dem Platzlautsprecher. Volksmarsch-Mitorganisator Harald Meierjohann wollte die neu gestaltete Veranstaltung selbst kommentieren und hatte hier seinen ersten Einsatz als Ansager. Diese Ansagerfunktion bei Volksläufen in Lippe hielt er gekonnt wie sachkundig aufrecht, und erreichte dadurch im Laufe von insgesamt 45(!) Folgejahren als „Der Lippische Volkslaufansager“ echte Popularität.

Ein heißes Rennen

Gegen Mittag wurde es zunehmend unruhiger auf dem Leopoldstaler Sportplatz. Rund 500 Volksmarschierer fanden sich hinter der Startlinie ein. Es



Seine insgesamt 45 - jährige Karriere als Lipperischer Volkslauf-Ansager begann Harald Meierjohann 1967 in Leopoldstal.



Die Marschmannschaft der Freiwilligen Feuerwehr Leopoldstal greift im Gleichschritt einen versprengten Briten an:

(Vordere Reihe von links:) Rolf Nolte, Karl Heinz Börner Reinhart Klare, dahinter: Joachim Czolbe und Mitorganisator Horst Böke sowie (ganz links) ein leider nicht mehr zu identifizierender Feuerwehr-kamerad.

ist nicht mehr bekannt, wer eigentlich den Startschuss zum Volksmarsch abgegeben hat. Ein Prominenter war es jedenfalls nicht, denn - angefangen vom TSV-Vorsitzenden bis hin zum Landrat - standen diese schließlich alle hinter der Startlinie.

Im Feld des Volksmarsches wurde eisern gekämpft... bei den Spitzengehern, den Uniformierten... ,wie auch bei den Prominenten. Sehr gut verkauften sich die Leopoldstaler Feuerwehrleute mit Horst Böke im Team.

Bombenstimmung im Zielgelände

Allgemeine Heiterkeit lag nach dem Zieleinlauf über der volkssportlichen Szene auf dem Leopoldstaler Sportplatz. Man war stolz und glücklich, es geschafft zu haben. Die jungen Britischen Soldaten, welche Meister Seidenstickers Torte gewonnen hatten, machten sich glücklich direkt über die Kostbarkeit her, während eifrige TSV-Schreiberinnen heftig in die Tasten hämmerten die erste Ergebnisliste fertigten. Die erste Volkslaufaktivität in Ostwestfalen war bestens abgelaufen.

Ein Lauffeuer breitet sich aus

Bereits auf dem Zielgelände tauschten die Lauf- und Wanderfans der Region ihre ersten Eindrücke aus; es wurden Volkslauf-Pläne für die Zukunft angebracht, Ideen geboren.

Für den Kreis Detmold fielen die ersten Entscheidungen zur Weiterführung der Volkslaufidee bereits während die letzten Volksmarschierer in Leopoldstal noch das Ziel passierten. Kein Wunder, denn dieser aktions- und emotionsgeladene Volkslaufnachmittag musste einfach allerlei Nachahmungsgedanken bei jedem ambitionierten Sportfan anregen.

Die Verantwortlichen im Lipperischen Turn- und Sportbund beschlossen, den im kommenden Jahr in Hiddesen geplanten Frühjahrswaldlauf in einen kompletten Volkslauf, mit allen Lauf- und Gehwettbewerben, umzugestalten. Damit begann eine lange Hiddeser Volkslauftradition, die zuerst von Ulrich Scheuer begonnen und später von Willi und Henning Stiegmann sowie Immo Herden fortgeföhrt wurde. Die herrlichen Naturstrecken am „Bent“ lockten manchmal bis zu jährlich 1800 Volkslaufthusiasten in die Wälder um Hiddesen.



Die Läufer wollten hinaus in die freie Natur..., so wie hier ins herrliche Waldgebiet am Hiddeser „Bent“.

Immo Herden begann in Horn

Der damals in Horn wohnhafte PSV-Läufer Immo Herden, der als aktiver Mittelstreckenläufer natürlich beim Leopoldstaler Volksmarsch mit von der Partie war, begann in den folgenden Jahren eine eindrucksvolle Langzeit-Serie als Volkslaufveranstalter, die sicherlich selbst bundesweit kaum eine Parallele finden dürfte.

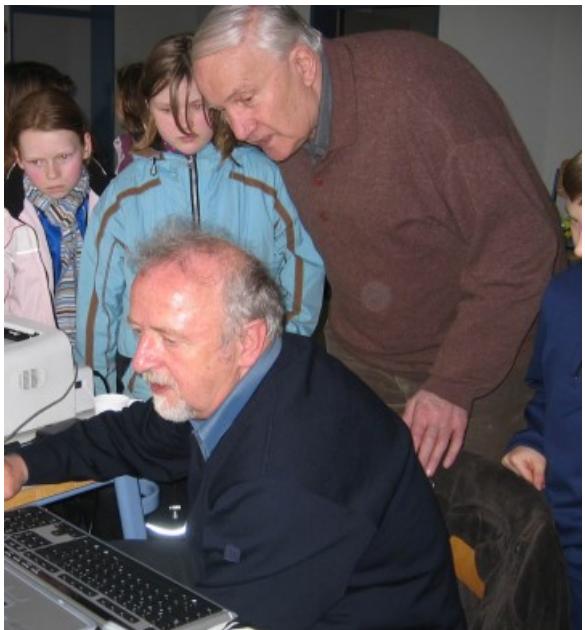
Angefangen mit mehreren Volksläufen an den Externsteinen, die er später in Augustdorf weiterführte, organisierte Immo Herden Jahr für Jahr Volks- und Straßenlaufveranstaltungen bis hin zu Westdeutschen Marathonmeisterschaften in der Senne.

Dabei leistete er vor allem durch persönliche Aktivitäten in der damals noch schwierigen Laufzeiterfassung bei großen Teilnehmerfeldern wertvolle Pionierarbeit. Ferner publizierte Immo Herden alljährlich einen ostwestfälischen Volkslaufkalender. Den damals oft noch sehr konservativen und entsprechend bremsend agierenden Verbandsfunktionären trat Immo Herden bei seinen kampfstark durchgesetzten Aktivitäten – wenn er es für erforderlich hielt – manchmal „*recht empfindlich auf die Füße*“.

Immo Herden hielt seine vielfältigen Aktivitäten unvermindert aufrecht, bis ihn Alter und Krankheit zur Aufgabe zwangen. Maßgeblich unterstützt wurde er dabei von seinem langzeitigen Weggefährten, dem ehemaligen PSV- Diskusriesen Manfred Trauf.

Bild oben: Immo Herden als leistungsstarker PSV-Mittelstreckler

Bild unten: So kannte man sie: Immo Herden (l.) und Manfred Trauf voll im Organisationseinsatz bei einem Volkslauf.



Kuriose Anfänge in Bielefeld

Eher kurios war die Situation 1968 in Bielfeld, als der dortige Polizeisportverein im Folgejahr nach dem Leopoldstaler Auftakt damit begann, einen eigenen Volkslauf auszurichten, welcher der erste ostwestfälische Volkslauf mit einem komplettem Lauf- und Gehprogramm werden sollte. Es waren aber nicht die in Leopoldstal eher „zwangsrekrutierten“ Führungsbeamten, die teilweise Funktionen im PSV-Vorstand bekleideten, sondernd wieder Schutzpolizeichef Wilfried Höfling, der „laufverrückte Alte“, welcher unmittelbar nach dem Lepopoldstaler Marsch anordnete: „Sucht eine vernünftige Strecke; wir machen einen Volkslauf!“ Damit wurde im Frühjahr 1968 der Bielefelder Volkslauf geboren, der mit seinen Anfängen am Jagdweg trotz wenig vorteilhafter Streckenbedingungen bereits knapp 2000 Finisher zählte.

Überlegener Sieger des ersten Bielefelder Volkslaufes wurde



*Das war neu in
der bisher von
der Jugend ge-
prägten deut-
schen Langste-
ckenlauf-Szene.
Würdige alte
Herren nahmen
unerschrocken
die 10 Kilometer
eines Volkslaufes
unter die Füße...
so wie hier beim
ersten Bielefelder
Volkslauf 1968*

der damals in Bielefeld studierende Deutsche Meister über 3000m-Hindernis, Hans-Werner Wogatzki.

Verlegung nach Sennestadt

Die Strecke des Bielefelder Volkslaufes, die in den ersten beiden Austragungen von der Britischen Kaserne am Jagdweg ausgehend auf den Kammweg des Teuto führte, war wegen der dort zumeist lehmigen Böden nicht ideal. Als 1972 der Landkreis Bielefeld in die Stadt Bielefeld eingemeindet wurde, nutzte der Bielefelder PSV sofort die Chance, seinen Volkslauf in Sennestadt, am überwiegend von Sandboden geprägten Südhang des Teutoburger Waldes auszutragen. Vom Sennestädter Park ausgehend wurde der Bielefelder Volkslauf zu einem der größten und bestorganisierten Volksläufe in Westfalen.

Nach 25 Austragungsjahren sah sich der PSV 1993 jedoch gezwungen seinen Volkslauf einzustellen, weil man bei rückläufigen Teilnehmerzahlen die rel. hohen Kosten der aufwendigen Organisation nicht mehr ohne erhebliche Einbußen stemmen konnte. So wurden die immer häufiger entstehenden VL-Veranstaltungen und die damit verbundenen zahlreicher Startmöglichkeiten den Bielefelder PSV-Veranstaltern zum Verhängnis, denn zurückfahren wollten diese ihr hohes Organisationsniveau verständlicherweise nicht.



Einmal brachten die Bielefelder Polizesportler sogar einen Hundertjährigen an den Start. Opa Hilpert aus Bielefeld erreichte nach 10 Kilometern das Ziel in klar besserer Verfassung als einige seiner prominenten Begleiter.

Erste Folgeveranstaltungen rund um Bielefeld

Der PSV-Volkslauf fand im Nachbereich sehr schnell motivierte Nachahmer. So wie kurz darauf der Pfingst-VL des Post –SV Bielefeld entstanden nun in kurzer Folge überall in OWL solide organisierte VL-Veranstaltungen, die für die nächsten Jahrzehnte eine blühende ostwestfälische Volkslauf-Tradition schufen.

Die Sportfreunde Sennestadt veranstalteten nur einmal

Die Sportfreunde Sennestadt ließen sich spontan vom Volkslaufgedanken mitreißen, Schließlich hatten sie mit ihrem Parkgelände an der Travestraße ideale Zugangsmöglichkeiten zum gut zu belaufenden Windelschen Forst im Teutoburger Wald. Doch nach bereits einer Veranstaltung gaben die Sennstädter weitere VL-Aktivitäten auf.

Die Friedrichsdorfer hielten lange durch

Ebenfalls noch in den sechziger Jahren stellten die Friedrichsdorfer einen beliebten Volkslauf mit schneller Flachstrecke auf die Beine, den sie fast bis zur Jahrhundertwende durchhielten.

Die Ära der Uniformiertenmärsche

Sie traten mit großem Ehrgeiz in oft riesigen Starterfeldern überall im Land bei den ersten Volksläufen an: die Uniformierten. Feuerwehrleute, Polizisten, Soldaten der Bundeswehr, des Bundesgrenzschutzes sowie hier bei uns stationierte britische und belgische Streitkräfte lieferten sich in voller Uniform hammerharte Kämpfe. Prestige und Ehrgeiz standen dabei meistens höher im Kurs als die Regeln des sportlichen Gehens. Es wurde auf Teufel komm raus gemogelt wie gepfuscht, und man kreierte oft die unmöglichsten Fortbewegungsarten im Gehsport. Gehrichter, wie in leichtathletischen Wettbewerben, hatten bei den Uniformierten nur geringe Durchsetzungschancen. So kam, was kommen musste: Letztlich verging den Uniformierten ziemlich schnell die Lust am *regelfernen Gewusel*. Die Marschwettbewerbe der Uniformierten bei Volksläufen gingen so schnell zurück wie sie einst aufgeblüht waren.

Doch Hand auf's Herz: Ohne sie wären die ersten Volkslaufjahre längst nicht so farbig gewesen.



Das Volksmarschteam der Polizeidirektion Bielefeld blieb in der Pionierzeit der Volksläufe bundesweit über Jahre ungeschlagen.
Foto: Die Bielefelder Polizisten 1968 nach einem siegreichen Marsch in Bad Hersfeld:
V. r: Heinz Leuchtmann, Manfred Geick, Fritz Meitsch, Fritz Hoppe, Andreas Rüder, Peter Gehrmann und Eberhard Titze.

Energisch mit wilden Hüft- und Armschwüngen keulen die Uniformierten beim Bielefelder Volklauf 1969 von der Britischen Kaserne aus den Jagdweg hoch.



Meldeschalter der BW- Reservisten beim Kappelmaarz in Brakel .

Die Lagenser als die Ältesten

Als unermüdlichste und ausdauerndste Pioniere des ostwestfälischen Volkslaufes gehen die Organisatoren der TG Lage in die laufsportliche Geschichte Ostwestfalens ein.

Der Hörsterberg-Volkslauf,

den Erich Winter bereits im Mai 1971 aus der Taufe hob, hat über die Jahre nichts von seinem Charme der ersten Stunde verloren.

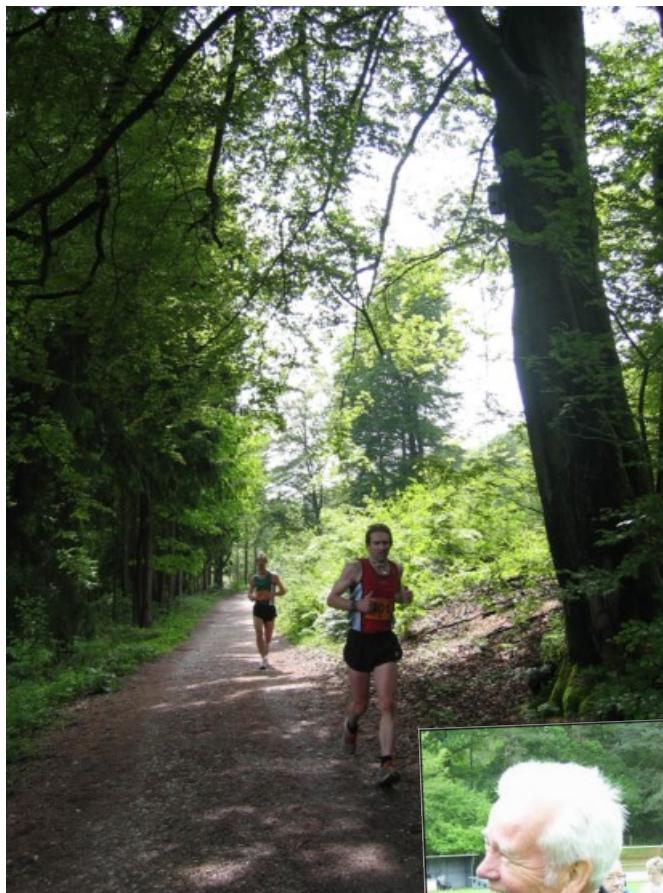
Es macht einfach

Freude, auf dem idyllischen Hörster Sportplatz am Waldrand als Gast zu sein, Heute kann man dort in jedem Mai über alle Volkslaufstrecken – angefangen von Schülerläufen bis hin zur Halbmarathon - distanz – an den Start gehen. Von 2005 bis 2016 gab es dort sogar einen kompletten Gelädemarathon.

Erich Winters Pionierarbeit blieb in den Händen der TG Lage und wurde später von seinen Söhnen Dirk und Jörg fortgeführt.

Damit dürfte der Hörsterberg-Volkslauf, der im Frühjahr 2025 in seine 54. Auflage ging, die älteste Volkslauf-Veranstaltung in Ostwestfalen sein.

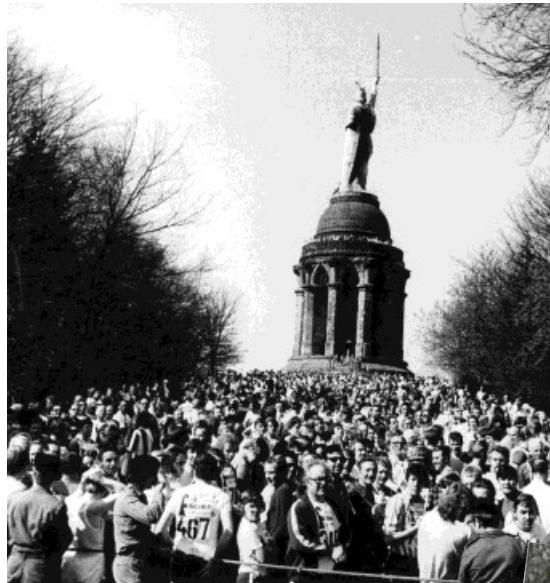
Wer einmal einen Halbmarathon durch Berge und Hochwald laufen will, der findet beim Hörsterberg-VL eine herrliche Naturstrecke, die gleichzeitig eine echte physische Herausforderung darstellt.



Erich Winter
Lagenser Volkslauf-Pionier

Wie es zum Hermannslauf kam. Der Wasalauf stand Pate

Sechs Bielefelder Skilangläufer, die 1971 am Wasalauf in Schweden teilgenommen hatten, diskutierten bei der Rückfahrt auf der Ostseefähre über die außergewöhnliche Faszination des damals weltweit bedeuteten Wasalaufes. Auf einmal stand der Gedanke im Raum:



*Die Initiatoren und Macher des ersten Hermannslaufes bei der Rückfahrt vom Wasalauf 71 auf der Ostseefähre.....
damals als der Funke sich entflammte:
Von links:
Albert Hilker, Georg Buchner, Klaus Blome, Werner Thorenmeier, Peter Gehrman, Wolfgang Schlüter.*

„Es ist die erkennbar lange Landschaftslauf-Distanz, die fasziniert! So etwas machen wir auch bei uns daheim. Wir rennen von Bielefeld zum Hermann.“ Doch schon beim ersten Testlauf über den 30 Kilometer langen Kammweg zum(!) „Hermann“ gab es beim steilen Schlussanstieg einen argen Dämpfer für die recht gut trainierten Skilangläufer:

„Da kommen wir ja kaum noch hoch, dass können wir doch unseren Volksläufern nicht zumuten.“ Kurzerhand beschloss man, anders herum zu laufen:



Bereits beim vierten Hermannslauf füllten die Teilnehmer beim Start den gesamten Platz vor dem Hermannsdenkmal. (Siehe Bild oben!) Sehr einfach dagegen damals der Zielkanal: Aber es funktionierte.



Die Macher der ersten Hermannslauf– Organisation Wolfgang Schlüter und Peter Gehrmann , (v.links) wurden vor dem Start vor dem Hermannsdenkmal vom rasant anwachsenden Starterfeld voll gefordert.

Vom Hermann zur Sparrenburg. Damit war der Hermannslauf in seiner noch heute bestehenden Organisationsform geboren.

Doch vor dem ersten Startschuss zum Hermannslauf galt es, viel Skepsis, beim Fachverband, bei den Behörden und selbst im eigenen Verein, dem Bielefelder Skiclub, war zu überwinden. Viel Überzeugungsarbeit musste mit viel Herzblut und Opferbereitschaft getan werden. Letztlich übernahmen die beiden Hauptinitiatoren Dr. Wolfgang Schlüter und Peter Gehrman persönlich die riskante finanzielle Verantwortung für das „Wagnis Hermannslauf.“

Soldaten leisteten wertvolle Hilfe

Der damalige Kommandeur des Augustdorfer Panzeraufklärungsbataillons 7, Oberstleutnant v. Mellenthin, leistete durch den Einsatz seiner Soldaten für die Sicherung der Startphase und beim Streckendienst wertvolle Hilfe. Auf vielerlei Weise wurden immer wieder die Werbetrommeln für das außergewöhnliche



Der Startplatz vor dem Denkmal reichte bereits bei der fünften Veranstaltung nicht mehr aus; es mußte von der anderen Seite aus , also gegen das Denkmal, gestartet werden.



