



So sah der Mut-Lauf im Vorjahr aus. Wegen der Abstandsregelungen müssen die Teilnehmer dieses Mal alleine laufen.

Spaß an der Bewegung

Mut-Lauf erfolgt im August 2020 auf frei gewählten Strecken

Auch dieses Jahr wird der Mut-Lauf stattfinden, wegen der Corona-Pandemie aber gänzlich anders als sonst. Es wird keinen Markt der Möglichkeiten bzw. keine Infostände geben, ebenso keinen klassischen Lauf mit einer großen Gruppe an Menschen.

erhalten ihre Startnummer zum Download. Jeder veranstaltet seinen eigenen Lauf auf frei gewählter Strecke – allein, mit Familie, Freunden oder Bekannten. Wie immer heißt es: „All you can run.“ Es geht nicht um Leistung oder Wettkampf, sondern um Spaß an Bewegung und Gemeinschaft.

Fotos der eigenen Laufaktion können bis spätestens 28. August ans Kieler Fenster über Facebook gepostet oder per E-Mail an mutlauf2020@kieler-fenster.de gesendet werden. Wer bei der Tombola teilnehmen möchte, muss mit Startnummer auf dem Foto zu erkennen sein.

Das ursprünglich geplante Datum bleibt bestehen: Samstag, der 29. August. An diesem Aktionstag wird ab 16 Uhr im Garten des Ambulanten Zentrums (Alte Lübecker Chaussee 1) gefeiert. Auf der Bühne werden Interviews mit Selbsthilfegruppen und Akteuren aus der Sozialpsychiatrie geführt. Höhepunkt der Veranstaltung ist die Tombola um 20 Uhr. Unter allen Läufer*innen werden tolle Preise verlost. Die Preise können bei der Veranstaltung oder auch später im Ambulanten Zentrum abgeholt werden.

Teilnehmer*innen können sich ab sofort bis zum 28. August 2020 kostenlos online anmelden. Sie



Beim Mut-Lauf-Aktionstag am 29. August stellen sich Selbsthilfegruppen und Akteure aus der Sozialpsychiatrie vor.

Fotos: Kieler Fenster