

Gemeinsam in Bewegung: Laufabzeichen-Tag am 23. April in Erfurt

Am **23. April 2026** laden der **ASV Erfurt**, der **USV Erfurt** und der **Laufladen Erfurt** gemeinsam zu einem offenen **Laufabzeichen-Tag des Deutschen Leichtathletik-Verbands (DLV)** ein. Von **15 bis 18 Uhr** können auf dem **Sportplatz auf dem Kaufland-Dach im Erfurter Süden** Laufabzeichen in den Stufen **15, 30, 60, 90 und 120 Minuten** sowie Walkingabzeichen in den **Stufen 30, 60 und 120 Minuten** abgelegt werden. Im Mittelpunkt steht dabei nicht der Wettkampf, sondern das **gemeinsame Erlebnis Bewegung**.

„Uns geht es darum, Menschen ganz niedrigschwellig für das Laufen zu begeistern“, erklärt **Jens Panse**, Präsident des **USV Erfurt** und Vorsitzender der Breitensportkommission im Leichtathletik-Verband. „Das Laufabzeichen ist dafür ideal, weil jede und jeder im eigenen Tempo teilnehmen kann. Es zählt nicht die Leistung, sondern das Dranbleiben – und vor allem das gemeinsame Erleben.“

Auch **Richard Debuch** vom **ASV Erfurt** betont den gemeinschaftlichen Ansatz:

„Solche Veranstaltungen zeigen, wie verbindend Sport sein kann. Vereine, Händler und Aktive ziehen hier an einem Strang. Wir möchten Menschen zusammenbringen – unabhängig davon, ob sie regelmäßig trainieren oder einfach neugierig sind, wieder in Bewegung zu kommen.“

Aus sportwissenschaftlicher Sicht hebt **Boris Lehmann**, Sportwissenschaftler im **Laufladen Erfurt**, die nachhaltige Wirkung hervor:

„Gerade im Freizeit- und Gesundheitssport ist Motivation der entscheidende Faktor. Ein gemeinsames Event wie dieses senkt Hemmschwellen, schafft positive Bewegungserlebnisse und kann der Startpunkt für einen dauerhaft aktiveren Lebensstil sein.“

Die Teilnahme kostet **5 Euro pro Person** und beinhaltet das jeweilige DLV-Laufabzeichen, die Abzeichenkarte sowie die Prüfungsgebühr. Zusätzlich besteht vor Ort die Möglichkeit, **Laufschuhe der Marke ON** zu testen.

Weitere Informationen und Startzeiten unter:

 <https://www.laufladen-erfurt.de/erlebnisse/laufabzeichen-tag-in-erfurt>