Günter Entgelmeier war maßgeblicher Orga-Chef beim weiteren Aufstieg des „Hermann“

Laufunternehmen gerührt. So kam es, dass nach 600 Voranmeldungen am Morgen des 16. 4. 1972 rund 800 Hermannsläufer am Sockel des Denkmals zum ersten Hermannslaufstart bereitstanden. Nach ge-glücktem wie organisatorisch fehlerfreien Auftakt vergrößerte sich das Starterfeld des Hermannslaufes in den nächsten vier Jahren bis auf 2000 Starter.

Der „Hermann“ wird Kultlauf

Der Versuch, den organisatorisch rasant anwachsenden Hermannslauf in eine gemeinnützige, freie Aktion umzuwandeln, scheiterte. Nach 15 Austragun-gen ging der Hermannslauf vom Bielefelder Skiclub zum TSVE Bielefeld über. Hier erfuhr er unter der anfängli-chen Regie von Günter Entgelmeier noch einmal einen starken Schub an Größe und Popularität. Wieder waren es aktive Läufer, die sich mit viel Herzblut dem Her-mannslauf widmeten. Sie wollten den „Hermann“ weiter-führen, aber sie wollten ihn auch als Läufer miterleben. Also lösten sich die maßgeblichen neuen Träger der Or-ganisation Jahr für Jahr einander ab, was bedeutete: Ein Team organisiert und das Parallelteam läuft. So blieb der „Hermann“ getreu seinem Gründungsgedanken trotz ho-her Teilnehmerzahlen ein persönlich-sportlicher Lauf.

Wolfgang Schlüter wird Schirmherr

Schirmherr Dr. Wolfgang Schlü-
ter als dynamischer Hermans-
lauf- Starter zu Jahr. Wolfgang Schlüter übernahm als Mit-





Rudi Ostermann hängt 1998 der siegreichen Anke Pieper den traditionellen Siegerkranz um.

7000 Startplätze alljährlich bereits in kurzer Zeit ausgebucht ist.

Erfolgsära Rudi Ostermann

Neue Organisatoren brachten sich positiv ein, von denen vor allem der 30 Jahre lang in der Organisation maßgeblich tonangebende Rudi Ostermann als selbst passionierter Läufer wie auch der LA-Wart des TSVE, Matthäus Gruben, entscheidend dafür ursächlich waren, dass der „Hermann“ trotz seines Anwachsens zum Laufriesen ein wohltuend persönlicher Lauf „zum Anfassen von Läufern für Läufer“ blieb.

Aufstieg zum anerkannten Gesellschaftsereignis in Ostwestfalen

Unter der Gesamtleitung von Almuth Stief entwickelte sich der Hermannslauf in den letzten Jahren auch über das Sportliche hinaus zunehmend mehr zu einem alljährlichen gesellschaftlichen Höhepunkt in der Region. Dieser stellt sich alljährlich in einem monatelangen regelrechten „Hermannslauf-Fieber“ bei Läufern wie auch Nichtläufern dar, dessen Abklingen man kaum voraussagen kann. Aktuell gehört der „Hermann“ zu den prominentesten wie beliebtesten deutschen Landschaftsläufen.

Auch bei seinen hohen Teilnehmerzahlen bleibt der Hermannslauf ein herrliches Landschaftslauf Erlebnis.

begründer des Hermannslaufes dessen Schirmherrschaft und gab bis zu seinem Tod alljährlich den Startschuss zum immer populärer werdenden Regionalereignis „Hermann“ ab.

Organisatorische Veränderungen

Wegen der weiter steigenden Teilnehmerzahlen wurden im Laufe der Zeit organisatorische Veränderungen erforderlich, welche meistens den Streckenverlauf betrafen. Die immer weiter anwachsenden Starterzahlen machten letztlich ein Teilnehmerlimit erforderlich, welches mit seinen



Volkslauf-Pioniere als „Revoluzzer und Feindbilder“ der Leichtathletik-Funktionäre

Wie beschrieben spielte sich die klassische Leichtathletik vor der Volkslaufwelle bei hohem Leistungsniveau weigehend in den Stadien ab. Die Verbände mit ihren Funktionären hatten hier das Sagen. Das änderte sich drastisch mit dem Aufblühen der Volksläufe.

Leute jeden Alters begannen nun in großer Zahl zu laufen. Aktive, zumeist junge Organisatoren aus den Vereinen, profilierten sich als Volkslauf-Veranstalter. Von gewaltiger Anfangseuphorie getragen scherten sie sich manchmal recht wenig um die verkrusteten Strukturen“ der klassischen Leichtathletik und rasselten dann mit deren Funktionsträgern zusammen, welche der neuen Laufbegeisterung häufig hemmend im Wege standen.

Die Lauf-Revoluzzer wurden geboren. Sie brachten Unruhe und Empörung in die Büros der Fachverbände und erregten dabei allzu oft den „heiligen Zorn“ der bisher von autoritarem Geist geprägten Leichtathletik-Funktionäre.

Immo Herden in Lippe, Hubert Wolff im Höxterschen, Eckardt Kleinetebbe in Steinhagen sowie Friedhelm Boschulte im Ravensberger Land, sind nur einige der Namen, die man aus der Pionierzeit der ostwestfälischen Volksläufe als die heimlichen „Feindbilder der Funktionäre“ nennen kann.

Doch ehrlich gesagt: Ohne sie, ihre Ideen, ihren Mut und ihren Kampfgeist wäre damals in Ostwestfalen längst nicht so viel gelaufen.



Sie stellten viel für den Volkslauf auf die Beine, mussten deswegen aber auch viel kämpfen.



Von oben:
Hubert Wolff,
Steinheim,
Immo Herden,
Detmold,
Friedhelm
Boschulte,
Solbad
Ravensberg
und Ecki
Kleinetebbe,
Steinhagen



Der skandalöse Bergab-Marathon
Erklärtes Ziel eines jeden Marathon-Veranstalters ist es, eine möglichst schnelle Strecke anzubieten, ohne dabei die Regeln zu verletzen. Dass war früher schon so und ist es (gottlob!) auch heute noch. Doch damals hatten die Regeln noch Lücken. So hatte eine Marathonstrecke zwar schon exakt 42,195 km lang sein müssen, doch nirgendwo stand im Regelbuch, dass zwischen Start und Ziel nur eine limitierte Höhendifferenz sein durfte.

Das brachte zwei der o. g. „Revoluzzer“ auf einen kühnen Gedanken, der schon bald die Herzen der damaligen Marathonis freudig hüpfen ließ: Sie suchten und fanden eine Marathonstrecke, die an der Mordkuhle in Hiddesen begann und weitgehend bergab über eine gerade neu erbaute Militärstraße mit herrlich griffigem Asphalt bis ins Inselbadstadion Paderborn führte. Exakt 41,195 km, aber das Ziel lag 144 Höhenmeter tiefer als der Start. Der Lauf wurde ein Riesenerfolg für alle Finisher, denn alle liefen Bombenzeiten. Sieger in 2:20,2 Std. wurde ein kaum bekannter Oldie, ein Volksläufer aus Duisburg. Die Leichtathletik, speziell die Marathon-Fachwelt, heulte entrüstet auf: Ein Skandal!!! Blitzschnell wurde eine Regel geschaffen, wieviel Höhenmeter zwischen Start und Ziel liegen dürfen.

Die Geburt der nächtlichen Stadtläufe

Als Pionierveranstaltung für die Stadtläufe gilt die „Nacht von Borgholzhausen“, die mit ihrer einzigartigen Stimmung sehr schnell bundesweite Berühmtheit erlangte.

„Eine super Idee“, freuten sich die ostwestfälischen Läufer im Sommer 1976, als aus dem nahe gelegenen Lebkuchen-Städtchen Borgholzhausen die Ankündigung eines nächtlichen Straßenlaufes kam. Die Funktionsträger des Fachverbandes sahen allerdings die ehrgeizige Idee des streitbaren Borgholzhausener Organisators Friedhelm Boschulte weniger euphorisch und traten eher auf die Bremse als die Werbetrommel zu röhren. Doch die Skepsis der Funktionäre blieb unbegründet. Es kam zu einem stimmungsvollen wie

sportlich rasanten Nachlauf über zehn englische Meilen durchs idyllische Lebkuchenstädtchen Borgholzhausen.



Es war einfach die einmalige Stimmung verbunden mit alljährlich hoher Konkurrenz, welche die „Nacht“ für die Aktiven so „schnell“ machte.

Bundesweite Popularität

Schnell wurde die „Nacht von Borgholzhausen“ zu einer bundesweiten Institution, welche die Popularität des Laufsports vom bereits blühenden Volkslaufgedanken in weitere Höhen katapultierte.

Prominente Spitzläufer dieser Zeit, wie der spätere ZdF-Sportchef Wolf Dieter Poschmann trugen sich in die Siegerliste der „Nacht“ ein, wie man das Event in Insiderkreisen bald nannte. EM- Bronzemedaillengewinner Herbert Steffny rannte dort mit 46:33 Min einen Deutschen Rekord über zehn englische Meilen.

Bald entdeckten die nach Europa drängenden Läufer aus Afrika die prestigbringende Startmöglichkeit im Teutoburger Wald und fanden sich in zunehmender Zahl am Start in Borgholzhausen ein. Doch die Popularität der Afrikaner nahm durch deren Häufigkeit am Start der „Nacht“ bald ab, und so ging deren besondere Ruf allmählich zurück. Ferner kopierte man allerorts die Nachlaufidee, was eine Art diesbezügliche Inflation mit sich brachte.

Wie es mit den Stadtläufen weiter ging

Die „Nacht“ ändert ihr Gesicht

Die Organisatoren vom LC Solbad reagierten auf die beginnende Rezession ihrer „Nacht“ durch Halbierung der Distanz auf acht Meilen. Doch eine Wende der in Richtung „normaler Volkslauf“ ließ sich dadurch nicht aufhalten. Das bedeutete: Nicht nur die Läuferzahlen, sondern auch der Zuschauerandrang wurden rückläufig, was sich zwangsläufig auf das begleitende Volksfest sowie dessen Sponsoren und Einnahmen auswirkte.

Doch jetzt zahlte es sich aus, dass der LC Solbad über Jahrzehnte neben allerlei Breitensportaktionen stets auch soliden Leistungssport gepflegt hatte. Dessen ehemalige Lokalmatadoren warfen sich nun mit ähnlichem Elan in dem sie früher ihr spitzensportliches Training betrieben hatten, in die Bresche und retteten die „Nacht“

Die Zuschauer waren zwar immer noch da, wenn die Läufer für die „Nacht“ beim Start losstürmten, so wie hier beim Start 2020. Aber es waren nicht mehr die Massen, die einst das begleitende Volksfest in die Lebkuchenstadt lockte. Aber die Solbader resignierten deshalb nicht. Der besonderen Zauber ihrer „Nacht“ blieb erhalten.



Antje Strothmann

Antje übernahm

Die Langzeit-Leistungsträgerin Antje Strothmann, die als Deutsche Jugend-Vizemeisterin im leichtathletischen Mittelstreckenlauf einmal populär wurde und weiterhin als erfolgreiche Duathletin eine Vorzeigesportlerin Borgholzhäusens blieb, übernahm die organisatorische Verantwortung für die „Nacht“, bestens unterstützt vom Laufsport-Brüderpaar Jörn und Dirk Strothmann. Neben der fortlaufenden Weiterführung des Luisenturm laufes und des Weihnachtscrosses (Siehe dazu die Seiten 44 und 69 !) waren die Solbader unter Antje Strothmanns und Gunnar Feichts Regie auch maßgeblich daran beteiligt, den ins

Hintertreffen geratenen leichtathletischen Stadion-Bahnlauf wieder anzukurbeln. Während der Corona- Krise waren sie die ersten in OWL, die mit den Behörden ein machbares Konzept für eine Bahnlauf-Veranstaltung aushandelten, welches danach zum Vorbild für ostwestfälische Folgeveranstalter wurde.

Unter adventlichem Lichterglanz

Keinesfalls als eine Kopie der „Nacht“ darf man den im Dezember 1993 ins Leben gerufene Christkindl-Lauf in Wiedenbrück ansehen. Hier zielte die Motivation der Initiatoren Hans Walter Stekelenburg von der LG Burg Wiedenbrück primär auf eine Harmonie zwischen dem abendlichen Lichterglanz einer Stadt im Advent und dem farbenfrohen Gewusel eines Volkslaufes.

Der geniale Gründungsgedanke, über vier Runden durch die adventliche geschmückte Wiedenbrücker Altstadt zu laufen, wurde mit Einsatz eines für damalige Zeiten Aufsehen erregendes EDV-Programmes von Reinhard Herbort optimal umgesetzt und schlug gleich beim ersten Lauf voll ein. Über Jahrzehnte nutzte sich das besondere Flair des Christkindl-Laufes nicht ab,



Initiator des Christkindl-Laufes:
Hans-Walter Stekelenburg



Martin Masjosthusmann,
langjähriger Träger und

und so sind immer noch die auf 1200 Starter limitierten Meldelisten in kurzer Zeit „dicht“ .

Weiterhin zieht es in der Vorweihnachtszeit alljährlich Spitzen- wie Freizeitläufer weit über Ostwestfalen hinaus nach Wiedenbrück, um dort ein ganz besonderes Lauferlebnis zu genießen und gleichzeitig auf dem schnellen Kurs eine gute Zeit zu laufen. Kein Wunder, dass der Streckenrekord des Christkindl-Laufes über die Jahre immer wieder verbesserte wurde und derzeit von

keinem Geringeren als dem derzeit besten deutschen Straßenläufer Amanal Petros gehalten wird.

Gegen die besondere Atmosphäre des zur Vorweihnachtszeit ausgetragenen Wiedenbrücker Christkindl- Laufes haben selbst die besten abendlichen Laufveranstaltungen der Region keine reelle Chance.

Die Bielefelder starben, die Detmolder blieben

Neben den vorstehend beschriebenen Dauerbrennern „Nacht von Borgholzhausen“ und „Wiedenbrücker Christkindl-Lauf“ kam es allerorten in Ostwestfalen zu weiteren Stadtläufen. Einige von ihnen, die großartig begonnen hatten, wurden aus unterschiedlichen Gründen wieder eingestellt. Das trifft vor allem auf den nur einmal veranstalteten Krebs hilfe – Marathon von Bielefeld zu (Siehe Seite 37 !) und auch den früher hochkarätig besetzten wie schnellen Bielefelder Citylauf zu, der leider nur wenige Wiederauflagen fand. Andere, bereits sehr früh aufgekommene



Start zum ehemaligen Bielefelder Citylauf der achtziger Jahre. Die eingeladenen afrikanischen Läufer wie auch weitere Läuferasse aus dem überregionalen Bereich sorgten alljährlich für Spitzenresultate. Doch auch ostwestfälische Leistungsträger liebten den schnellen Bielefelder Kurs, der so manche persönliche Bestzeit ermöglichte.

Stadtläufe, wie beispielsweise der von dem Hiddeser Laufsport- Pionier Willi Stiegmann 1982 ins Leben gerufene und heute von seinem Sohn Henning geleitete Detmolder Stadtlauf, behielten über Jahrzehnte ihre Attraktivität und werden bis heute unverändert gern besucht.



Der Detmolder Stadtlauf 1982. Die bereits damals gelaufene Strecke durch die ehrwürdige Detmolder Innenstadt mit Start und Ziel auf dem Marktplatz ist bis heute nahezu unverändert geblieben.

Willi Stiegmann: Volkslauf-Pionier im Raum Detmold

Hammerharte, faire Wettkämpfer wie hilfsbereite Freunde mit viel Humor

Die Briten im ostwestfälischen Volkslauf

Die nach dem Krieg in Ostwestfalen stationierten Briten knüpften trotz aller anfänglich bestehender Fraternisierungsverbote recht bald Kontakte zu deutschen Sportlern. Das geschah vor allem in der laufsportlichen Szene, wo die Britischen Streitkräfte alljährlich eine als *Westfalian League* bezeichnete Serie im Mannschafts-Crosslauf austrugen. Zur dieser luden sie bereits in den fünfziger und sechziger Jahren lokale deutsche Langstreckler ein. Diese ant-

Mit der Volksläufen begann die ganz große Zeit der britischen Militär-Wettkämpfer. Hier stürmen sie –hart bedrängt von Polizisten und Feuerwehrleuten durchs Kasernentor den Bielefelder Jagdweg hoch im Marschwettbewerb der Uniformierten innerhalb des Bielefelder PSV-Volkslaufes.



worteten durch Einladungen zu deutschen Wald- und Stadionläufen. So kam es, dass schon bald die ersten Briten in deutsche Leichtathletik-Vereinen eintaten und sich damit sportlich wie freundschaftlich in den ostwestfälischen Laufsport integrierten. Das fand eindrucksvolle Höhepunkte beim Hermannslauf, in dem britische Läufer bis zur deutschen Wiedervereinigung fast ausnahmslos in der Spur platziert waren und insgesamt sechs mal den Sieger stellten. Auch der Krebshilfe-Marathon, den das Bielefelder 1. Corps mitveranstaltete (Siehe Seite 37!) verbleibt als ein imponierender Meilenstein in der ostwestfälischen Laufsportgeschichte. Über zehn Jahre von 1982 bis 1993 war das britische 1. Corps Vehicle Coy in die Organisation des Hermannslaufes integriert, wo es die Verpflegungsstation am Eisernen Anton betreute.

Als prominentester britischer Läufer ist sicherlich Adrian Philpott zu nennen, der 1984 mit 1:43:21 Std einen Streckenrekord des „Hermann“ erzielte, der bis ins Jahr 2002 bestand. Aber auch weitere britische Top-Runner wie Richard Tinlin, Chris Hurst, Bill Cain, Tony Marshall und Stephen Roberts sowie maßgebliche britische Organisatoren wie David Pinder, Colin Dickson und Tony Farrow waren prägend für die Geschichte des ostwestfälischen Laufsports. Einige ehemalige Army-Angehörige sind hier im Land geblieben und als allgemein beliebte Läufer in deutschen Vereinen alt geworden.

