

**Grusswort von Oberbürgermeister  
Roland Methling  
zum 36. Warnemünder STOLTERA-  
Küstenwaldlauf am 29. April 2017**



**Den Leuchtturm im Blick**

Sehr geehrte Damen und Herren,

schon zum 36. Mal erfolgt am 29. April 2017 der Startschuss für den STOLTERA-Küstenwaldlauf, der frische Meeresluft und eine einmalige Kulisse im Stoltera-Küstenwald bietet. Dabei erwartet die über 800 Läuferinnen und Läufer in diesem Jahr zum ersten Mal auch der nahe Blick auf den Warnemünder Leuchtturm, dessen Umrundung Teil des 10-Kilometer-Hauptlaufes ist.

Über Millionen Jahre hinweg war körperliche Fitness überlebenswichtig. Ausdauerndes Jagen und Sammeln bestimmte den Alltag in der Urzeit. Um die 40 Kilometer wurden damals am Tag zurückgelegt. In den vergangenen 200 Jahren hat sich das Leben der Menschen erheblich verändert. Die Notwendigkeiten zur körperlichen Bewegung wurden immer mehr verdrängt. Dabei ist unser Körper nach wie vor auf Bewegung „programmiert“. Dieser Erkenntnis folgend entstand im 20. Jahrhundert die Laufbewegung. Erste Lauftreffs entstanden wie der von Carl Diem 1907 in Berlin. Seit 1947 propagierte Laufpionier Dr. Ernst van Aken den langsamen Dauerlauf als Alternativmedizin.

Heute gehört das Laufen für viele gesundheitsbewusste Menschen zum Alltag. Joggen hält Körper, Geist und Seele zusammen. Entspannen durch Anspannen heißt das Motto, das auch und gerade für den STOLTERA-Küstenwaldlauf gilt. Allen Starterinnen und Startern wünsche ich viel Erfolg und Spaß bei den Wettkämpfen. Besonderer Dank geht an alle Organisatoren und Unterstützer des Sportvereins Warnemünde e.V., der damit auch den Startschuss zum sportlichen Saisonstart 2017 setzt!

A handwritten signature in blue ink that reads "Roland Methling". The signature is fluid and cursive, with a long, sweeping underline.

Roland Methling  
Oberbürgermeister der Hansestadt Rostock  
Rostock, im Februar 2017