

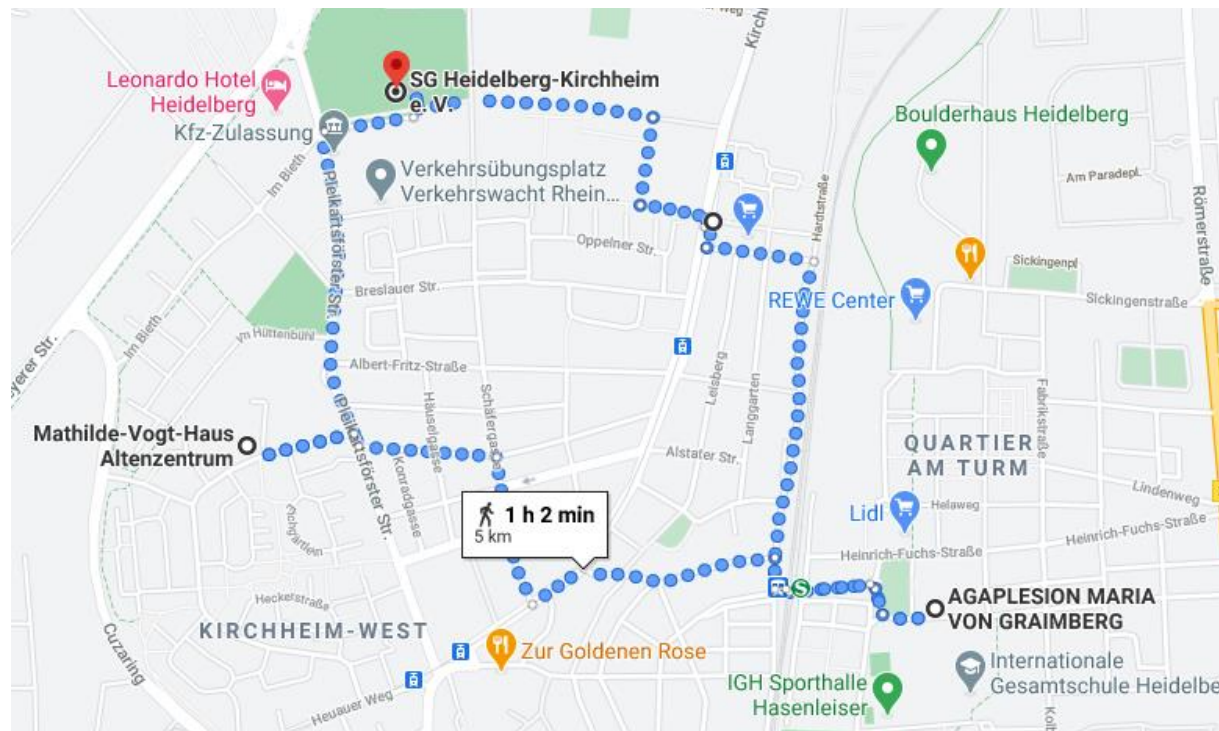
Sportler und Senioren winken sich gegenseitig Mut zu

Lieber Läuferinnen und Läufer, Liebe SGKler,

wie schön, dass ihr an unserer gemeinsamen Lauf-Aktion teilnehmt! Hier findet ihr alle vier Laufstrecken, für die ihr euch in der Excel-Liste eintragen könnt. Den Startpunkt eures Laufs könnt ich selbst wählen, die Zeiten in der Liste dienen den Alten- und Seniorenzentren als grober Anhaltspunkt, wann sie euch Läufer*innen erwarten können und aus dem Fenster schauen sollten. Wenn ihr bei den Einrichtungen angekommen seid, lohnt es sich oftmals, einmal um das Gebäude herumzulaufen - irgendwo werden sich die winkenden Senior*innen blicken lassen!

Lauf 1: Kirchheim/Rohrbach (5 km)