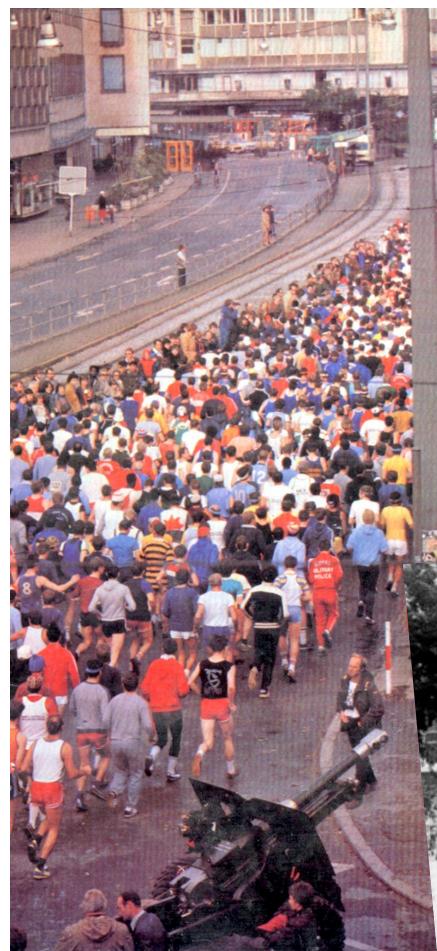


18 Jahre lang hielt er den Streckenrekord des Hermannslaufes: Adrian Philpott

Ein einmaliges ostwestfälisches Marathon-Großereignis

Der Bielefelder Krebshilfe-Marathon

Zu einem einmaligen Höhepunkt im Laufsport Ostwestfalens kam es 1982 durch den Bielefelder Krebshilfe-Marathon, den das in Bielefeld stationierte 1. Corps der Britischen Streitkräfte und die Stadt Bielefeld in sportlicher Zusammenarbeit mit der ASG Teutoburger Wald organisierten. Exakt 2733 Finisher erreichten damals das Ziel am Bielefelder Rathaus und brachten damit diesen Lauf im ersten Jahr der City-Marathonläufe in Deutschland (noch vor dem Berlin-Marathon!) teilnehmermäßig an die Spitze. Rund 120 000,- DM für die deutsche und britische Krebshilfe kamen durch Sponsoren und Startgelder zusammen, und gingen anteilmäßig an das Londoner Royal Free Hospital und die Deutsche Krebshilfe, deren Vorsitzende Mildred Scheel, die Frau des damaligen Bundespräsidenten, persönlich nach Bielefeld kam, um die Spende entgegenzunehmen. Leider sprach sich die Stadt Bielefeld aus verkehrstechnischen Gründen gegen eine weitere Fortsetzung des Krebshilfe- Marathons aus.



Nach dem Startschuss aus einer historischen Kanone wälzte sich das riesige Starterfeld über den Jahnplatz durch die Bielefelder Innenstadt(siehe Foto rechts unten !), um von dort im großen Bogen über Schildesche, Altenhagen und Heepen zum Ziel beim Alten Rathaus zu finden. Auf der schnellen, exakt vermessene Bielefelder Marathonstrecke kam es zu zahlreichen persönlichen Bestzeiten. Es siegte Udo Engelbrecht, PSV Kassel, in 2:12 Std. vor Läufern aus dem Britischen Army-Nationalteam.

Die Crossläufe als ein Erbe der Waldläufe

Die Crossläufe entstehen

Beinahe zeitgleich mit den Volksläufen entstanden in Ostwestfalen – so wie überall im Land – die Crossläufe, die eher als eine Wandlung der bis dato als „Waldläufe“ bezeichneten leichtathletischen Läufe zu sehen sind. Diese im leichtathletischen Meisterschaftsprogramm der Nachkriegsjahre ursprünglich ausgeschriebenen Frühjahrs- und Herbstwaldläufe fanden traditionell auf möglichst ebenen wie gepflegten Parkwegen statt. Das änderte sich in den sechziger Jahren durch eine zuerst von Berlin ausgehende Initiative, die sich schnell überall in der Republik durchsetzte: „*Cross, as cross can*“. Diese propagierte - mit einem Wildschweinskopf als Logo - das Laufen in „unpräparierter“, rauer Landschaft. Wir Ostwestfalen erlernten das Crosslaufen von den hier stationierten Briten und ihrer hammerharten Crosstradition, die uns gefiel.

Der erste bedeutende Crosslauf in Ostwestfalen, der außerhalb der alljährlichen Frühjahrswaldlaufmeisterschaften stattfand, war ein von der Diestelbrucher Lehrerfamilie Meierjohann ins Leben gerufene Crosslauf im Diestelbrucher Wald. Wie beliebt dieses Event bereits in den ersten Austragungen war, zeigt ein Blick in die damaligen Starterlisten. Da fanden sich neben nahezu allen ostwestfälischen Spitzenläufern auch „Nationale“ ein, so wie der EM-Bronzemedaillengewinner Hans Hünecke oder der Marathon-Nationalläufer Alfred Gau. Der Crosslauf eroberte schnell seinen festen Platz im ostwestfälischen Laufsport.



Prominente Starter beim Diestelbrucher Cross:
(ganz rechts:) Hans Hünecke:
EM-Bronzemedaillengewinner
über 3000 m Hindernis und (ganz
links im Hintergrund) Alfred
Gau: Marathon-Nationalläufer.



(links:) Solch steile „Rampen“ musste man bereits in den sechziger Jahren beim Cross im Diestelbrucher Wald erklimmen.

Riesige Teilnehmerzahlen bei Firmenläufen

Die ersten Firmenläufe entstanden bereits zum Ende der siebziger Jahren in den USA. Unter dem Namen *J.P. Morgan Corporate Challenge* wurden in New York Mannschaftsläufe für Firmenmitglieder ausgetragen, die zwar einen Wertungsmodus durch Zeitaddition der vier Mannschaftsmitglieder hatten, aber dennoch weitgehend breitensportlichen Charakters waren. Man hatte dabei eine Streckenlänge von fünf Kilometern gewählt, damit jeder den Lauf ohne spezielles Training schaffen konnte. Der Grundgedanke galt primär dem Teamgeist innerhalb der Firma. Die Firmenläufe kamen in den USA sehr gut an, was rasch ansteigende Teilnehmerzahlen eindrucksvoll bezeugten.

Dennoch dauerte es bis zur Jahrhundertwende, ehe die Idee der Firmenläufe nach Europa hinüber schwamm, wobei die Teilnehmerzahlen gleich auf Anhieb nicht minder aufsehenerregend als in den USA in die Höhe schnellten. Kein Wunder also, dass sich die Firmenläufe sehr bald auch in der deutschen Volkslaufszene etablierten. Dabei passten sie sich weitgehend den Regularien im deutschen Volkssport an. So auch in Ostwestfalen.

Der Mannschaftsgedanke blieb nicht mehr der alleinige Kernpunkt eines Firmenlaufes; man ließ neben den Teams auch Einzelläufer zu.

Auch vereinsgebundene Läufer, Schulsportler oder Teams aus Kunden von Sportgeschäften konnten sich in die Starterfelder der Firmen-

läufe einreihen. Ferner schuf man bei manchen Firmenläufen als „Light - Version“ noch eine Kurzstrecke von 2,5 km. Manchmal wurden Firmenläufe in bestehende Volkslaufserien eingegliedert wie beispielweise der Güterloher Firmenlauf in die von der rb sports&eventmarketing Robert Becker veranstaltete Sparkassen Nightcup-Serie. (Siehe Seite. 52!)

Alle diese auf den Volkslauf in Deutschland und speziell auf dessen ostwestfälische Szene ausgerichteten Angleichungen haben es mit sich gebracht, dass die Firmenläufe einen rasanten Aufstieg erfuhren, dessen endgültige Entwicklung noch längst nicht abgeschlossen ist. Das dürfte vor allem für die sachgerechte Eingliederung der Firmenläufe in die Regularien der klassischen Leichtathletik gelten.



Nicht nur in den großen Metropolen sondern auch in den historischen Altstädten Ostwestfalens kommen Firmenläufe bestens an, so wie hier beim Wiedenbrücker Firmenlauf am 11.6. 2014

Staffelläufe kamen und gingen

In den Fünfzigern und Sechzigern waren leichtathletische Mittelstreckenstaffeln „voll in“. Unangefochtene Königin von ihnen war die 3 x 1000 m-Staffel, die u.a. bei jeder Kreismeisterschaft gelaufen wurde. Aber auch die Olympische Staffel mit der Teilstreckenfolge von 800, 200, 200, 400 m war damals sehr beliebt. Mit dem Aufkommen der Volksläufe gingen die Staffelaktivitäten in den Stadien zurück. An ihre Stelle traten neue Staffelformen mit mehr Volks-sportcharakter

Fünf Staffelläufe „Quer durch Nordrhein Westfalen“,

wurden in den achtziger Jahren vom NRW-Kultusminister mit dem Landessportbund unter Beteiligung des Innenministeriums sowie der AOK als Sponsor veranstaltet. Jeweils zwei Wochen lang liefen an jedem Tag Schulklassen und Trimmgruppen im Staffellauf ohne Zeitnahme durchs Land. Hierbei legten die teilnehmenden Schulklassen an den jeweiligen Vormittagen 4 bis 5 Teilstrecken von ca. 4 bis 5 Kilometern zurück, während an den Nachmittagen die lokalen Trimmgruppen durchweg Etappen von 5 bis 7 Kilometern gemeinsam im lockeren Dauerlauf trabten. Nach Zählung des Kultusministeriums kamen bei diesen Staffelläufen in jedem Jahr rund 20 000 Dauerläufer auf die Beine. Als vorbereitende Streckenplaner und Führer der Laufgruppen stellte der Innenminister fachkundige Polizeibeamte und der Kultusminister einen im Laufsport fachkundigen Pädagogen ab. Begleitet wurden die Staffel etappen von einem motorisierten Einsatzteam des Malteser Hilfsdienstes.

Die NRW-Staffel erregte als Werbung für den gesundheitsfördernden Dauerlauf allgemein großes Aufsehen in der Öffentlichkeit. Die Erwartungen, dass daraus in den Folgejahren ein Selbstläufer wurde, konnten sich jedoch – vor allem wegen der aufwendigen Organisation – nicht wie erwartet erfüllen.



Begeisterte Schüler laufen bei der NRW-Staffel 1981 durch Heiligenkirchen

Zwei Deutschlandstaffeln

der ASG Teutoburger Wald erregten viel Aufsehen.

Im Herbst 1977 lief eine erste Deutschlandstaffel in elf 100 Kilometer-Etappen unter Zeitnahme nonstop von der dänischen bis zur österreichischen Grenze. Die weitgehend parallel zur damaligen DDR-Grenze verlaufende Strecke wurde vorher erkundet und vermessen. Die schnellste 100 km-Laufzeit der Staffel erzielte Achim Bader mit 8: 50 Std auf der Kaufunger Wald-Etappe. Der Zeitdurchschnitt aller 11 Etappen lag bei 11: 33 Std. Die Staffel wurde in drei Ausstrahlungen vom ZDF und dem Bayrischen TV übertragen. Ferner berichtete der Deutschlandfunk, und ein Reporter der Bunten Illustrierten begleitete das Unternehmen. Die Strecke der Deutschlandstaffel 77 wurde in den Folgejahren von Einzelläufern wie von Teams mehrfach nachgelaufen. Einige Jahre lang stand die Deutschlandstaffel 77 als längste Laufstaffel der Welt im Guinness Buch der Rekorde.



In unmittelbarer Grenznähe läuft Manfred Westphal bei Rasdorf in die ersten Steigungen der Rhön-Etappe hinein

Im Frühjahr 1990 – nach dem Fall der Mauer, aber während der noch bestehenden DDR – lief eine zweite Deutschlandstaffel der ASG Teutoburger Wald in 18 Marathonetappen vom Rhein bis zur Neiße. Auch hierbei wurde die Strecke vorab vermessen und nonstop auf Zeit gelaufen. Mehrere Läufer rannten dabei unter drei Stunden, Martin Sprenger war auf der Ems-Etappe mit 2: 40 Std. der Schnellste. Die Gesamtzeit über die 768 Kilometer vom Rhein bei Emmerich bis zur Neisse bei Forst betrug 61 Std und 56 Minuten.

Der Empfang durch die Bevölkerung des Dörfchens Kleinbademeusel am Ziel war überwältigend. Der damals noch bestehende ADN zählte an den Straßen der DDR insgesamt 100 000 Zuschauer.



Während Startläufer Martin Dippel geführt von Kai Strohmeier und begleitet von einer lokalen Trimmgruppe über die Emmericher Rheinpromenade trabt, sprüht auf dem Rhein ein Feuerlöschbot zu Ehren der Deutschlandstaffel seine Fontänen.

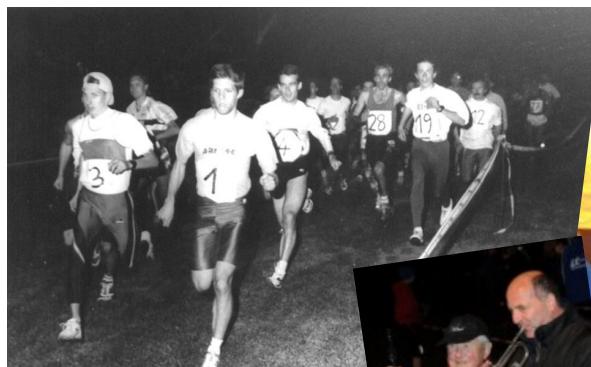
Der Staffellauf nach Zeitz

Eine gelungene sportliche Aktion nach der Wiedervereinigung wurde auch die von Harald Meierjohann organisierte Staffel von Detmold zur ostdeutschen Partnerstadt Zeitz. Die 330 Laufkilometer bis in die Partnerstadt wurden in Etappen unterschiedlicher Länge – bis Marathon – aufgeteilt und Non-Stop mit Staffelwechseln gerannt. In Zeitz kam es zusammen mit den lokalen Sportkameraden zu einem gemeinsamen Einlauf und zum feierlichen Empfang am Rathaus.

*Begeisterter Zieleinlauf in Zeitz
Initiator Harald
Meierjohann full speed in Bildmitte*



Das ASG-Finnenbahnmeeting von Schloß Holte-Stukenbrock, eine in jedem Herbst ausgetragene 90-Minutenstaffel für drei Läufer/innen, entstand 1994 auf eine Initiative von Burkhard Wrenger und Horst Gehrman.



Mit noch handgemalten Startnummern stürmen die Startläufer des 1. Finnenbahn-Meetings am 12. Oktober 1994 in ihre erste Runde.



SHS- Bürgermeister Hubert Erichchlandwehr bläst zum Start.

Sie wurde von beiden über 24 Jahre massgeblich organisatorisch getragen. Die Staffelteams waren in fünf Klassen aufgegliedert, die gemäß Alter und Geschlecht gewertet wurden. Nach jeder der 1000 m langen Finnenbahnrunden musste gewechselt werden. Das Finnenbahnmeeting erreichte im Laufe der Jahre einen sehr hohen Beliebtheitsgrad. Prominente Läufer wie Europameister Jan Fitschen oder der Olympionike Nico Motchebon nahmen teil. Zum Start blies Bürgermeister Hubert Erichlandwehr persönlich das Trompetensignal „Zur Attacke“. Doch nach 24 Austragungen musste das Finnenbahnmeeting eingestellt werden, weil wegen des fortlaufend altersbedingten Ausscheidens von immer mehr Organisatoren und Helfer die umfangreiche Organisationsarbeit letztlich nicht mehr zu schafften war.

Wiederhinwendung zum Bahnlauf „Nächte“ der Bestzeiten und Rekorde

Während die Volksläufe sich allerorts unveränderter Beliebtheit erfreuen, jedoch die Kreismeisterschaften in der Leichtathletik immer spärlicher besucht und entsprechend unattraktiver werden, bahnt sich bei den Mittel- und Langstreckenläufern eine interessante gedankliche Wende an: Man will sich zunehmend mehr in seiner persönlichen Leistungsentwicklung bestätigt wissen. Engagierte Läuferinnen und Läufer wollen - ähnlich wie es die Golfer mit ihrem das „Handicap“ praktizieren - ihre persönliche Bestzeiten auf ihren Lieblingsstrecken erfahren. Außerhalb der klassischen Straßenlaufstrecken Halbmarathon und Marathon begibt man sich bei den kürzeren Distanzen im Training wie auch im Wettkampf zunehmend wieder auf die Stadionbahn. Das vor Jahren noch als *unattraktives Rundendrehen* angesehene Bahntraining erlebt eine interessante Renecance. Man beginnt vermehrt zu schätzen, dass Bahnlauftraining zu besonderem Zeitgefühl und zu leistungsfördernden Steherqualitäten erzieht. Auch gibt die Laufbahn dem engagierten Trainer mehr Einflussmöglichkeiten auf seinen Schützling.

So tummeln sich auch auf ostwestfälischen Laufbahnen an den Trainingsabenden zunehmend muntere Laufrudel. Und auch im Wettkampfgeschehen entwickelt sich Neues auf der Stadionbahn.

Nachdem die Leichtathleten des LC Solbad als erste in OWL bei einem speziellen Bahnevent mit leistungsangepassten Starterfeldern gute Erfahrungen machten, (Siehe Seite 34!) entstanden auch in Bielefeld, Paderborn, Wiedenbrück und Schloß Holte Stukenbrock solche oder ähnlich organisierte Bahnlauf-Veranstaltungen. Bisher gelten dabei die 3000- und 5000 Meter als Favoriten, aber auch die Mittelstrecken 800- und 1500 Meter sowie die Englische Meile gewinnen bei den Volksläufern zunehmend an Prestige.

So werden in der nachfolgenden Auflistung der ostwestfälischen Volksläufe auch die speziellen Bahnlaufevents mit leistungsangepassten Starterfeldern berücksichtig, sofern deren Teilnehmerzahlen und Teilnehmerniveau dem der ostwestfälischen Volksläufe gleich – oder nahekommt.



Hohes Tempo im Starterfeld eines leistungsangepasst zusammengesetzten Bahnlaufes über 1500 m in Karlsruhe 2024. Der Ostwestfale Tom Bens (4. von rechts) läuft persönliche Bestzeit und qualifiziert sich für die „Deutschen“.

Teil III

Die Volkslaufsaison in Ostwestfalen

Auf den nachfolgenden Seiten sind alle mir bekannt gewordenen Volksläufe in Ostwestfalen aufgeführt. Die Reihenfolge orientiert sich an den bisher zeitlichen Austragungstraditionen innerhalb der Sportsaison. Mit einbezogen habe ich die Crossläufe, die sich -beinahe konform mit den Volksläufen- als Nachfolger der bis dahin üblichen Frühjahrs- und Herbstwaldläufen entwickelten. Sie werden heute meistens wie Volksläufe ausgetragen. Gleiches gilt für die in OWL stark aufgekommenen Firmenläufe, sowie die Stadionwettkämpfe über Mittel- und Langstrecken mit leistungsangepasst zusammengestellten Starterfeldern. Auch die Trail-Events und Backyards sind erfasst. **Nicht** aufgeführt habe ich die rein leichtathletischen Meisterschaften mit ihren vielseitigen Disziplinen, deren Regelwerke Starts für Jedermann -so wie es beim Volkslauf möglich ist- (noch) nicht erlauben.

	Seiten
Läufe in der Vorsaison Januar-März	45-47
Läufe zum Frühjahrshöhepunkt April-Mai-Juni	48-59
Läufe im Sommer Juli-August	60-66
Läufe im Herbst September-Oktober	67-76
Läufe zum Jahresausklang November-Dezember	77-80
Läufe, die eingestellt wurden	81

Läufe in der Vorsaison

Januar-März

Der Jahreswechsellauf in Brakel

ist ein mit 48 Austragungen (Stand 2025) sehr traditioneller Lauf . Er wird in der ersten Januarhälfte vom Non Stop Ultra Brakel organisiert und bildet den Auftakt zum alljährlichen Hochstift-Cup. Man kann zwei Strecken walken oder laufen: 4km-Lauf oder Walking: Asphaltwege, Rundkurs, relativ flach, 11km-Lauf: Asphalt- und Waldwege, Rundkurs, eine erste Steigung nach Kilometer eins und eine zweite Steigung von Kilometer vier bis fünf. Von Kilometer fünf bis ins Ziel geht es dann allmählich bergab.



Der Oelder Crosslauf

welcher seit 41 Jahren(Stand 2025)im Januar oder November stattfindet, gilt mit seinen legendären Steilanstiegen als der härtester Cross Ostwestfalen. Nach insgesamt 40 Austragungen (Stand 2025) hat sich der vom SV Oelde stets professionell organisierte Cross mit seiner anspruchsvollen Strecke einen sehr guten Ruf erworben. Man muss schon sehr gut trainiert sein, will man an den Stromberger *Heart break hills* nicht zwangsweise zum Fußmarschierer werden.

An den steilen Rampen des Oelder Crosslaufes (in Skandinavien nennt man solche Mörderbakken) hört man manchmal „die Englein singen“.

Der Pokal-Crosslauf in Höxter –Lüchtringen

ist mit seiner 48-jährigen Tradition (Stand 2025) ein sehr gut organisierter Crosslauf, der meistens im Februar stattfindet. Er steht relativ oft zur Austragung der ostwestfälischen Crossmeisterschaften zur Verfügung. Die vom Sollingstadion ausgehenden Crossstrecken sind bergig, jedoch weitgehend wettersicher und auch für Nachwuchs- oder Altersläufer gut belaufbar. Der Cross in Lüchtringen bietet sich für ostwestfälische Läufer/innen als idealer Formtest im winterlichen Grundlagentraining an.

Der Weser-Werre Volkslauf in Bad Oeyhausen

ist mit seinen 38 Austragungen (Stand 2025) bereits ein recht *alter Hase* unter den Frühjahrs-Volksläufen. Vom Stadion Mindener Straße aus kann man Distanzen von 6, 10 und 20 Kilometer laufen. Die naturnahe Strecke durchs Sieltal kommt bei den Volksläufern gut an, so wie auch die von den Organisatoren ausgehende allgemein gute Stimmung im organisatorischen Ablauf. Im benachbarten Parkhaus kann man während der Läufe kostenfrei parken.

Der Warburger Diemellauf

ist mit seinen 14 Austragungen (Stand 2025) noch ein relativ junger Volkslauf. Der austragende Warburger SV bietet dort Laufstrecken unterschiedlicher Längen vom Schüler- und Nachwuchsbereich bis in die Altersklassen an.

Vom Sportzentrum Diemelau ausgehend sind die einzelnen Laufstecken nachfolgenden Charakters:

5,9 km: Wendepunktstrecke auf Asphalt mit welliger Streckenführung

10,75 km: Anspruchsvoller Rundkurs, der weitestgehend über Asphalt führt.

21,9 km: Anspruchsvoller Kurs, über Forst- und Waldwege, die durchweg asphaltiert sind.



Szene vom 3 x 1000 m -Staffellauf bei den Warburger LA-Kreismeisterschaften 1957 in Marsberg. Seit dieser Zeit, in der man den Kreis Warburg als eine „Diaspora des Laufsports“ bezeichnete, hat sich dort vieles zum Positiven gewandelt, wie es die Warburger Leichtathletik nicht nur durch den Diemel-Volkslauf beweist.

Der Luisenturm lauf

gilt mit seinem legendären Steilanstieg hinauf zum Luisenturm in der ostwestfälischen Lauftradition als so etwas wie ein hartes „Muss“ zum Saisonbeginn. Die „Luise“ wie man diesen 21,1 km lange Landschaftslauf im ostwestfälischen Läuferjargon nennt, wird traditionell wie solide vom LC Solbad organisiert. Mit ihren 50 Austragungen (Stand 2025) hat die „Luise“ bereits das Alter einer ehrbaren Matrone erreicht.



Der Lauf wird aus dem Borgholzhäusener Stadion heraus gestartet und findet im Schlussdrittel durch einen knackigen Anstieg zum Luisenturm hinauf seinen Höhepunkt, ehe man abschließend zurück zum Stadion und dort ins Ziel läuft.

Noch ist die Steigung bei der „Luise“ recht moderat, aber gleich geht's los hinauf zum Turm.

Der 32. Velmerstot – Volkslauf mit Trail-Running

Nach gut einem halben Jahrhundert „Volksläufe in Ostwestfalen“ bahnt sich eine interessante Parallele zu den einstmals ersten Volkslaufanfängen in Leopoldstal an. Der aktuelle sehr rührige Lauftreffleiter im TSV Leopoldstal, Dennis Mattern, hat 2023 unter der Bezeichnung LaufLandLippe eine Zusammenführung lippischer Laufveranstalter erreicht, in der man gemeinsame Interessen, Termine und die Nutzung technisch Einrichtungen untereinander abspricht. So wurde der inzwischen 32 Jahre alte Velmerstot-VL (Stand 2025) im Frühjahr 2022 durch den sog. „Lippe-Trail“ erweitert, welcher sich in



Beim Trail-Running kommt es nicht so sehr auf Streckenrekorde und persönliche Bestzeiten an, dafür aber umso mehr auf Härte, Körperbeherrschung und den Mut, sich den unmöglichsten Möglichkeiten im Laufsport zu stellen

einer landschaftlich reizvollen, jedoch knallharten 21,2 km-Strecke mit 625 Höhenmetern um den Preußischen und Lippischen Velmerstot schlängelt. Der Trail kommt bei den ostwestfälischen Läufern offenbar bestens an, denn die Teilnehmerzahlen beim Lippe-Trail sind in den ersten vier Austragungsjahren rasant angestiegen.

Der Langenberger Volkslauf

ist mit seinen 33 bisherigen Austragungen (Stand 2025) ein Routinier unter den Volkslaufveranstaltungen in Ostwestfalen. Die Hauptstrecke des vom TV Einigkeit Langenberg organisierten Volkslaufes weist auf ihrer Länge von 11 Kilometern einige kleine Hügel auf, was für Volksläufe in diesem Bereich nicht unbedingt zu erwarten ist. Besondersfordernd ist dabei ein „herzerfrischender Anstieg“ aus dem sogenannten „Eiskeller“ heraus, nach dem der restliche Weg bis ins Ziel dann recht erholsam erscheint.

Neben Kinder- und Jugendläufen bieten die Langenberger auch eine Fünfkilometerstrecke für Läufer und Nordic Walker an.

Der „Sälzerlauf“ von Salzkotten

wird wegen seiner schnellen wie zuschauerfreundlichen Strecken vor allem von leistungsorientierten Laufsportlern gern als Formtest nach dem Wintertraining besucht. Vom Salzkottener Hederauenstadion aus führen die flachen Laufstrecken über fünf und zehn Kilometer in ein angrenzendes Wohngebiet, in dem zwei bzw. vier Runden zurückgelegt werden, ehe es zurück ins Stadion zum Ausspurten von Sieg und Platz geht. Fans und Anwohner sind hautnah wie lautstark dabei, und das bringt Bombenstimmung... und offenbar die guten Zeiten beim Sälzerlauf.



Kurz nach dem Start zum „Sälzer Zehner“ 2025 verlassen die Läufer das Stadion und begeben sich auf eine bekannt schnelle Rundenstrecke. Nils Brand von der ASG Teutoburger Wald (Nr. 234) macht das Tempo.



*Wenn beim „Sälzer“ so richtig die Post abgeht....
...dann purzeln die persönlichen Bestzeiten.*

Läufe zum Frühjahrshöhepunkt

April-Juni

Der Paderborner Osterlauf

wandelt sich zu einem Volkslauf

Der Paderborner Osterlauf findet traditionell an jedem Ostersamstag statt. Über seine Geschichte und Entwicklung ist vorstehend auf den Seiten 11 und 12 berichtet. Mit dem Entstehen und der Volksläufe wandelte sich der Osterlauf unter der Regie von Horst und Sascha Wiczynski von einem rein Leichtathletikevent zu einem stark besetzten Volks- und Stadtlauf.



Internationale Spitzenstars,

Eingeladene Spitzenstars sieht man heute nur noch auf der Zehnkilometerdistanz des Osterlaufes. Ansonsten bestimmen weitgehend Volksläufer die Teilnehmerfelder



Volksläufer,



flotte Inliner

Das Inselbad-Stadion als frühere Austragungsort des Osterlaufes wurde verlassen und ein neues weitläufigeres Wettkampfzentrum am Maspernplatz geschaffen.

Auch die Strecken und Distanzen des Osterlaufes wandelten sich von den bisherigen Traditionen des ältesten deutschen Straßenlaufes.

Anstelle der klassischen Stadionwettbewerbe wurden Stadtlaufdistanzen von fünf und zehn Kilometern sowie ein Halbmarathon ausgeschrieben. Ferner kamen ein Inliner-Wettbewerb und anfänglich ein Handbiker-Rennen hinzu.

Auch die Jüngsten können sich heute beim Osterlauf auf einer kurzen Bambinistrecke austoben.

Der Paderborner Osterlauf entwickelte sich dadurch einmal zum national anerkannten Auftakt der Straßen- und

Volkslaufsaison sowie gleichzeitig zur größten Laufsportveranstaltung Ostwestfalens, deren Leitungsfunktionen nach dem Herauslösen der Wiczynskis in kurzer Folge wechselten.

Der Leiberger Volkslauf,

welcher gemeinsam vom HTSV Leiberg und der FSV Bad Wünnenberg-Leiberg organisiert wird, findet traditionell im April statt. Die Teilnehmer können Strecken zwischen 4,7 km, 10,6 km und 20,2 km wählen. Für Kinder und Jugendliche werden kürzere Distanzen zwischen 650 und 1.000 m angeboten. Die 4,7-und 10,6 km langen Rundstrecken verlaufen mit leichten Steigungen über Waldwege und Straßen durchs reizvolle Alftetal und dessen Umgebung. Die 20 -Kilometer-Distanz ist mit 350 Höhenmetern ziemlich herausfordernd und somit lohnenswert.

Der alljährlich am letzten Aprilwochenende stattfindende

Hermannslauf

ist umstritten der größte und bedeutendste als Landschaftslauf ausgetragene Volkslauf Ostwestfalens. Über seine Geschichte und bisherige Weiterentwicklung lies vorstehend auf den Seiten 28 bis 31!

Der Spexarder Volkslauf,

welcher traditionell zum Maibeginn am südlichen Ortsrand von Gütersloh veranstaltet wird, sollte normalerweise – als dicht hinter dem alles beherrschenden Hermannslauf gelegen – Probleme mit zu geringen Teilnehmerzahlen haben. Dass die Veranstalter vom SV Spexard 1950 über solche nicht klagen können, liegt zum einem an einer angenehm volkstümlichen Austragungsweise des inzwischen 42 Jahre alten Volklaufes (Stand 2025) und zum anderen an den Laufsportlern, die aus unterschiedlichen Gründen am „Hermann“ nicht teilnehmen konnten und hier gewissermaßen ein „Ventil“ finden. Neben kurzen Distanzen für Kinder und Nachwuchsläufer kann man in Spexard flache Strecken von 5 und 10 Kilometern laufen. .

Der Pfingstlauf von Marienmünster

zählt mit seiner 51-jährigen Tradition zu den der ältesten Volksläufen in Ostwestfalen. Vom Sportplatz Kollerbeck aus kann man am Pfingstsonntag 5,7 oder 10 Kilometer laufen und sogar über die Halbmarathondistanz ins hügelige, jedoch landschaftlich reizvolle Umfeld von Marienmünster und Kollerbeck starten. Auch Strecken für Bambinis, Schüler oder Walker bieten die wegen ihrer Perfektion allgemein gelobten Kollerbecker Veranstalter an.

Der Marienloher Volkslauf

wird alljährlich in der ersten Saisonhälfte vom Marienloher Sportzentrum Breite Bruch ausgehend gestartet. Neben kürzeren Schülerläufen kann man in der weiten, sanft hügeligen Landschaft vor der eindrucksvollen Kulisse des Eggegebirges Strecken über 5 und 10 Kilometer oder die Halbmarathondistanz laufen.

Freetrail – Der Waldlauf

findet am ersten Sonntag im Mai (Stand 2025) in Neuenbeken statt. Er wird von den Veranstaltern als „*Laufevent zum Erleben der Freiheit des Laufens im eigenen Tempo*“ bezeichnet. Die abwechslungsreiche Strecke ist etwa 10 km lang und führt – mit insgesamt 230 Höhenmetern pro Runde – anmutig durch Felder, Wiesen und Wälder. Die Teilnehmer haben vier Stunden Zeit, um so viele Runden wie möglich zu laufen. Der Start erfolgt um 10:00 Uhr nach einem kurzen Einweisung um 9:45 Uhr. Die Veranstaltung ist offen für alle Läuferinnen und Läufer, unabhängig vom Leistungs niveau. Es gibt Medaillen, Urkunden, Verpflegung und Duschen.

Der Residenz-Abendlauf des TSV Schloß Neuhaus gilt als anerkannter OWL-Frühjahrsklassiker. Er wird vom Merschweg-Stadion in Paderborn-Schloß Neuhaus aus gestartet. Vom dort geht es ins reizvolle Aretal, wo man auf flachen wie schnellen Strecken fünf oder zehn Kilometer laufen kann. Auch Kinder- und Jugendläufe werden angeboten. Bei perfekter Organisation zeichnet sich die Veranstaltung durch eine freundliche wie familiäre Atmosphäre aus.



Wenn es beim Schein der Abendsonne von der Bahn des Merschweg-Stadions hinaus auf die schnellen Strecken im Aretal geht, so wie hier beim Residenzlauf 2024, dann hat man bei guter Form immer die reale Hoffnung auf eine schnelle Laufzeit.

Der Happe Run`n` Roll

ist ein zum Maianfang vom Stadtsportverband Delbrück organisierter Volkslauf, der im Stile eines Citylaufes ausgetragen wird. Neben Kinder- und Jugendläufen kann man dort über vier und zehn Kilometer an den Start gehen.

Der Espelkamper Citylauf

wird traditionell zur Eröffnung der Laufsaison zum Maianfang vom ATSV Espelkamp organisiert. Er feierte 2025 bereits seine 35. Auflage. Kinder und Jugendliche können sich im Stadtzentrum auf ebenen Strecken über 800 und 1 500 Meter messen. Die eigentlichen Citylaufstrecken verlaufen auf einer ebenen Runde von 3,5 km über weitgehend asphaltierte Wege und Straßen durch die Espelkamper Innenstadt: Man kann sich für eine kürzere 3,5 km-Distanz (eine Runde) oder die klassische 10 km-Citylaufstrecke (3 Runden) entscheiden. Die Laufstrecke über 10 km ist vermessen.

Der Staffelmarathon von Rheda-Wiedenbrück

ist ein seit 11 Jahren (Stand 2025) im Mai von der LG Burg ausgetragener Staffellauf im örtlichen Flora Westfalica Park. Teilnahmeberechtigt sind Mannschaften in Stärke von 4-7 Läufer/innen. Aufgabe bei dieser Rundenstaffel ist es, eine im Park angelegte Zweikilometer-Runde 21 mal zu durchlaufen, wobei jeder Läufer mindestens eine Runde zurücklegen muss. Ansonsten ist die Reihenfolge der Wechsel innerhalb des Teams frei. Der Staffelmarathon wird von den Teilnehmern als sehr stimmungsvoll und bestens organisiert kommentiert.



Spannung und stimmungsvolles Gewusel herrscht bei den Staffelwechseln, so wie hier bei den führenden Läufern der DJK Gütersloh

Der Preußisch Oldendorfer Volkslauf

„Rund um den Aussichtsturm“

ist mit seinen inzwischen 41 Austragungen (Stand 2025) ein echter „Routinier“ in der ostwestfälischen Volkslaufszene. Neben Kinder- und Jugendläufen werden Distanzen von 5, 12,4 und 20 Kilometern angeboten, die vom örtlichen Waldschwimmbad aus ins benachbarte Waldgelände rund um den Limberg und den Offelter Berg führen .

Die Volkslaufstrecken sind durchweg Einrunden-Distanzen und bedingt durch die im Wiehengebirges unvermeidlichen Höhenmeter recht anspruchsvoll. Dennoch (oder gerade deshalb) ist der vom Oldendorfer TSV organisierte Lauf ein vergleichsweise stark besetzter Volkslauf, dessen eingespielte Austragung einen kostenfreien Eintritt ins Waldschwimmbad für die Volkslaufteilnehmer beinhaltet.

Die „Nacht der Bestzeiten“ des LC Paderborn

ist ein 2024 erstmals ausgetragenes Abendsportfest im Stadion beim Ahorn-Park, bei dem Läufe mit leistungsangepassten Starterfeldern für alle Altersklassen ausgetragen werden. Nach Schülerläufen über 400 und 600 Metern kommt es zu verschiedenen 3000 m-Läufen, denen als Höhepunkt ein 5000m-Rennen unter romantischer Zielgeradenbeleuchtung– für Spitzläufer/innen folgt.

Der Bentfelder Abendlauf

wird alljährlich im Mai vom Rot-Weiß Bentfeld veranstaltet und hat eine Tradition von inzwischen 38 Jahren (Stand 2025). Seine Strecken auf den weiten Ebenen rund um Bentfeld gelten allgemein als schnell und angenehm zu laufen. Sie sind-wenn auch nicht offiziell-vom Veranstalter vermessen. Neben kürzeren Distanzen für Bambinis und Schüler werden Strecken von 5 und 10 km sowie ein Halbmarathon angeboten. Der Veranstaltungsbereich in Bentfeld hat einen angenehm volkstümlichen Charakter und wird gern als laufsportlicher Abschluss einer Berufswoche besucht



Bei Abendsonne über die weiten Ebenen rund um Bentfeld zu traben, gilt als ein besonderes Lauferlebnis.

Die Nightcup- Laufserie

„Die schönsten Nachtläufe in der Region“

wird seit 25 Jahren (Stand 2025) von der rb sports&eventmarketing Robert Becker veranstaltet.

Der Serie gehören folgende Läufe an:

1. Klosterlauf Marienfeld- 7,5 km-im Mai
2. Sparrenburg-Firmenlauf Bielefeld- 5 km-im Mai
3. Feuerwehrlauf Oesterweg-1 0 km-im Juni
4. Die Nacht von Borgholzhausen- 10 km-im Juni
5. Die Isselhorster Nacht- 9,2 km-im Juni.
6. Navigator-Firmenlauf in Gütersloh- 2,5 und 5 km-im September

Der Klosterlauf von Marienfeld

ist ein Lauf der og. Nightcup- Laufserie. Start und Ziel liegen auf dem Klosterhof Marienfeld.

Beginnend um 18.00 Uhr mit einem Kids-Spendenlauf von 400 Metern folgt um 19.00 Uhr ein 1,2 km- Schülerlauf. Höhepunkt ist um 19.30 Uhr ein 7,5 Volkslauf. Die durchweg ebenen Streckenführungen ermöglichen leichtes wie schnelles Laufen.

Der Bielefelder Sparrenburg-Firmenlauf

Der Bielefelder Sparrenburg-Firmenlauf findet an einem Mittwoch-Spätnachmittag im Mai auf der Sparrenburg-Promenade statt. Er wird von der rb sports&eventmarketing Robert Becker veranstaltet und ist nach den Finisherzahlen der letzten Jahre als einer der größten Läufe in Ostwestfalen anzusehen. Die leicht laufbaren Wendepunktstrecken orientieren sich nach dem Start in der Nähe der Sparrenburg weitgehend am Verlauf der Promenade und finden an gleicher Stelle wie der Hermannslauf ihr Ziel. So kommt es für die Firmenläufer zu einem ähnlichen Zieleinlauf-erlebnis wie beim Hermannslauf. Nach einer Kurzdistanz von 2,5 Kilometern kommt es wegen der hohen Teilnehmerzahlen zu zwei Gruppenstarts. Es gibt eine Teamwertung für Frauen- und Männermannschaften a 3 Teilnehmer/innen, wobei -entgegen bisheriger Erfahrungen der Frauenanteil ungleich höher als bei den üblichen Volksläufen ausfällt.

Der Oesterweger Feuerwehrlauf wird traditionell im Juni von der Freiwilligen Feuerwehr Oesterwege veranstaltet. In seiner bereits 36-jährigen Geschichte hat er sich den Ruf erworben, dass man auf seiner schnellen 10 Kilometerstrecke gute Zeiten laufen kann. Um diesbezüglich glaubwürdige zu bleiben, haben die Veranstalter ihre „Zehnerstrecke“ offiziell vermessen lassen, während für die anderen Distanzen des Oesterweger Feuerwehrlaufes, ein 2,5km-Schnupperlauf, ein Mennschasfts- und Einzellauf über 6 Kilometer und eine Walking-Distanz gleicher Länge dieses Privileg nicht gilt.