<https://goo.gl/maps/A6Wm2ukWtA5CzV Cf8>

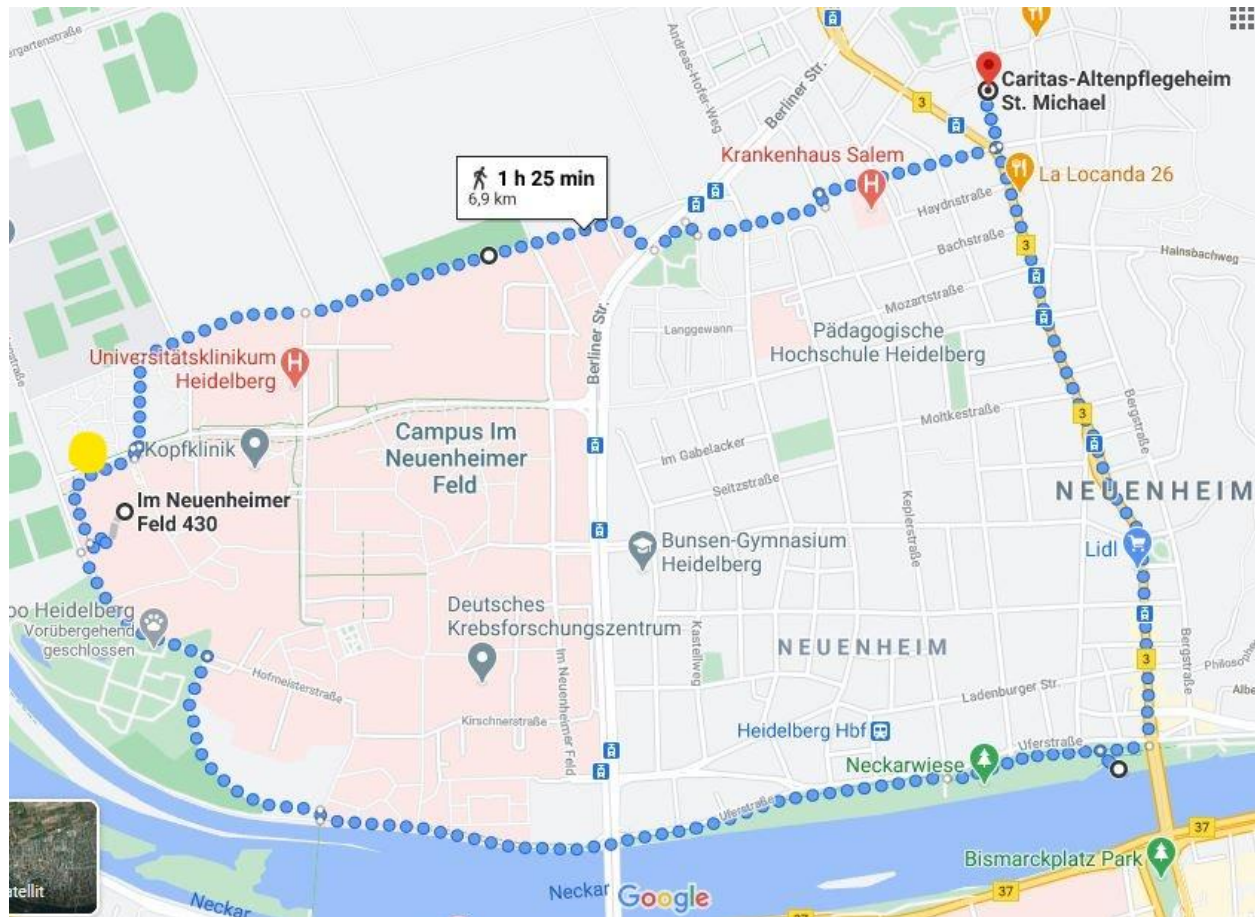


Lauf 1 führt nicht nur am Agaplesion Maria von Graimberg vorbei, wo euch die winkenden Senior*innen schon erwarten, sondern lässt auch Erinnerungen wach werden an eine Zeit voller Sport bei der SGK im Sportzentrum Süd. Dann werdet ihr noch das Kirchheimer Mathilde-Vogt-Haus passieren; hier sind die Bewohner*innen schon etwas vergesslicher – es kann also sein, dass auch mal niemand am Fenster steht. Aber vielleicht kommt euch ja noch ein anderer SGK-Läufer winkend entgegen?

- Sportzentrum Süd, Pleikartsförster Str. 130, 69124 Heidelberg
- Agaplesion Maria von Graimberg, Max-Joseph-Straße 60, 69126 Heidelberg
- Mathilde-Vogt-Haus, Schwarzwaldstraße 22, 69124 Heidelberg (v.a. Demenzkranke)

Lauf 2: Neuenheim/Kinderklinik (6,8km)