Bekannt als „schneller Zehner“: Der Oesterweger Feuerwehrlauf

Der Huxarium Garten-Park-Lauf von OVENHAUSEN

findet im Mai auf dem Gelände der Landesgartenschau 2023 statt. Start und Ziel des vom TuS OVENHAUSEN 1924 veranstalteten Volkslaufes sind an der sog. „Weser-Scholle“. Neben Kinder- (400 m) und Schülerläufen (800m) sind Distanzen über 9,9 und 4,9km ausgeschrieben. Zusätzlich zu den Einzelwertungen werden bei den Schülerläufen und dem, 9,9km-Lauf Mannschaftswertungen vorgenommen, bei welchen in Fünfer-Mannschaften mindestens eine Läuferin und ein Läufer in jedem Team sein müssen.

Der Huxarium Garten-Parklauf wird für den Hochstift-Cup gewertet.

Der Salzkottener Klingenthal-Marathon

Der Lauf wurde auf Initiative vom heutigen FLVW Präsident Manfred Schnieders und Salzkottens damaligem Bürgermeister Michael Dreier im Jahr 2008 ins Leben gerufen. Im Jahr 2011 hat der Paderborner Sascha Wiczynski (bisher Paderborner Osterlauf) die Organisationsleitung übernommen, tatkräftig unterstützt von seinem Vater Horst.

Neben der vollen Marathondistanz werden ein Halbmarathon sowie ein 10- und ein 5-Kilometerlauf (Fit & Fun) angeboten. Ferner finden Läufe für Bambinis und Schüler statt. Auf der Zehn- und Fünfkilometerdistanz sind auch Menschen mit geistiger Behinderung willkommen, die in einer Special Olympics Wertung erfasst werden. Der Marathonlauf, der Halbmarathon und der Zehntausender VL werden auf einer offiziell vermessenen Rundstrecke ausgetragen.

Nach morgens um 08:30 h am Bürgerturm gemeinsam für Marathon- und Halbmarathonläufer abgefeuerten Startschuss führt eine Rundstrecke durch die historischen Altstadtstraßen Salzkottens bis in den Ortsteil Verne. Von



Die Gründer und Macher des Salzkotten-Marathons:
Horst (rechts) und Sascha Wiczynski

dort aus geht es wieder zurück in die Salzkottener Innenstadt zum Ende der ersten Runde auf dem Marktplatz. Von hier müssen die Halbmarathonläufer noch eine zweite Runde zurücklegen, während die Marathonis nach insgesamt 4 Runden ihr Ziel auf dem Markt finden. Der Rundkurs ist mit nur 25 Höhenmetern weitgehend flach und somit läuferisch als „schnell“ zu bezeichnen.

Die Läufer des Zehner-Volkslaufes und Teilnehmer über die sog. *5km Fit & Fun Distanz* starten etwas später am Vormittag von unterschiedlichen Startpunkten aus. Die Zeitpläne und Strecken sind so geplant, so dass letztlich die Zielankünfte aller vier Läufe in kurzer Reihenfolge auf dem Salzkottener Marktplatz stattfinden. Dadurch kommt im Zielgebiet bei eindrucksvoller Zuschauer-Kulisse eine großartige Stimmung auf, die zum Genuss für jeden Finisher wird. Bei dieser Atmosphäre sind auch die Siegerehrungen eine würdige Angelegenheit für Teilnehmer und Veranstalter. Es macht einfach Freude, in Salzkotten zu laufen.



Sarah Stockhausen, als Damensiegerin beim Salzkotten-Marathon 2023 auf ihren letzten Metern ins Ziel auf dem Salzkottener Marktplatz

Der Nationale Stadtlauf in Bad Oeynhausen

ist ein teilnehmermäßig stark besetzter Stadtlauf, welcher von der TG Werste in Zusammenarbeit mit der Stadt Oeynhausen bereits zum 40. Male (Stand 2025) veranstaltet wird. Wahlweise über zwei oder vier Runden können die überwiegend breitensportlich orientierten Läufer und Läuferinnen aller Altersklassen über die insgesamt 9,6 Kilometer lange Distanz des Stadtlaufes starten. Zahlreiche Zuschauer schaffen an den Streckenrändern und bei Start und Ziel eine volksfestähnliche, sehr angenehme Atmosphäre.

Der Spatzenberglauf von Löhne

wird alljährlich im Juni von der TuRa Löhne veranstaltet. Vom Sportplatz Obernfeld aus führen zwei Laufstrecken, ein Fünf- und ein Zehn-Kilometerlauf, auf befestigten Wegen um ein Naturschutzgebiet. Beide Rundkurse sind flüssig zu laufen aber leicht hügelig.

Der Wartturm lauf

ist ein Volkslauf der sog. Mühlkreisserie, den die LA- Abteilung des FC Lübbecke veranstaltet. Vom Stadion Obernfelder Allee aus führen Laufstrecken über 8,8 und 14 Kilometer ins Wiehengebirge. Dazu wird als Firmenlauf und gleichzeitig als Nordic Walking-Event noch ein 4.6 Kilometer langer Kurs angeboten. Die allgemein hügeligen Strecken führen nur auf den ersten und letzten einhundert Metern über Asphaltpassagen, ansonsten liegen sie auf befestigten Wegen

Der Gütersloher Pfingstlauf

ist mit seinen inzwischen 55 Austragungen (Stand 2025) der zweitälteste Volkslauf in Ostwestfalen. Er wird alljährlich am Pfingstmontag vom Post-SV Gütersloh und der Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold veranstaltet. Vom Leichtathletik-Zentrum Ost aus führen – neben kürzeren Distanzen für junge Nachwuchsläufer – eine Fünf- und eine Zehnkilometerstrecke durch die Parkanlagen längst der Dalke. Nach Beendigung der Volksläufe im Park wird als besonderer Höhepunkt der Veranstaltung eine Englische Meile (1609 m) auf der Kunststoffbahn des LA-Zentrum ausgetragen. Dabei wurde 2023 in einem spannenden Rennen der bestehende Gütersloher Kreisrekord gebrochen und auf 4:26 Min verbessert.



(Oben:)

Vom Leichtathletik-Zentrum Ost aus stürmen die Läufer der 10 Kilometer- Konkurrenz beim Pfingstlauf 2022 über die flachen Parkwege längst der Dalke. Thomas Johannhörster (Nr.1226) gewinnt.

(Links:)

Zum Pfingstlauf 2023 gab es ein dramatisches Rennen um den Gütersloher Kreisrekord über eine Englische Meile. Mit knappem Vorsprung siegte Tom Bens (Nr.1215) in neuer Kreisrekordzeit 2: 26:02Min vor Julian Borgelt (Nr.7).

Der Oelder InSiTech Citylauf

ist eine traditionsreiche Laufveranstaltung, die seit über 40 Jahren vom LV Oelde in der Oelder Innenstadt organisiert wird. Der Lauf bietet Teilnehmern aller Altersklassen, von Bambinis bis zu Erwachsenen, die Möglichkeit, ihr sportliches Können auf verbandsseitig vermessenem Kurs vor einer großen Zuschauermenge zu zeigen. Die Veranstaltung zeichnet sich durch eine festliche Atmosphäre aus, die an ein Volksfest erinnert. Anstelle der Eliteläufe für Männer und Frauen, die mehr als zwei Jahrzehnte ein fester Bestandteil der Veranstaltung waren, wurden 2025 erstmals nach Beendigung der Stadtlaufdistanzen Ausscheidungsrennen über maximal acht Runden à 600 Meter ausgeschrieben. Nach jeder Runde werden die Letzten aus dem Rennen genommen, bis nur noch die Sieger übrig bleiben. Von dieser Anleihe versprechen sich die Veranstalter vom Leichtathletikverein Oelde eine höhere Attraktivität für die Zuschauer.

Für die Volksläufer in OWL aber bleibt nach wie vor die Botschaft: Jeder, der gern läuft, kann auf dem schnellen Kurs durch die Oelder Innenstadt über 5 oder 10 Kilometer seine persönliche Bestzeit herunterschrauben oder die einzigartige Atmosphäre dieses Citylaufes ohne hohen Leistungsanspruch genießen.



Start zum Oelder „Zehner“

Der Volkslauf in Neuenkirchen

feierte zur Junimitte 2025 eine gelungene Premiere. Die Feuerwehrleute des Löschzuges Neuenkirchen stellten unter der Regie von Kay Settertobulte und Löschzugführer Tim Wiemann mit viel Herzblut ein Event auf die Beine, das ihren lauffreudigen Bürgermeister Andreas Sunder begeisterte und das bei den Volksläufern auf Anhieb bestens ankam. Trotz schwülheißer Temperaturen fanden sich bei der ersten Austragung gut 220 Laufsportler an den Startlinie der angebotenen Laufstrecken von drei Kilometern für Jugendliche und zum Hauptlauf über sechs Kilometer ein. Die freiwilligen Neuenkirchener Wehrleute linderten einfühlsam wie fachkundig die herrschenden Hitzegrade durch ein an der Laufstrecke platziertes Löschfahrzeug. Eine gelungene Premiere, deren Fortsetzung man für die kommenden Jahre ein allseits gutes Gelingen wünscht.

Der Sternchenlauf in Schloß Holte-Stukenbrock

ist ein 2010 von Karl-Heinz Stükerjürgen ins Leben gerufener und weiter von der Abt. Laufspass-Abteilung des SW Sende organisierter Volkslauf.

Der Sternchenlauf wird traditionell am Mittwoch vor dem Fronleichnamstag im Ortsteil Sende ausgetragen. Start und Ziel liegen vor dem Sender Waldstadion auf der Falkenstraße. Auf einem weitgehend ebenen 2,5 km Rundkurs, der teils durch Wald- und teils durch Wohngebiete verläuft, werden nach einleitenden Bambini- und Schülerläufen Wettkämpfe über 5 und 10 Kilometer sowie auch rundenweise Staffelläufe ausgetragen, die allgemein beliebt und daher gut besetzt sind. Die vermessene Sender Laufstrecke gilt als „schnell“ und durchaus für persönliche Leistungsüberprüfungen geeignet. Die Sender Bevölkerung identifiziert sich stark mit ihrem (!) Sternchenlauf, dessen Startschuss der Bürgermeister von Schloss Holte-Stukenbrock stets persönlich abfeuert. So kommt nicht nur im Start-/Zielgebiet sondern überall auf dem Rundkurs durch Sende unter Einsatz von Trommeln und Fanfaren sowie an heißen Sommertagen durch *Wasserhilfen* eine heitere Volksfest-Stimmung auf, die den Sternchenlauf zu einem allgemein schönen Erlebnis macht.



Oben:
Sternchenlauf 2022
Start zum Sternchenlauf

Rechts:
Sternchenlauf 2025
Kinder in der Walddurchgang

Harmonie zwischen Stadt-
und Landschaftslaufstrecke



Der AOK Firmenlauf von Wiedenbrück

wird eigenständig an einem Mittwochabend im Juni bereits zum 13-ten Male (Stand 2025) von der rbsports&eventmarketing Robert Becker veranstaltet. Teams aus Firmen oder Vereinen können hier auf einem Rundkurs über vier oder sechs Kilometer durch die historische Altstadt Wiedenbrücks an den Start gehen. Der Breitensportgedanke steht dabei im Vordergrund. Der AOK Firmenlauf Wiedenbrück gilt (Stand 2025) als teilnehmerstärkster Firmenlauf Ostwestfalen.



Die „Isselhorster Nacht“

ist ein stimmungsvoller Citylauf im Gütersloher Stadtteil Isselhorst, der von der Isselhorster Werbegemeinschaft veranstaltet wird. Vom Start/Ziel-

Gebiet in der Ortsmitte werden ab den Nachmittagsstunden Kinder- und Jugendläufe ausgetragen, ehe man Inliner, Walker, Einsteiger und Firmenläufer auf einen 4,2 km langen Rundkurs schickt.

Höhepunkt der Isselhorster Nacht“ ist der abschließende 9,2 km-lange Hauptlauf, der bei hereinbrechender Dunkelheit gestartet wird. Im Start/ Zielbereich sind Buden und Werbestände für Teilnehmer und Zuschauer aufgebaut, so dass überall „echt wat los“ ist.



Ob Spitzensläufer oder Laufeinsteiger: Wer bei der Isselhorster Nacht durchs Zielgebiet läuft, bekommt begeisterten Beifall.

Volksläufe im Sommer

Juli - August

„Gütersloh läuft“

ist ein Wohltätigkeits-Volkslauf, im Gütersloher Stadtpark, der von der Bielefelder Agentur Impulsevent organisiert wird. Es werden Läufe für alle Altersklassen ausgetragen, von deren Startgebühren pro Starter ein Euro an eine Wohltätigkeits-Organisation geht. (2024 an die Deutsche Schlaganfall-Hilfe) Neben einem Bambini-Lauf und verschiedenen Schüler- und Jugenddistanzen sind für Erwachsene ein Lauf über 5km und ein 10km-Volkslauf ausgeschrieben. Bei Start und Ziel herrscht Volksfestatmosphäre. .



Start zum „Fünfer“ bei „Gütersloh läuft“ 2022

Der InSchildesche Lauf

ist ein von der Interessen- und Werbegemeinschaft Schildesche (InSchildesche) organisierter Volkslauf am Bielefelder Obersee, der 2024 unter dem Titel „Schildescher Volkslauf“ begann und darauf, in seiner zweiten Auflage 2025, in „InSchildesche Lauf“ umbenannt wurde. Die Veranstaltung wurde bei ihrer Premiere als ein überwiegend breitensportliches Event präsentiert, hat danach jedoch durch Ausweitung der Laufstrecke auf eine offiziell vom Fußball- und Leichtathletikverband vermessene 10km-Strecke auch Leistungsläufern eine Tür geöffnet. Vom Start und Ziel auf der Picknickwiese beim Seekrug werden zunächst die Schüler auf eine 2km-Strecke geschickt, ehe man die Walker und Läufer auf eine 5km-Runde um den Obersee schickt und den 2025 neu angelegten „Zehner“ startet. Ein Teil der Startgebühren gilt für einen guten Zweck.

Bahnlauf-Event im Ravensberger Stadion

Jeweils in den NRW-Sommerferien veranstalten die Leichtathleten des LC Solbad Borgholzhausen eine Laufsport-Veranstaltung in ihrem Stadion. Neben Schüler- und Jugendläufen werden Mittel- und Langstrecken mit leistungsangepasst zusammengesetzten Läuferfeldern ausgeschrieben.

Der Hembser 3-Dörfer-Lauf

ist ein familiär veranstalteter Volkslauf, der in der Ortsmitte, an der Gemeindehalle des im Nethetal gelegenen Dorfes Hembsen gestartet wird. Von dort führt die 4,9 Kilometer-Strecke zum Beller Wald und zurück, während die 10-Kilometer-Runde zwei weitere an der Nethe liegenden Dörfer, Erkeln und Beller, berührt. Die 18-Kilometerstrecke verläuft von Erkeln aus noch weiter nach Süden bis zum Osterberg, ehe sie wieder zurück zum Start/Zielort Hembsen schwenkt. Die Volksläufer bekommen also einen guten Einblick ins reizvolle Nethetal.

Der Fun-Lauf in Paderborn Wewer

ist ein aktuell (Stand 2025) bereits zum 30-ten Male ausgetragener Benefizlauf, der vom Lauftreff des TSV Wewer veranstaltet wird. Man erhebt offiziell keine Startgebühren. Die durch Spenden einkommenden Geldbeträge kommen einem Projekt in der weltweite Kinderhilfe zu. Vom Sportgelände am Delbrücker Weg aus werden zunächst Kinder- und Schülerläufe von 400 bis 1200 m Länge gestartet, ehe es auf die längeren Distanzen von 5, 7, 10 und 14 Kilometer in den Wewerschen Wald geht,

Wenn Kinder sich vor grosser Kulisse läuferisch so richtig austoben können, dann sind sie meistens sehr glücklich



Der Beller Volkslauf Norderteich-Lauf

ist ein vom TSV Eintracht Belle veranstalteter Volkslauf, bei dem man neben einem Kindergartenlauf („Die kleinen Strolche“) und Schülerläufen VL-Strecken über 5,3 und 10,3 Kilometer anbietet. Vom Sportplatz Beller Wald aus verlaufen die überwiegend flachen Streckenführungen durch den Beller Wald bis zum Norderteich.

Die darauffolgende Umrundung des Norderteiches ist der schönste Teil der Beller VL-Strecke, ehe der Lauf auf dem Beller Sportplatz sein Ziel findet.

Der Benkhauser Schlosslauf

wird am ersten Sonntag im Juli zusammen mit dem Sportfest des VfB Benkhausen veranstaltet. Ausgeschrieben sind Bambini- und Schülerläufe sowie Volkslaufdistanzen über 6,5, 10,5 und 20,0 Kilometer. Die Laufstrecken führen über befestigte Nebenstraßen sowie Fußwege in Benkhausen und bieten viel Abwechslung. Start und Ziel aller Läufe befinden sich auf dem Schlossplatz Benkhausen.

Der Bürener Volkslauf

wird seit 38 Jahren (Stand 2025) vom SV Büren alljährlich im August veranstaltet und gehört zum Hochstift-Cup. Von der Bürener Sportanlage „Am Bruch“ aus führen reizvolle Volkslaufstrecken durchs angrenzende Alftetal. Neben Kinder- und Jugendläufen kann man dort bei einem Firmen- und Einsteigerlauf von 5 km an den Start gehen oder sich der Hauptdistanz über 10,3 km stellen.

Der TrailRun von Brenken

ist ein vom SV Blauweis Brenken veranstalteter Volkslauf, der vom Brenkener Sportplatz aus gestartet wird. Da die Bürener Stadtmeisterschaft in den Lauf integriert ist, werden zum Anfang der Veranstaltung klassische Mittelstrecken – 800m und 1500m – für Schüler und Jugendliche ausgetragen, ehe man die Volksläufer auf 5- und 10km-Strecken schickt. Die Laufstrecken führen durch hügeliges Waldgebiet und sind teilweise recht anspruchsvoll.

Der Bad Driburger Brunnenlauf,

auch Sachsenringlauf genannt,

folgt mit seiner Langdistanz von 20,5 Kilometern einer großen Wanderwegschleife rund um den ostwestfälischen Kurort Bad Driburg. Auf vier langen Steigungen sind auf dem einen Trailrunning ähnelndem Kurs insgesamt 590 Höhenmeter zu bewältigen. Aus diesem Grund wird der Sachsenringlauf auch oft als „Kleiner Hermann“ bezeichnet. Man kann dort aber auch an einem Schülerlauf über 1000m teilnehmen, sich für die 4,5km-Einsteigerstrecke entscheiden oder über die klassische 10km-Volkslaufdistanz starten. In einem aber sind alle Strecken im landschaftlich schönen Eggegebirge rund um Bad Driburg gleich: Sie sind echt anspruchsvoll.

Der Berglauf in Hötter- Ovenhausen

wird vom TuS Ovenhausen an einem Freitagabend im August ausgetragen. Neben einer verkürzten Distanz von 1,2 km mit 50 Höhenmetern für den Nachwuchs führt die Original-Berglaufstrecke vom Sportplatz Ovenhausen aus über eine Länge von 3,2 Kilometern mit 170 Höhenmetern bis hinauf zum Kapernberg, auf dem sich das Ziel befindet. Von hier aus kann man sich mit einem Shuttle zum Start zurückfahren lassen oder dieses zu Fuß als Auslaufen selbst gestalten.

Der 3. Kloster-Lauf Rheda-Wiedenbrück

ist ein von der *Kloster Wiedenbrück e.G.* veranstalteter Volkslauf im August. Angeboten werden eine flache 5-km-Wendepunktstrecke entlang der Ems mit Start und Ziel beim Kloster Wiedenbrück und ein 13 Kilometer-Lauf von der Abtei Varensell zum Kloster Wiedenbrück mit teilweise neuer Streckenführung. Nach dem Lauf gibt es eine allseits beliebte After Run-Party im sommerlichen Klostergarten.

Der Bielefelder AOK- Firmenlauf

wird von der Bielefelder Event& Marketing UG veranstaltet und traditionell an einem Spätnachmittag im August vor dem Bielefelder Rathaus gestartet. Auf einem 6 Kilometer-Rundkurs durch die Bielefelder Altstadt soll nach Empfehlung des Veranstalters nicht so sehr der Leistungsgedanke im Vordergrund stehen, sondern eher der Slogan gelten: „*Gemeinsam mehr bewegen! 5 km laufen oder walken für das Betriebsklima*“. Die Teilnehmerzahlen bei diesem in 11.Auflage (Stand 2025) veranstalteten Firmenlauf sind im Vergleich zu üblichen Volksläufen ungewöhnlich hoch.

Der Ugandalauf in Verl-Bornholte

ist ein Spendenlauf, der seit 21 Jahren von der Ugandahilfe Verl e.V. veranstaltet wird. Start und Ziel sind am Schmiedestrang in Verl-Bornholte, am Haus des Bürgervereins “Hühnerstall“. Von dort läuft oder wandert man ab 11,00 Uhr auf zwei durchweg flachen Strecken(5,6 und 10,2 km) durch den Holter Wald. Für jeden zurückgelegten Kilometer entrichtet man 70,- Cent (oder gern mehr) als Startgebühr für die Ugandahilfe. Diese versteht sich als Hilfsorganisation mit der Zielsetzung, die medizinische Versorgung der Bevölkerung in Uganda nachhaltig zu verbessern. Das geschieht auf direktem



Ugandalauf 2025: Laufen im Holter Wald ist ein eindrucksvolles Naturerlebnis.

Weg, kontrolliert und ohne irgendwelche Zwischenstationen. So unterstützt die Ugandahilfe (Stand 2025) fünf Krankenhäuser, 18 Erste- Hilfe-Stationen und ein Waisenheim in Uganda.

Der Volkslauf um den Auensee in Espelkamp

findet traditionell im August statt und wird vom ATSV Espelkamp organisiert. Die weitgehend flachen Laufstrecken liegen im Wald- und Parkgebiet rund um den Auensee. Der Nachwuchs läuft 1700 m, während sich die Volksläufer zwischen 3,5km und 10km entscheiden können.

Der Detmolder Residenzlauf

wurde bereits 1982 -als damals „Detmolder Stadtlauf“- von dem Hiddeser Laufpionier Willi Stiegmann ins Leben gerufen (Siehe Seite 36!)



Start zum „Zehner“ beim Detmolder Residenzlauf 2022
ein anerkannter Klassiker unter den Stadtläufen in OWL.

Bei der heute vom Detmolder Stadtsportverband organisierten und von Sohn Henning Stiegmann geleitete Veranstaltung sind Start und Ziel sowie maßgebliche Teile der Rundstrecke durch die Detmolder Innenstadt weitgehend unverändert geblieben. Nur das Programm hat sich um Kinder- und Schülerläufe sowie eine 5km-Distanz ausgeweitet.

Nach wie vor bleibt der Detmolder Residenzlauf

Der Wöhler-Lauf „Rund um die Aabachtalsperre“

Die asphaltierte für den Kfz-Verkehr gesperrte Kleinstraße, welche sich kurvenreich um die Aabachtalsperre schlängelt, gilt seit dem Bau des Stausees als ein Eldorado für Läufer wie Inliner- Skiroller- und Radfahrer. Durch den Wöhler - Volkslauf bekam die auf 10 km erweiterte Seerunde unter Läufern einen zusätzlichen Ruf als „schneller Zehner“. Gleichermaßen gilt auch für die 5 km- Distanz. Die Läufe werden nahe der Sperrmauer gestartet. Die Halbmarathonläufer verlassen jedoch die schnelle Seerunde auf halber Distanz und toben sich dann im umliegenden hügeligen Waldland aus. Verständlicherweise ist das nicht ganz so schnell wie der flache Uferkurs, jedoch ist der Lauf am Aabach allein schon durch das eindrucksvolle Naturerlebnis wie auch die perfekte Organisation ein lohnendes Ziel im OWL-Volkslaufgeschehen.



Start zum 10 km-Lauf 2014 um die Aabachtalsperre

Der Lemgoer Hanselauf

welcher immer am letzten Freitag im August vom TV Lemgo v.1893 ausgetragen wird, ist mit seinen bisher 40 Auflagen (Stand 2025) ein traditioneller wie beliebter Stadtlauf. Vor allem seine Teilnehmerzahlen im Kinder- und Jugendbereich sind imponierend. Start ist mitten in der Stadt, am Lippegarten. Von dort führt die Rundstrecke über die Wallanlagen und zum Lippegarten zurück. Ausgetragen werden am Nachmittag zunächst ein Bambinilauf und ein 1,5km-Schülerlauf, ehe es gegen Abend über die Distanzen von 3.3 km, 6,6 km und letztlich als Höhepunkt die 10 km geht.

Exter Flex Run Der Exter FlexRun ist eine flexible Laufveranstaltung, die erstmals am 23. August 2025 im Sparkassen Sportpark Exter in Vlotho stattfand. Das Besondere ist das Baukastenprinzip: Läuferinnen und Läufer können zwischen 1 und 4 Runden à 10,5 km wählen und so flexibel Distanzen bis zur Marathonlänge laufen.

Vom Bergstadt- bis zum Urlandlauf

Die Volkslaufhistorie von Oerlinghausen beginnt mit der Gründung der LG Oerlinghausen durch die lokalen Laufsport-Pioniere Eberhard Rauscher und Horst Biere. Unter deren Regie entstand 1985 der Bergstadtlauft, der mit Start und Ziel beim Parkplatz Amtsgarten in drei knallharteten Stadtrunden über 5 Kilometer ausgetragen wurde. Doch, da der Bergstadtlauft-Kurs mit seinem gefürchteten Steilanstieg den Piepenbrink hoch die Volksläufer allzu sehr verschreckte, entschärfte man die Strecke und kürzte sie auf



10 Kilometer. In dieser Tradition lebte der Bergstadtlauft über Jahrzehnte, bis ein neuer Vorstand der LG den Volkslauf aus der Stadt auf den Segelflugplatz verlegte. Aber das Laufen über die freie Pläne fanden die Volksläufer nicht so gut wie das lebhafte Gewusel durch die Zuschauerspaliere der Bergstadt, und so kam der Lauf nach drei Austragungen wieder zurück in die Stadt. Hier wurde er an das traditionell im August stattfindende Oerlinghäuser Urlandfest gekoppelt und in Urlandlauf umbenannt. Mit Start und Ziel beim Rathausplatz werden nun am Freitagabend vor dem Urlandfest nach einem einleitenden Kinderlauf die Urland-Läufer von der Innenstadt aus auf Strecken geschickt, So kommt der Urlandlauf als ein interessanter Mix zwischen Stadt- und Landschaftslauf im ostwestfälischen Volkslaufgeschehen bestens an.

Der Grafschaftslauf – eine Idee von drei Bürgermeistern

Nicht immer kommen die Initiativen zu Volksläufen aus unseren Sportvereinen. So vereinbarten 2018 die drei Bürgermeister der benachbart liegenden Städte Schloß Holte-Stukenbrock, Verl und Rietberg die Veranstaltung eines Volkslaufes durch die ehemalige Grafschaft Rietberg. Der im Spätsommer 2021 erstmals ausgetragene Grafschaftslauf wird auf dem Gut Rietberg gestartet und führt über Verl-Kaunitz bis zum Jagdschloss Holte. Das Motto dieses ca. 28 Kilometer langen Landschaftslaufes lautet in Anlehnung an die Historie der Grafschaft Rietberg „*Laufend Geschichte erleben*“. Die Organisation liegt bei dem Verler Triathleten Thorsten Nöthling, der dabei einige in der Grafschaft ansässige Vereine mit eingebunden hat. Um eine Teilnahme am Grafschaftslauf auch für Freunde kürzerer Laufstrecken zu er-



Landschaftserlebnis beim Entlanglaufen am „Steinhorster Becken oder fröhliches Trabben auf den idyllischen Flachstrecken... wie hier (2025) zwischen Kaunitz und Liemke. Beides gehört zum Grafschaftslauf.



möglichen, wurden zusätzlich zur Hauptdistanz noch Kinder- und Jugendläufe, Dreierstaffeln, sowie eine 10 km'- Teildistanz von Kaunitz bis Schloss Holte eingefügt. Ferner kann man die Grafschaftslaufstrecke auch als Wanderer zurückzulegen. Der Grafschaftslauf dürfte sich aktuell noch in der Entwicklungsphase befinden.

Der Bokeler Volkslauf,

welcher seine Premiere zum Augustende 2025 feierte, wurde unter der Organisationsleitung von Chrtistoph Bresser ein schöner Erfolg. Angeboten wurden eine 3 km-Distanz über 2 Runden und ein 6 km- Lauf über vier Runden durch den Rietberger Ortsteil Bokel. Rund 200 Läufer/innen stellten sich den Distanzen, unter ihnen bekannte Leistungsträger in OWL wie die Damensiegerin Michelle Rannacher von der DJK Gütersloh.

Volksläufe im Herbst

September, Oktober, November

Der Stadtwerke Run & Roll in Bielefeld

ist ein von den Stadtwerken Bielefeld gemeinsam mit der Bielefelder Marketing veranstalteter Volkslauf, der ab 2004 ursprünglich auf der damals neu erbauten Stadtautobahn „Ostwestfalendamm“ ausgetragen wurde. Im September 2021 wurde der Lauf in die Bielefelder Innenstadt verlegt und ist somit als ein Citylauf in der Bielefelder Altstadt anzusehen.

Das Programm wurde damit mehr und mehr den bewährten Stadtlaufprogrammen angepasst. Beginnend mit einem flotten 15-Kilometer Inlinerlauf des Westdeutschen Inlinercups messen sich im sog. moBiel-Schülerlauf die Jugendlichen auf einer 2,5 Kilometer langen Altstadtrunde, ehe sich die Bambinis auf einer 550 m langen Kurzstrecke rund um den Kesselbrink austoben. Danach starten die Volksläufer mit dem Stadtwerke-Cup zusammen mit dem Active Trail Road Cup über 10,3 Kilometer. Den Abschluss bildet der BiTel Team & Friends Run, ein gemeinsamer Lauf über 5,75 Kilometer von mindestens zwei Personen aus Vereinen, Unternehmen und privaten Gruppen.



*Eine Szene aus dem Pionierjahren des Run & Roll auf dem damals neu erbauten Ostwestfalendamm.
Der Run & Roll hat sich inzwischen zu einem Bielefelder Stadtlauf mit umfangreichem Programm gewandelt.*

Der Westenholzer Abendlauf

ist eine vom SuS Westenholz organisierte Freitagabend -Veranstaltung zum Septemberanfang, bei der das gesamte übliche Volkslauprogramm angeboten wird.

Ausgehend vom Begegnungszentrum Westenholz werden ab 16:00 Uhr folgende Läufe gestartet: Für Bambinis: 700 m), für Kinder und Jugendliche: 3 km, für Einsteiger und Firmenläufer: 5 km, für Volksläufer und Walker (10 km) und letztlich eine Langdistanz von 20 Kilometern. Beim Firmenlauf ist eine Mannschaftswertung für Teams aus Firmen und Vereinen ausgeschrieben, deren Mannschaftsstärke bei 6 Läufer/innen liegt. Die Strecken sind weitgehend flach und schnell zu laufen, jedoch nicht offiziell vermessen.

Der Navigator –Firmenlauf in Gütersloh

ist ein seit 2017 zum Monatswechsel August/ September in Gütersloh von der rb sports&eventmarketing veranstalteter Firmenlauf, bei dem Läufer/ innen aus Firmen, Schulen oder Sportvereinen über zwei Distanzen an den Start gehen können. Jeweils an einem Mittwochnachmittag um 18: 00 Uhr wird auf dem Theatervorplatz auf der Barkeystraße zunächst der *Navigator Light Lauf* auf eine 2,5 km lange Laufrunde durch die Innenstadt geschickt, ehe um 18: 45 Uhr der stark besetzte Hauptlauf über 5 km ausgetragen wird.

Der Gütersloher Firmenlauf ist Teil der Sparkassen Nightcup-Laufserie, die insgesamt 5 Läufe in der Region umfasst. Siehe Näheres dazu auf Seite 52!

Das ASG-Bahnmeeting

ist ein zum Septemberanfang stattfindender Läuferabend der ASG Teutoburger Wald im Ölbachstadion von Schloss Holte-Stukenbrock, bei dem es primär um das Erreichen möglichst schneller Laufzeiten geht. Gleichzeitig wird die Stadtmeisterschaft über 5000m von Schloss Holte-Stukenbrock ausgetragen. Nach einleitenden Kids-, Schüler- und Jugendläufen (ab 16:40 Uhr) werden (ab 18 Uhr) fünf Zeitläufe über 5000m gestartet, bei denen unter dem Einsatz von Pace-light, Tempomachern und Musikunterhaltung bestmögliche Laufzeiten angestrebt werden. Die Starterfelder sind nach den aktuellen Leistungsangaben der Voranmeldungen wie folgt eingeteilt: 18:00 h: Zeitlauf E (Lauf für alle)

18:35 h: Zeitlauf D (< 23:00 min)

19:05 h: Zeitlauf C (< 20:00 min)

19:30 h: Zeitlauf B (< 18:30 min)

20:00h: Zeitlauf A (< 17:00min)



Bei Bahnläufen mit guten Pacemakern purzeln allgemein die persönlichen Bestzeiten.

Wenn es dunkelt auf der Bahn und der Finallauf der Asse startet, dann wird es turbulent, schnell und laut im Ölbachstadion. Hier der Start zum A- Lauf 2023

Der Altenaulauf des SC Borchken

Als Wolfgang Wahle, ein in Jugendjahren leistungsstarker Mittel- und Langstreckenläufer, im Frühjahr 1972 einen Lauftreff beim SC Borchken ins Leben rief, begann damit eine große, inzwischen über ein halbes Jahrhundert alte Laufsport-Tradition im Altenautal. Bereits 1977 gründete sich beim SC Borchken eine Leichtathletikabteilung, und schon ein Jahr später fand der erste Altenaulauf statt.

Dieser traditionell im September veranstaltete Lauf genießt wegen seiner idyllischen Führung entlang der Altenau und seiner soliden Organisation einen besonderen Ruf unter den Volksläufen in OWL .

Nach einleitenden Schüler- und Jugendläufen werden auf flachen Wendepunktkursen im Altenautal Volksläufe über 5 und 10 km ausgetragen, die bei festen Untergründen schnelles Lauftempo ermöglichen und daher beste Voraussetzungen für gute Laufzeiten bieten. Die Route des Halbma-



Start zum Borchener Altenau-Lauf. Man kann sich auf schnellen wie auch herausfordernden Strecken beweisen.



Wolfgang Wahle, Volkslauf-Pionier im Altenautal

rathons stellt dagegen eher eine physische Herausforderung dar, denn sie verlässt das Altenautal und führt bei insgesamt 200 Höhenmetern über Feld- und Waldwege durchs reizvolle Umland . Im

Altenautal kann man sich also als Tempo- wie auch als Landschaftsläufer beweisen.

Der Hermes Charity- Run in Löhne

wird seit September 2021(Stand 2025) von der Hermes Einrichtungs Service GmbH & Co. KG im Kontakt mit der TuRa Löhne im September veranstaltet. Er ist unterteilt in einen Einzellauf für Jedermann und einen Firmenlauf für Firmenteams Für einen guten Zweck kann man dort als Einzelläufer über 9,6 km und als Firmenläufer über 5,6 km starten. Start 11:00 Uh am Hermes-Logistik-Zentrum.

Der Volkslauf in St. Vit

ist eine vom Verein „ *Laufen und Gutes tun*“ (LuGt) organisierte Samstagsnachmittagsveranstaltung, Die ab 16:00 Uhr vom Küsterhaus in St.Vit aus gestarteten Strecken sind wie folgt aufgegliedert:

1 km für Bambinis, 2,1 km für Schüler/innen, 4,8 km für Firmenläufer und Einsteiger, 10,1 km für Volksläufer. Dazu finden noch Inlinerläufe für Schülerinnen(2 km) und Schüler (4km) sowie 9,1 km für jedermann) statt. Der Erlös des Laufes geht an soziale Aktionen (wie z.B. die Paleativ-Medizin)

Der Delbrücker Katharinenlauf

Ist eine alljährlich zum traditionellen Delbrücker Katharinenmarkt organisierte Freitagabend-Veranstaltung, deren Träger SW RW Bentfeld ist. Start- und Zielgebiet liegen am Katharinenmarktgelände Schlaunstraße/Südstraße. Neben einem Nachwuchslauf von 850 Metern für Schüler und Jugendliche (W/M U16-U8) werden Volkslaufdistanzen von 5- und 10 Kilometern angeboten, deren Streckenlängen früher einmal offiziell vermessen waren, inzwischen vermessungstechnisch aber als „abgelaufen“ gelten. Sie sind somit nicht mehr bestenslistenfähig.

Der Delbrücker Katharinenlauf gehört zum Paderborner Hochstift– Cup.

Der Herbstlauf in Ovenhausen

ist ein im Oktober bereits in der 43. Auflage (Stand 2025) vom TUS Ovenhausen ausgerichteter Volkslauf, der vom Sportplatz in Ovenhausen aus gestartet wird und dessen Geländestrecken ins nahe gelegene Waldgebiet rund um den Kapenberg führen. Dort sind nach Austragung von Schüler und Jugendlaufdistanzen weiterhin Volksläufe über 4,5 km, 10 km und 20,8 km ausgeschrieben. Bei den Volkslaufstrecken handelt es sich durchweg um landschaftlich schöne, jedoch läuferisch herausfordernde Waldstrecken.

Der Benefizlauf in Hüllhorst

ist ein im Oktober von „Wiehensports Hüllhorst“ veranstalteter Einzel- und AOK-Firmenlauf. Von der alten Ziegelei in Hüllhorst-Schadhorst aus kann man dort auf folgende Strecken an den Start gehen:

Kinder- und Jugendläufe: 5- und 10 Kilometer-Volksläufe: 7 Kilometer Walking sowie AOK-Firmenlauf: 5 Kilometer.

Der Volkslauf in Druffel

wird vom Lauftreff der SG Druffel organisiert und findet alljährlich im September als Eröffnung des Druffeler Dorffestes statt. Anmelden kann man sich am Veranstaltungstag vor Ort ab 09:00 Uhr. Mit Start und Ziel am Bürgerhaus finden zunächst Läufe für Bambinis und Schüler statt, ehe die Volksläufer und

Walker über 10- und 5 km-Distanzen geschickt werden. Die durchweg in ebener Landschaft gelegenen Strecken rund um Druffel gelten als „schnell“ und somit als Garanten für ansprechende Laufzeiten. Die Atmosphäre beim Druffelner VL ist als angenehm herzlich bekannt. Man kann nach dem Lauf und den Siegerehrungen sein läuferisches Erlebnis gleich beim Dorffest feiern.