<https://goo.gl/maps/rWeXvCbJvh7VviGd7>

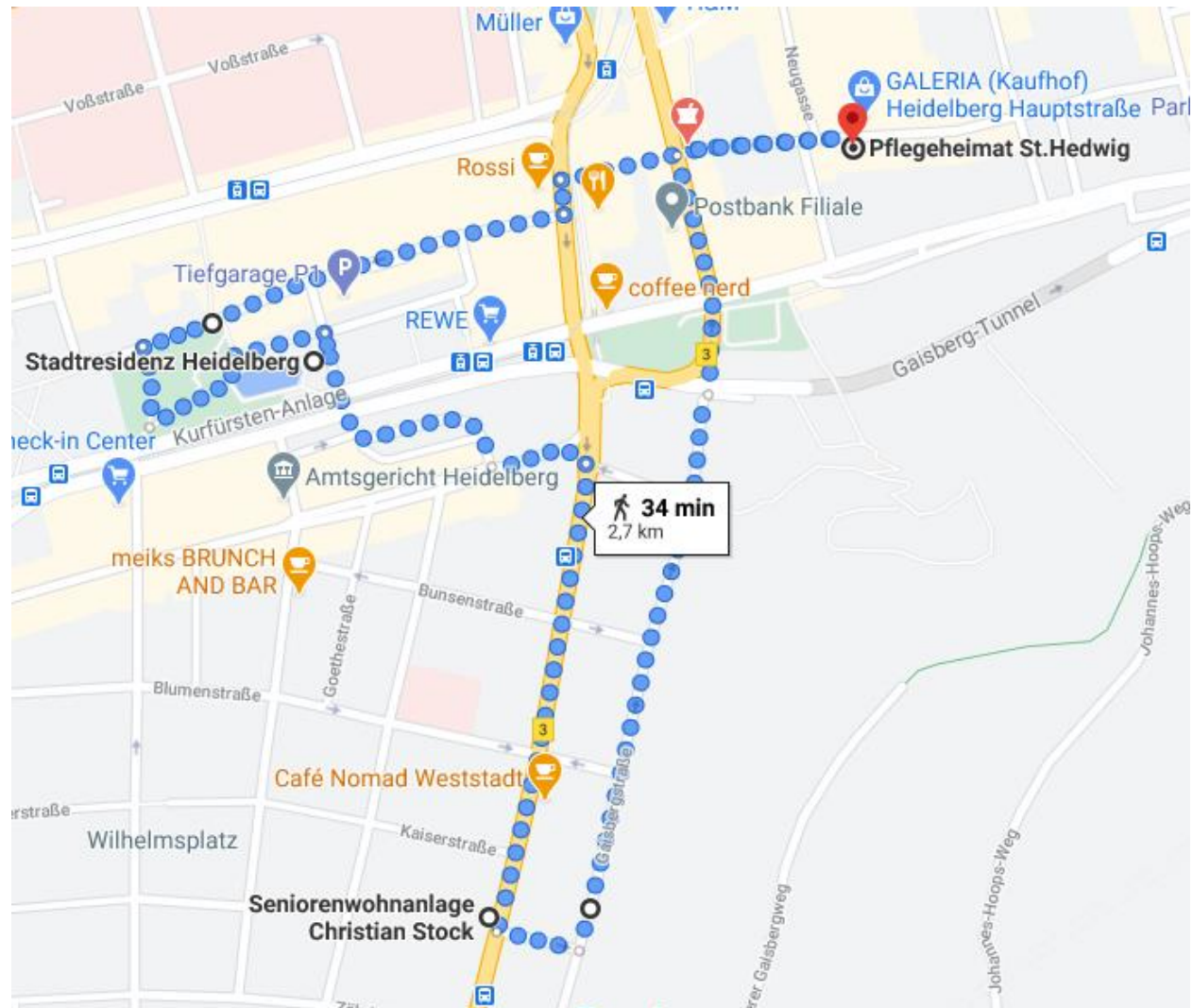


Lauf 2 führt euch vorbei am Caritas-Altenpflegeheim St. Michael in Neuenheim und leitet euch dann weiter ins Neuenheimer Feld, wo ihr Vanja winken könnt. Der an Leukämie erkrankte SGK-Fußballspieler der U16 ist dort auf Station; von seinem Fenster aus im 3. Stock schaut er Richtung Schwimmbad/Studentenwohnheim (am besten winkt ihr ihm vom gelben Punkt aus).

- Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin; Im Neuenheimer Feld 430, 69120 Heidelberg
- Caritas-Altenpflegeheim St. Michael, Steubenstraße 56-58, 69121 Heidelberg

Lauf 3: Bergheim/Südstadt (2,7 km)

<https://goo.gl/maps/1hWax9JRUGTVcdSi8>

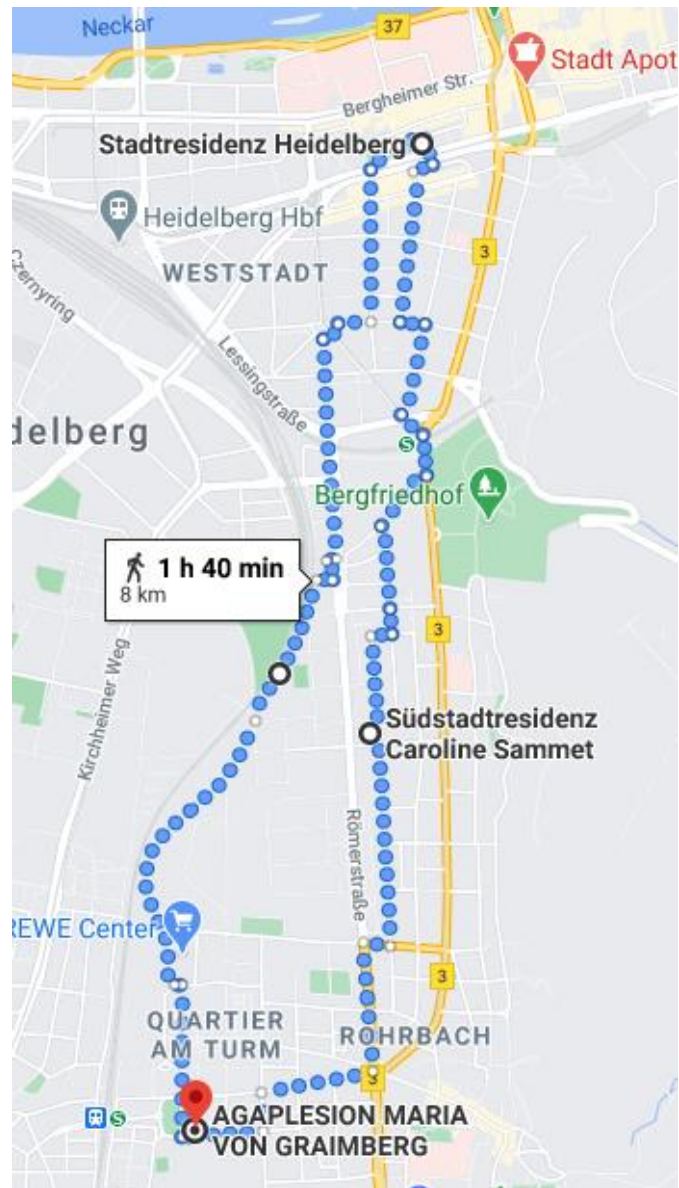


Lauf 3 leitet euch kurz und knackig an drei Stationen mit winkenden Senior*innen vorbei: Die Stadtresidenz, die Seniorenwohnanlage Christian Stock und die Pflegeheimat St. Hedwig in der Plöck. Bei der kurzen Strecke wäre doch eigentlich noch Kraft für ein kurzes Workout im Park? Vielleicht feuern euch die Senior*innen der Stadtresidanz ja sogar an!

- Stadtresidenz Heidelberg, Poststraße 11-13, 69115 Heidelberg
- Seniorenwohnanlage Christian Stock, Rohrbacher Str. 56, 69115 Heidelberg
- Pflegeheimat St. Hedwig, Plöck 6, 69117 Heidelberg

Lauf 4: Weststadt/Südstadt/Rohrbach (8,0km)

<https://goo.gl/maps/GmCMMAF36fSfHvqA7>



Mit 8 Kilometern ist Lauf 4 unsere längste Strecke – dafür werdet ihr aber auch an drei verschiedenen Stationen von den Senior*innen angefeuert: Vom Park aus werdet ihr winkende Hände aus der Stadtresidenz sehen, dann führt die Strecke im Grünen entlang der Bahnschienen zum Agaplesion-Haus. Vielleicht winken euch hier aus der Ferne auch Läufer*innen von Strecke 1 zu? Für euch geht es jedenfalls weiter nach Rohrbach, vorbei an der Südstadtresidenz (oberhalb vom Tegut) und wieder zurück Richtung Stadtmitte.

- Agaplesion Maria von Graimberg, Max-Joseph-Straße 60, 69126 Heidelberg
- Südstadtresidenz Caroline Sammet, Rheinstr. 29 in, 69126 Heidelberg
- Stadtresidenz, Poststraße 11-13, 69115 Heidelberg