Volkslauf in Druffel: Erst laufen, dann feiern

Der AOK- Firmenlauf in Höxter

wird im September von der INTERSPORT Klingemann GmbH veranstaltet.

Mit Start und Ziel auf dem Höxteraner Marktplatz wird dort eine flache 5km- Laufstrecke als Rundstrecke durch die Stadt angeboten. Man kann als Einzelläufer/in oder auch innerhalb eines Dreierteam starten. Die Beliebtheit des Höxteraner Firmenlaufes äußert sich von allem durch die hohen Teilnehmerzahlen, die innerhalb von 10 Austragungsjahren die 1400m-Marke überschritten haben.



*Laufen in der
Höxteraner Innen-
stadt:
Farbenfrohes,
laufsportliches
Gewusel zwischen
altehrwürdigen
Fachwerkbauten.*

Der Auto Mattern Wölle-Lauf Herford

ist ein bereits seit 43 Jahren (Stand 2025) bestehender Volkslauf, der gemeinsam von den Vereinen Endspurt Herford und PSV Herford veranstaltet wird. Mit Start und Ziel im Herforder Ludwig Jahn-Stadion begibt man sich nach den einleitenden Kinder- und Schülerläufen auf einen Herforder Innenstadtkurs, auf dem man entweder 6,8 oder 10 Kilometer zurücklegen kann. Auch ein separater Firmenlauf über 6,8 km ist in die Veranstaltung integriert. Durch die lange Tradition des Herforder Wölle-Laufes ist das örtliche Publikumsinteresse recht hoch, was sich deutlich in einer lebhaften wie mitreißenden Stimmung an der Laufstrecke mit Sambatrommeln und fetziger Musik zeigt und damit eine positive Atmosphäre der Veranstaltung schafft.

Der Lütmarser Backyard Ultra,

ist eine interessante Veranstaltung, welche die Laufsportler vom TuS Lütmarsen und TuS Ovenhausen im Herbst 2021 begannen. Der Backyard Ultra ist ein extremer Langstreckenlauf über eine unbeschränkte Anzahl an Runden. Eine Runde misst 6,7 Kilometer. Die Läufer/innen haben jeweils genau eine Stunde Zeit, um je eine Runde zu laufen. Danach darf bis zum Start in die nächste Runde geruht werden. Die Regeln sind knallhart wie z.B: Unterwegs keine Betreuung, keine Stöcke erlaubt. Wer Müll weg wirft oder unpünktlich am Stunden-Start ist, fliegt raus.

Gestartet wird vormittags um 10:00 am Pfarrheim in Lütmarsen. Das Pfarrheim ist durchgehend als Ruhestation geöffnet. Stärkungen für Teilnehmer und Betreuer werden angeboten. Wer in der Veranstaltungszeit mehr als 30 Runden läuft, gewinnt eine Qualifikation für's Nationalteam der Ultra-Läufer.

(Der Andrang zum Backyard Ultra scheint riesig zu sein. Zu sein scheint riesig zu sein. Für 2025 war bereits zum Junianfang! ausgebucht.)



Der Lütmarser Backyard Ultra erinnert in gewisser Weise an die Blütezeit der Hundertkilometer-Läufe in Unna und Hamm, aus den 70-er Jahren, bei denen die sich aufopfrenden Organisatoren manchmal mehr leiden mussten als die Teilnehmer. Man sieht es hier an den mitleidsvollen Blicken, die einige Läufer, der offenbar eingeschlafenen „Helfermumie“ am Streckrand“ widmen.

Der Böckstiegellauf,

welcher an den berühmten Ravensberger Maler Peter-August Böckstiegel (+1951) erinnern soll, wurde im Herbst 2004 auf eine Idee von Andreas Evert vom LC Solbad ins Leben gerufen. Er sollte als langer Landschaftslauf als herbstliches Gegengewicht zum Hermannslauf im Frühjahr gesehen werden. Der Lauf führt auf den ersten Kilometern vom Teuto-Pass *Peter auf'm Berge* über den Hermannsweg hinauf zum Kamm des



Der Böckstiegellauf durch den frühherbstlichen Teuto ist ein herrliches Naturerlebnis... aber ganz schön hart.

Die Finisherzahlen des Böckstiegels, die inzwischen längst über 1000 liegen, beweisen, dass die Läufer dieses schätzen.

Teutoburger Waldes und schwenkt danach ins Tal auf Werther zu. Innerhalb der Gesamtdistanz von 18 Kilometern passieren die Läufer bei km 16 das Böckstiegelmuseum, ehe sie in der Innenstadt von Werther ihr Ziel finden. Neben der Hauptdistanz gibt es noch eine kürzere Variante von 10 Kilometern und einen Schülerlauf von 2,5 Kilometern. Es besteht ein Bustransfer von Werther bis zum Start in Bielefeld.

Der Böckstiegellauf, der anfänglich vom LC Solbad veranstaltet wurde ist inzwischen von der Sport-& eventmarketing Robert Becker übernommen worden.

Last uns doch einfach mal....

Die Streckenführung des Böckstiegellaufes von Bielefeld nach Werther kam bei der Geburt des Events durch eine skurrile Idee zustande:

Der erste Vorschlag, man solle doch den täglichen Heimweg des Malers nach Werther als Laufstrecke nehmen, wurde brusk mit der Bemerkung abgeschmettert, *der Künstler Böckstiegel habe sich doch sicher bequem durchs Tal bewegt, anstatt sich eine schweißtreibende Knautscherei durch den Teuto zuzumuten.*

Darauf meinte der engagierte Ravensberger Läufer Bernd Rieke trocken: „*Lasst uns doch einfach mal die Strecke laufen, die ich nach der Arbeit immer von Bielefeld nach Werther renne.“*

Gesagt, getan, und so kam eine landschaftlich sehr schöne wie läuferisch fordernde 18 km- Böckstiegellauf-Strecke durch den Teutoburger Wald zustande.

Fazit: Nicht immer sind es hochgeistige oder legendäre Hintergründe, die einen Lauf zum „Renner“ werden lassen.

Der Airport-Run Paderborn-Lippstadt

wird von der Flughafen Paderborn/Lippstadt GmbH im Zusammenwirken mit dem SC Grün-Weiß Paderborn veranstaltet. Mit Stand 2025 wird er wieder an einem Sonntag ausgetragen (2.11. 25). Ausgeschrieben sind drei Wettbewerbe, die aufgrund der außergewöhnlichen Flughafenbedingungen auch entsprechend außergewöhnlich sind. Begonnen wird um 13 Uhr mit einem Kids-Run über 1,7 Kilometer, der ausschließlich auf der Start und Landebahn des Airport ausgetragen wird, Die Volksläufe über 5 und 10 Kilometer starten auf der



Startlinie auf der Runway

Runway des Airports und führen nach 2,5 Kilometern übers Rollfeld ins hügelige Umland. Der Zieleinlauf ist längst des Flughafen-Terminals. Neben den Einzelwertungen wird auch eine Firmenlauf-Wertung in Zeitaddition der ersten drei ins Ziel gekommenen Läufer/innen einer Firma angeboten.

Der Paderborner Martinslauf

ist ein eindrucksvoller abendlicher Citylauf auf einem Zweikilometer Rundkurs durch die Altstadt Paderborns. Veranstalter sind das Osterlauf-Team des SC Grün-Weiß Paderborn im Zusammenwirken mit dem Laufladen Endspurt. Start und Ziel liegen auf dem Marktplatz, direkt vor dem Dom. Ausgeschrie-

*läufsport in
adventlicher
Atmosphäre
auf dem Pa-
derborner
Domplatz*



Der EGE Verler Citylauf

wird alljährlich am Vorabend zum Tag der Deutschen Einheit veranstaltet. Der Lauf wurde 2013 von dem Verler Triathleten Thorsten Nöthling ins Leben gerufen, aufgebaut und wird weiter von ihm als Veranstaltung des TV Verl geleitet. Man nutzt das Event gern für eine versöhnliche Laufleistung zum Saisonende, denn die dortigen (offiziell vermessenen und somit bestzeitenfähigen) Laufstrecken gelten allgemein als „schnell“. Das stellte u.a. beim Citylauf 2018 die Gütersloher DJK-Läuferin Michelle Rannacher unter Beweis, als sie über 10 Kilometer mit 35:43 Min. einen beachtlichen Gütersloher Kreisrekord erzielte.



Die Kinder- und Jungendläufe in Verl sind alljährlich stark besucht und haben schon manchmal Hinweise auf junge Lauftalenter erbracht.

Bei perfekter Organisation wird der Verler Citylauf bereits in den späten Nachmittagsstunden durch Läufe für Bambinis (500 m) und Schüler (1800 m)

eröffnet, ehe am Abend auf einem 2,5 km-Rundkurs jeweils ein 5 km-Einzellauf und ein 5 km-Firmen- und Mannschaftslauf ausgetragen werden, Finale und Höhepunkt des Verler Citylaufes ist ein alljährlich stark wie hochkarätig besetzter „Zehner“.

Bei Start und Ziel in der Ortsmitte laufen die gut organisierten Rennen in volksfestähnlicher Atmosphäre ab. Das alles hat maßgeblich dazu beigetragen, dass der EGE Verler Citylauf in nur wenigen Jahren zum anerkannten Renner unter den ostwestfälischen Cityläufen aufgestiegen ist.



Michelle Rannacher bei ihrem Kreisrekordlauf im Ziel des Verler Citylaufes 2018

ben sind eine 6 Kilometer Strecke von drei Runden und ein 10 Kilometer-Lauf über fünf Runden. Die Laufrunde führt durch eindrucksvolle Winkel der Paderstadt und an historischen Gebäuden vorbei, ehe sie mit einem finalen Anstieg, den Eselsberg hinauf zum Domplatz, zur läuferischer Herausforderung wird. Nicht nur durch die idyllische Streckenführung und - Ausleuchtung sondern in seiner gesamten Durchführung versprüht der Paderborner Martinslauf viel Charme und ist daher nicht nur laufsportlich ein Genuss.

Die Närrische Nacht von Steinheim

ist ein 11-Kilometer-Nachtlauf – exakt elf Nächte vor dem „*Elften Elften*“ – bei dem der Spaß absolut im Vordergrund steht. Veranstalter sind die Läufer der Steinheimer Karnevalsgesellschaft die (nach eigenen Angaben!) „*das Laufen nicht gar so bierernst nehmen*“. Wer aber glaubt, deswegen sei die „Närrische Nacht“ ein kleines Stelldichein von mehr Bratwurstessern als Läufern, der irrt gewaltig. So wurden in den Ergebnislisten von 2024 bei spielsweise mehr als 400 Finisher erfasst.

Start und Ziel liegen in der Karnevalshalle Steinheim. Ausgetragen werden Läufe von 5,5 und 11 Kilometern.

Die Laufstrecke der „Närrischen Nacht“ ist ein gut 5,5 km langer Rundkurs, der durchgehend mit Fackeln und Lichtern markiert ist.

Besonderes Highlight ist die anschließende *Party* mit Livemusik der *Kapelle Kamelle* in der Karnevalshalle, wo noch gemütlich das ein oder andere Elektrolytgetränk (oder Bier?) genascht werden darf. Läufer und Walker sind zu Salat und Bockwurst eingeladen.

Der Bielefelder Feuerwehrlauf

wird von der Freiwilligen Feuerwehr Bielefeld, Löschabteilung Sieker, veranstaltet. Er findet traditionell im Herbst vom Gerätehaus der Löschabteilung Sieker, am Hellweg 41, statt. Die Laufstrecken sind bei interessanten Führungen größtenteils in den bewaldeten Hang zwischen der Detmolder Straße und der Sparrenburg-Promenade gelegt. Nach einem einleitenden Mittelstreckenlauf über 1000 Meter werden Einzel- und Mannschaftsläufe über 5 km sowie ein Hauptlauf über 10 km ausgetragen.

Auf geht's ! Wehrleute, Läufer und Youngsters im bunten Gewusel



Der Flutlicht-Crosslauf Höxter

ist ein von den rührigen Leichtathletikfreunden des 1983 Lüchtringen organisierte Freitagabend-Crosslauf zum Saisonende. Die Veranstaltung hat bereits eine 21-jährige Tradition. (Stand 2025) Die Cross-Strecken liegen unter Flutlicht rund um das Lüchtringer Sollingstadion, in dem sich auch Start und Ziel befinden. Laufen kann man in allen Altersklassen. Die Lüchtringer Veranstalter sind als bewährte Crosslauf-Experten anerkannt und stehen für eine solide wie freundliche Organisation

Das Halloween Track Meeting in Bielefeld

ist ein spätherbstlicher Läuferabend der Bielefelder TG im Bielefelder Rußheide-Stadion. Unter Leitung von Matthäus Gruben werden dort Sprintdistanzen sowie Mittel- und Langstreckenläufe - bei Zusammenstellung von leistungsangepassten Starterfeldern - ausgetragen. Angeboten wird fast die volle Palette der Laufsportdisziplinen von 100m bis 5000m für alle Altersklassen. Dabei werden ab 5000 m gemischte Läufe für Frauen und Männer nach vorweg angegebenen aktuellen Leistungen zusammengestellt. Die Läufe beginnen um 18:00 Uhr und bilden nach 20:00 Uhr, wenn die „Fünftausender“, unter Flutlicht gestartet werden, den Höhepunkt der Veranstaltung.

Der Almetal- Marathon wird seit 8 Jahren (Stand 2025) durch eine Gemeinschaft von 12 an der Strecke gelegene Sportvereine organisiert und bietet vor allem naturliebenden Läufer/innen ein einzigartiges Lauf- und Landschaftserlebnis Die Gesamtstrecke führt von Büren-Ringelstein bis zum Ziel im Ahorn-Sportpark in Paderborn. Sie ist nicht amtlich vermessen und somit nicht bestzeitenfähig. Die Gesamtdistanz von Marathonlänge wird für HM-Fans aufgeteilt in einen „oberen Halbmarathon“ von Büren-Ringelstein nach Wewelsburg sowie einen „unteren“ Halbmarathon“ von Wewelsburg nach Paderborn ausgetragen. Zusätzlich ist eine 4 x 10,5 km Staffel ausgeschrieben. Man kann sich also für Die Gesamtdistanz sowie für eine der beiden HM-Teilstücke entscheiden oder innerhalb der Staffel starten. Naturliebhaber entscheiden sich beim HM meistens für den „oberen Halbmarathon“, bei dem es sich - traumhaft im Tal eingehüllt fühlend - am Flüsschen Alme entlanglaufen lässt. Läuferische „Keulertypen“ favorisieren mehr den „unteren Halbmarathon“, bei dem man aus dem weiter geöffneten Flußtal über einige ordentliche Rampen in die anliegenden Ortschaften hineinläuft.

Der Bahnkehraus der LG Burg Wiedenbrück

ist ein alljährlich zur Oktobermitte im Stadion Burgweg ausgetragener abendlicher 5000m Bahnlauf für Frauen und Männer aller Alterskategorien. Bei einfacher Organisation aber manchmal hochkarätiger Besetzung kann man seine Bahnlaufleistung zum Saisonende noch einmal geraderücken. Startgebühren werden nicht erhoben, man muss sich vorher aber anmelden und möglichst einen Rundenzähler mitbringen.

Der Lipperland Volksmarathon in Humfeld

geht in seinen Ursprüngen auf den ehemaligen „Humfelder Zwanziger“ zurück. (Siehe s.13 13!) Doch im Gegensatz zum „Zwanziger“ aus den sechziger Jahren gestaltet sich die heutige weiterhin vom TuS Humfeld organisierte Veranstaltung primär als ein Landschaftslauf. Zu diesem finden sich alljährlich im November gern die Marathonfans zum *Lipperland Marathon* zusammen. Das familiär organisierte Laufevent ist nicht *bestenlistenfähig*, bietet aber ein reizvolles und - ob der vielen Höhenmeter- herausforderndes Lauferlebnis. Die Ausschilderung am Berg im Mittelteil ist allerdings verbessigungswürdig, denn dort verlaufen sich immer wieder *Marathonis* wie *Halbmatrasthonis*.

Der Gütersloher Halbmarathon

ist eine traditionelle wie allgemein beliebte Laufveranstaltung der DJK Gütersloh zum Saisonende, bei der nicht nur die Halbmarathondistanz sondern das gesamte Programm eines Volkslaufes angeboten wird.



Beim Gütersloher Halbmarathon genießt man das Laufen durch herbstbunte Baumreihen verbunden mit dem Ziel, eine „schnelle Zeit auf schneller Strecke“ zu rennen....so wie hier beim HM 2025.



Start zum „Fünfer“ 2022 vor dem LAZ Nord

Angefangen mit einem Bambinilauf und Distanzen für Schüler von 800 und 1 000 Metern kann man dort über 5, 10 und 21.1 Kilometer aktiv sein. Start und Ziel der alljährlich sehr gut besuchten Laufveranstaltung liegen im oder beim Stadion des Gütersloher Leichtathletikzentrum (LAZ) Nord. Die Straßenlaufstrecken sind flach, läuferisch „schnell“ und durch offizielle Vermessung bestzeitentauglich. Nur gelegentlich kann der Herbstwind auf einigen Passagen den Läufern etwas zusetzen.

Die Tradition des aktuell 12.Gütersloher Halbmarathon (Stand 2025) begann bereits im Herbst 1996 in Verl . Unter der Initiative von Hansi Böhme wurden dort ein Halbmarathon und ein „Zehner“ auf einer Rundstrecke ausgetragen. Diese Veranstaltung wurde nach der Jahrhundertwende unter Ausweitung des bisherigen Programmes zum Gütersloher LAZ Nord verlegt.

Der 48. Warburger Oktoberwochen-Volkslauf

Die Warburger Oktoberwoche gilt mit ihrer bereits über 75-jährigen Tradition als das beliebteste und größte Volksfest im ostwestfälisch-hessischen Grenzbereich. Kulturelle und sportliche Veranstaltungen umrahmen zusätzlich das Fest. Letzteres, nämlich das Einbinden von Sportveranstaltungen, machten sich die Warburger bereits in den fünfziger und sechziger Jahren zunutze. (Siehe dazu den Vermerk über die Warburger Kreismeisterschaften 1957 auf Seite 44) Der leistungsstarke Warburger Mittelstreckenläufer Felix Moldenhauer hatte 1958 den guten Gedanken, das prominente Oktoberfest für die Entwicklung des Laufsports zu nutzen und lud die besten Läufer der Region zu einem 1500m-Einladungslauf auf der Hüffert-Kampfbahn ein. Ungeachtet der damals unzureichenden Länge der Hüffert-Aschenbahn (...diese lag bei ca. 360 Metern) hatte Moldenhauer die 1500 Meter exakt eingemessen. Dieser 1500m-Einladungslauf war vermutlich der Anfang der Laufsportveranstaltungen zur Oktoberwoche, denn in den sechziger Jahren fanden zum Oktoberfest weitere Läufe statt. Nach dem Beginn der Volkslaufwelle in den sechziger Jahren, entstand der inzwischen 48. Warburger Oktoberwochen-Volkslauf. (Stand 2025)

Dieser wird heute vom Warburger Sportverein 1884 mit Start und Ziel auf dem Sportplatz Diemelaue in der Warburger Unterstadt veranstaltet und bietet nach einem einleitenden Laufprogramm für Bambinis, Schüler und Jugendliche Volkslaufstrecken über 5 und 10km sowie eine Halbmarathondistanz an.

*Die Laufsport-Tradition beim Warburger Oktoberfest begann bereits 1958 vor kleiner Kulisse auf der Hüffert Kampfbahn mit einem Einladungslauf über 1 500 Meter.
(3. v. links Initiator Felix Moldenhauer)*



Läufe zum Jahresausklang

November - Dezember

Der Ultratrail „Rund um Werther“

wird zum Novemberanfang vom Wanderparkplatz an der Gaststätte Friedrichshöhe, Kaiserstraße 46, Steinhagen, gestartet. Die insgesamt 47 km lange Strecke (über Garmin und Komoot- Systeme geführt) verläuft über 31 km auf dem "Rundwanderweg Werther", der das gesamte Stadtgebiet von Werther umfasst und die Innenstadt mit den Ortsteilen Häger, Theenhausen, Isingdorf, Rotingdorf und Rotenhagen verbindet. Zusätzlich wird dann noch eine Schleife in Richtung Bielefeld zum Tierpark Olderdissen angefügt. Das Teilnehmerlimit liegt bei 20, Es besteht Selbstversorgung beim Lauf.

Der Robert Hannemann- Gedächtnislauf



wird seit 2016 an einem Sonntag im Spätherbst zum Gedenken an den legendären Mindener Leichtathletik- Pionier Robert Hannemann vom SV 1860 Minden an einem Sonntag zum Novemberanfang veranstaltet. Start und Ziel der Läufe liegen in der Parkanlage Weser glacis nahe beim Weserstadion. Ab 11:00 Uhr kann man nach einleitenden Mittelstrecken –Distanzen für Schüler und Jugendliche auf weitgehend flachen und somit flott laufbaren Parkrunden über 5 und 10 km starten.

Robert Hannemann, SV 1860 Minden, hat für die Leichtathletik in Minden vor allem in den fünfziger und sechziger Jahren viel bewegt.

Der Detmolder Herbstlauf

welcher in bereits 41-ter Auflage alljährlich im Spätherbst vom SV Diestelbruch –Mosebeck veranstaltet wird, könnte als eine Wiederaufnahme des prominenten Diestelbrucher Crosslaufes aus den sechziger Jahren angesehen werden. Start und Ziel liegen - so wie seinerzeit beim Cross - an der Grundschule in Diestelbruch, von wo aus die sanft hügeligen Volkslaufstrecken durch den angrenzenden Diestelbrucher Wald führen. Nach einem einleitenden Schülerlauf über einen Kilometer kann man auf Distanzen über 10 und 20 km an den Start gehen.

Trail Im Schatten der Hünenburg

Zum Novemberende kann man sich unterhalb der Bielefelder Hünenburg einem anspruchsvollen Trail stellen. Vom Parkplatz „Zweischlingen“ aus legt man auf fünf Laufrunden insgesamt 46 Laufkilometer zurück. Die Strecke führt über anspruchsvolle Trails mit vielen Höhenmetern sowie steilen Anstiegen und Serpentinen. Gestartet wird Samstags um 08:00Uhr. Getränkeversorgung auf der Runde ist geplant. Ferner kann man sich auf dem Parkplatz aus dem eigenen Kofferraum individuell verpflegen.

Der Adventslauf in Lage

findet alljährlich im Dezember, zum 2. Advent, statt und wird – so wie der Hörsterberg-Volkslauf – von der TG Lage unter Leitung ihres erfahrenen Organisators Jörg Winter veranstaltet. Die überwiegend über Wald- und Feldwegen verlaufenden 5- und 10km-Strecken für Läufer und Walker sind landschaftlich reizvoll und haben nur moderate Steigungen. Die vorweihnachtlich geschmückte vereinseigene Turnhalle der TG Lage bildet für Läufer und Walker vor und nach dem Lauf einen gern aufgesuchten Treffpunkt für ein Pläuschchen bei angenehmer Bewirtung zum läuferischen Saisonende. Dieses und auch die vergleichsweise niedrigen Startgelder ließen den Lauf bei vielen Laufsportlern zu einem festen Termin werden.

Jörg Winter ist ein seit Jahrzehnten aktiver Läufer wie unermüdlicher Organisator bei der TG Lage.



Zum Saisonende kommen echte und unechtes „Nikoläuse“ gern zu einem entspannenden Läufchen nach Lage.

Der Rietberger Adventslauf

wird vom lokalen Sportverein Viktoria Rietberg seit 18 Jahren am Samstag vor dem 3. Advent veranstaltet. Die Strecken von zwei in den Abendstunden gestarteten Läufen führen durch die weihnachtlich beleuchtete Innenstadt und werden in den spektakulären Abschnitten von einem dichten Zuschauerspalier umsäumt.

Dadurch kommt Bombenstimmung auf. Die durchweg flachen und flott laufbaren Strecken sind ursprünglich DLV-vermesssen. Sie wurden 2025 infolge einer Großbaustelle kurzfristig abgeändert, sollen für die Zukunft jedoch die ursprüngliche Führung wiederbekommen..



Der Wiedenbrücker Christkindl-Lauf.

der alljährlich zum Dezemberanfang im Zusammenhang mit dem Christkindlmarkt ausgetragen wird, bleibt nach wie vor einer der bedeutendsten Höhepunkte unter den Volksläufen.in OWL (Siehe Seite 35 !)

Der Borgholzhausener Weihnachtscross

hat eine Tradition von inzwischen 54 Jahren (Stand 2025) und findet zur Dezembermitte statt. Er wurde in den Gründerjahren des LC Solbad von Friedhelm Boschulte ins Leben gerufen. Seine Strecke wurde im Laufe der Zeit mehrfach verändert. Zuerst fand der Lauf mit Start und Ziel am Rand des Barenberges statt. Dann wurde die Organisation an die Borgholzhausener Turnhalle verlegt. Mit Fertigstellung des Ravensberger Stadions 1998 wurde dieses zum Organisationszentrum des Crosslaufes. Zwei Streckenlängen sind ausgeschrieben. Vom Start aus hat man zunächst einen steig bis zum Fuß des Barenberges. Danach legt man für die 16-Kilometerdistanz zwei ziemlich anspruchsvolle Runden zurück, während man für den 10-Kilometerlauf nur eine Runde läuft. Im flotten Finale geht's darauf hinab zum Stadion ins Ziel. Die Organisation beim LC Solbad ist routiniert wie freundlich. So ist der Weihnachtscross mit seinen nikolausbemützten-Streckenposten, ein schöner Einstieg ins bevorstehende Weihnachtsfest.



Die Crosser haben dem Barenberg geschafft und stürmen hinab zum Ziel... und der Nikolaus schaut sich das gelassen an.

An-

Der Weihnachtslauf von Lipperreihe

dessen Gründung noch auf den Lipperreiher Laufpionier Fritz Dittmann vor über 50 Jahren zurückgeht und der dann langzeitig vom Oerlinghauser LG-Laufmotor Horst Biere hochgehalten wurde, liegt weiter in den bewährten Händen der LG Oerlinghausen mit ihrer derzeitigen Vorsitzenden Nicole Pott-Papenkordt. Er findet traditionell in der zweiten Dezemberhälfte statt.

Vom Start bei der Lipperreiher Grundschule aus kann man sich als Läufer oder Walker auf eine landschaftlich schöne, jedoch ziemlich herausfordernde 10-Kilo-

meter-Runde durch den Teuto unterhalb des Brunsberges begeben. Eine solide wie herzlich-persönliche Organisation rundet das angenehme Lauferlebnis ab.



Der Lipperreiher Weihnachtslauf erfreut durch eine schönen Naturstrecke. Aber da gibt es auch diesen „fiesen Hügel“ aus dem Schopketal heraus, der es in sich hat. (Bild rechts)

Der Häcker Silvesterlauf in Rödinghausen

ist eine beliebter Volkslauf, der seit 2000 jährlich am 31. Dezember stattfindet. Organisiert vom CVJM Rödinghausen, zieht der Lauf Teilnehmer aus der Region und darüber hinaus an. Die Teilnahme ist kostenfrei, man darf gern spenden. Die 11km-Strecke umfasst einen zweimal zu laufenden Rundkurs durchs Wiehengebirge. Highlight ist die Aktion der Sponsorenfirma Häcker Küchen, die für jeden Finisher einen Quadratmeter Wald aufforsten will, um Nachhaltigkeit zu fördern. Gestartet wird um 11:00 Uhr an der Futterwiese mit einem Startschuß vom Rödinghauser Bürgermeister.

Der Gütersloher Silvesterlauf

gilt mit seiner Tradition von 41 Austragungen (Stand 2025) als der anerkannte Klassiker unter den ostwestfälischen Silvesterläufen. Organisiert vom Post -SV Gütersloh mit seiner rührigen Vorsitzenden Sara Kaesler werden am Silvesternachmittag, ab 13:00 Uhr, vom Gütersloher Sportplatz Kamphof ausgehend zwei Silvesterlauf-Wettkämpfe ausgetragen.

Schnelle Flachstrecken

Die durchs flache Gütersloher Umland führende asphaltierten oder befestigten Silvesterlaufstrecken über 5 und 10 Kilometer sind nicht verbandsseitig vermessen, wenngleich dort seit Jahrzehnten Streckenrekorde geführt werden, von denen die Zehnerdistanz Deutschlands derzeit bester Marathonläufer Amanal Petros mit 30:26 min anführt. (Stand 2025)

Die Organisation des Post -SV Gütersloh ist routiniert und eingespielt. Man fährt nach getanem Lauf mit gutem Gefühl heimwärts zur Silvesterfeier... und das tut zum Saisonende richtig gut.



Amal Petros bei seinem Rekordlauf 2022

*Getreu dem schönen Vers:
„Vorn wird gekeult und hinten
lascher Zuckelrab, beim Güters-
loh- Silvesterlauf gehts zweierlei
ab....“*

Läufe, die eingestellt wurden

Manch langzeitig bekannte und gern besuchte Traditionsveranstaltung in OWL findet leider manchmal ein Ende. Die Gründe sind vielschichtig. Manchmal kommt es zum Ende seines Volkslaufes, wenn Organisationsteams von Vereinen derart schrumpfen, dass die immer weniger verbleibenden Ehrenamtlichen die Arbeit nicht mehr stemmen können. Manchmal ist Schluss, wenn die „Motoren“ oder Organisationschefs fortziehen oder aus Altersgründen aufhören müssen. Manchmal treiben eigene Ansprüche oder behördliche Auflagen die Gesamtkosten eines Volkslaufes derart in die Höhe, dass dieser finanziell ein Minusunternehmen wird.

Vor allem für kleine Vereine, die oft Volkssportveranstaltungen über Jahre mit sehr viel Herzblut und Charm organisiert haben, ist das „Aus“ – auch im Innenleben des Vereins – ein herber Schlag. Man kann und sollte da nicht von außen urteilen.

Nach mir bekannten Informationen, die sicherlich nicht vollständig sind, wurden seit Beginn der Volkslaufzeit folgende Volksläufe eingestellt:

- * Der Bielefelder PSV-Volkslauf, nach 25 Austragungen,
- * Die Volksläufe in Sennestadt, Friedrichsdorf und Silixen,
- * Die Volksläufe an den Externsteinen
- * Der Diestelbrucher Crosslauf nach drei Austragungen
- * der Vinsebecker Volkslauf, nach 40 (!) Austragungen,
- * der Harsewinkeler Volkslauf, nach 56 (!) Austragungen
- * Die Marathonläufe rund um die Senne,
- * der Sudbracklauf „Rund um den Meierteich, nach 33(!) Austragungen,
- * der Hiddeser Volkslauf, nach 42 (!) Austragungen,
- * der Parklauf Hardehausen nach 25 Austragungen,
- * der Volkslauf in Steinhagen
- * Die Volksläufe der LGF Lage/ Detmold in Augustdorf.
- * das Finnenbahn-Meeting der ASG Teutoburger Wald, nach 24 Austrag.
- * der Gütersloher Dalkelauf, nach 39 Austragungen
- * der Rietberger Volks-und Straßenlauf
- * der Sieben Teiche-Lauf in Brake,
- * der Safari- und danach Citylauf des FC Stukenbrock,
- * der Berg-Einzellauf in Borgholzhausen,
- * der Berglauf in Lügde,

Der **Lagenser Zieglerlauf und der Harsewinkler Night Cup**, die beide im Jahr 2025 ausgefallen sind, sollen nach Auskunft der Veranstalter ab 2026 wieder stattfinden.

Epilog

Wie wird es weitergehen?

Die Volksläufe in Ostwestfalen werden sich weiter wandeln, ganz wie sich auch unser tägliches Leben im Zug der Zeit wandelt. Es wird neue Trends, neue Austragungsformen und sicherlich immer wieder tüchtige Organisatoren wie neue Organisationsformen geben. Nicht alles wird man voraussehen können, aber sich anbahnende positive Entwicklungen sollten die Verantwortlichen im Fachverband wie auch in den Vereinen aufmerksam beobachten und rechtzeitig fördern.

Die Stadionbahnen wiederentdecken

Wie sich die zu beobachtende Renaissance des Bahntrainings und der Stadionwettkämpfe im Laufsport weiter entwickelt, werden uns die nächsten Jahre gewiss zeigen. (Siehe hierzu den Beitrag auf S. 41!)

Neben den rein sportlichen Vorteilen deuten sich hier auch positive Formen des sportlichen Zusammenlebens an.

So kann man beispielsweise beobachten, dass beim Bahntraining zunehmend Verabredungen für gemeinsame Wettkampfteilnahmen getroffen werden, sei es zu Startvorhaben oder zum Support der aktiv Startenden. Die kleine Fangruppe aus dem eigenen Verein am Bahn- oder am Streckenrand macht jeden Wettkampf zweifellos interessanter und wirkt sich in so manchen Situationen sicherlich auch auf die Laufleistungen aus. Hier können die Vorstandsleute der Vereine, die Leicht-



Bahnläufe können herrlich spannende Rennen sein. Wenn Läufer wie Läuferinnen ihrem aktuellen Leistungsniveau entsprechend in die Starterfelder eingeteilt sind, dann geht „so richtig die Post ab“. Hier das Feld der C-Gruppe beim Bahnmeeting 2024 der ASG Teutoburger Wald.

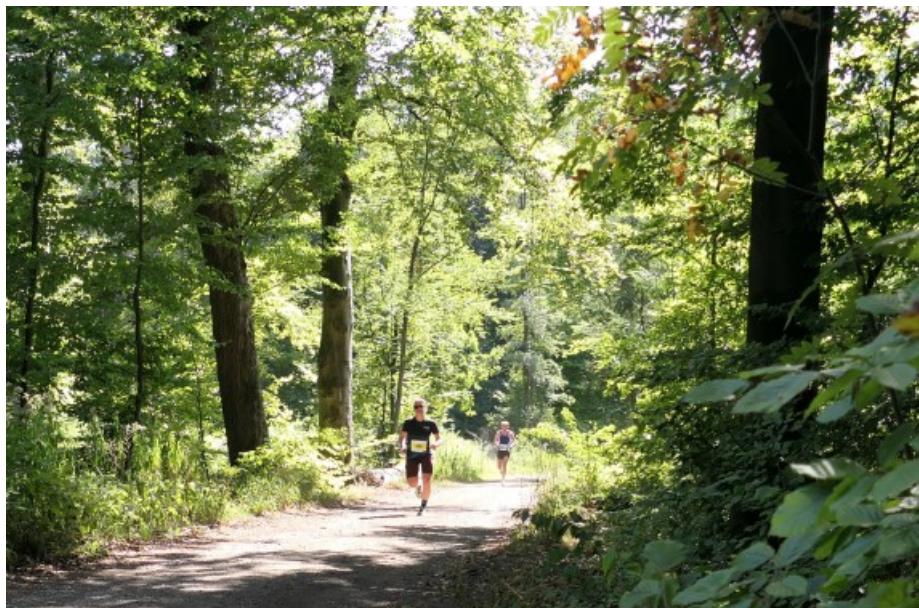
athletikwarte und die Trainer wichtige Garanten für eine diesbezüglich positive Entwicklung der Gemeinschaft wie auch der Einzelwettkämpfer sein.

Die Wirtschaft ist im Kommen

Zu erwarten ist, dass sich die Wirtschaft immer weiter auf das Terrain des Volkssportes begeben wird, wie es die regen Teilnahmen an den immer zahlreicher werdenden Firmenläufen sowie die wachsende Zahl professioneller Laufveranstalter bereits andeuten. Ob das letztlich mehr Vorteile für die Gesundheit und Lebensqualität als für die Volkswirtschaft einbringt, wird sich mit den Jahren zeigen. Möge dieses nicht als „*nörgelnder Unkenruf*“ verstanden sein, sondern eher als ein Mahnen zur Wachsamkeit, sollte uns durch überzogene Geschäftspraktiken ein Stück wichtiger Lebensqualität in Gefahr geraten.

Auflagen, Verbote und „Waldmaut“

In welche Richtung wird sich das Verhalten der Genehmigungsbehörden und Waldbesitzer bewegen? Die Diskussionen um die Einführung einer sog. „*Waldmaut*“ hat vor Jahren die Wellen hochschlagen lassen und bereitet nach wie vor den kleinen ehrenamtlich organisierten Volkslauf-Veranstaltern einige Sorgen. Wie sich die in jüngster Zeit mehr und mehr aufkommenden eigenmächtigen Wald- und Wegesperrungen weiter entwickeln und wie die zuständigen Behörden zukünftig damit umgehen werden, dürfe nicht nur für Lauf- Veranstalter sondern auch für alle in der Natur trainierenden Läufer wichtig sein. Immer mehr Gebiete, in denen man früher herrlich laufen konnte, sind heute bereits gesperrt, von hohen Zäunen



In unseren ostwestfälischen Wäldern kann man herrlich laufen. Dieses Privilegs mögen wir uns stets bewusst sein und alles dafür tun, um es uns zu erhalten.

umgeben und nur noch bedingt oder gar nicht mehr zugänglich.

Manchmal drängt sich der Eindruck auf, als würden alle diejenigen, die sich den Schutz und die Liebe zur Natur auf die Fahnen geschrieben haben, nicht gemeinsam in den Wald gehen, sondern sich eher gegenseitig dort hinausjagen wollen. Auflagen und Verbote sind besonders erfolgreich gegen kleine, ehrenamtlich organisierte Veranstalter durchsetzbar. Ehrenamtler haben kaum eine wirksame Lobby und selten die finanziellen Mittel, um einen Prozess zu führen. So ist es in den letzten Jahren immer wieder zu manchmal abenteuerlichen, ja geradezu hanebüchenen Verbotsbegründungen gekommen, mit denen man auf Karneval glatt wortgetreu in die Bütt steigen könnte.

Das muss endlich einmal aufhören. Dieses wird es aber nur dann, wenn wir Laufsportler über unsere Natur- und Betretungsrechte ähnlich gut informiert sind wie über unser Intervalltraining.

Es ist an der Zeit

Wollen wir mit unserem Laufsport friedlich und gesundheitsfördernd weiterleben, dann ist es an der Zeit, dass es diesbezüglich zu einem guten Miteinander zwischen Laufsportlern, Behörden, Waldbesitzern, Jägern und Naturschützern kommt.

Der Volkslauf in Ostwestfalen hat unserer Natur bisher keinesfalls geschadet sondern ihr viele Freunde zugeführt. Das möge auch so bleiben.

Peter Gehrmann

Jedem der mir bei dieser Publikation geholfen hat, möchte ich herzlich danken.

Es ist meine Absicht, die weitere Geschichte und Entwicklung des OWL-Volkslaufes über die Jahre fortzuschreiben... solange mir das gegeben ist. Jedem, der mir dabei durch Hinweise oder als Zeitzeuge behilflich sein kann, bin ich herzlich dankbar. Die vielen schönen Stunden, die wir alle bei unseren Volksläufen erlebt haben und ganz gewiss noch oft erleben werden, sollten keinesfalls im Nebel des Vergessens verschwinden.

Peter