

## Bericht für das Mitteilungsblatt Nr.28 Forster Fastnachts- und Tanzclub e.V.

### (DiBe) Laufen für einen guten Zweck – Muddy Angel Run in MAnnheim

Schon nach den ersten Hindernissen sind Schlamm und Wasser überall! Im Haar, in den Ohren, im Gesicht, selbst in der Unterwäsche. Wegwischen und Auswringen kann man vergessen, denn am nächsten Hindernis wartet schon die nächste Portion Matsch.

Unter dem Motto „*Euer Tag im Schlamm – Vergesst den Alltag und genießt es einmal wieder Kind sein zu dürfen*“ fand am vergangenen Samstag der Schauinsland Muddy Angel Run: Europas #1 Schlammlauf im benachbarten Mannheim statt.

Dieser Herausforderung stellte sich auch ein große Gruppe Forster Damen als Team „You’ll never walk alone“, davon viele vom FFC. „Angeführt“ von unseren Präsidiumsmitgliedern Candy Fritsch und Sybille Schwaninger wagte sich die 19-köpfige Mannschaft auf die 5 km lange Laufstrecke mit insgesamt 14 spaßigen und schlammigen Team-Hindernissen. Beim Muddy Angel Run kommt es nicht auf die Zeit an, sondern darum gemeinsam in der Gruppe verschiedenste Hindernisse zu überwinden und zusammen ins Ziel zu kommen. Im Vordergrund steht der Spaß den Lauf mit Bekannten, Freundinnen, Schwestern, Müttern, Nachbarinnen oder Kolleginnen zu absolvieren und gemeinsam Gutes zu tun. Bei diesem nur für Frauen zugelassenen Lauf gibt es keine Zeitnahme, Medaillen oder Siegerehrungen. Es soll vielmehr ein Zeichen gesetzt werden – Ein Zeichen gegen Brustkrebs und zur Unterstützung aller Frauen, die gegen Brustkrebs kämpfen oder gekämpft haben. Von jedem verkauften Ticket und jedem Merchandise-Artikel wird 1 EUR an Organisationen gespendet, die sich gegen Brustkrebs engagieren. So sind schon weit über EUR 400.000,- an Spendengelder zusammengekommen.



Viel Glück hatten unsere Matschengel mit der Startzeit. Bereits um 10:00 Uhr durften sie mit der ersten Startwelle mit ca. 300 weiteren Teilnehmerinnen nach dem Warmup auf den Parcours. Hier war es noch nicht ganz so heiß und die „Quälerei“ war noch erträglich. Nach dem Start ging es über aufgestapelte Reifen, Holzrippen und „DIE WAND“ immer weiter Richtung Ziel. Ein Wasserbecken bildete eine willkommene Abkühlung vor dem nächsten matschigen Hindernis. Hier musste unter einem Brett mit dem Kopf unter Wasser durch das braune Wasser getaucht werden. Das kostete einiges an Überwindung und die Gesichter beim Auftauchen sorgten für witzige Szenen. Nach einem Schaumbad und einer kalten Dusche aus dem Wasserschlauch mussten die Muddys unter einem Seil durchkriechen, das nur wenige Zentimeter über dem Boden gespannt war. Nach etwas mehr als 1 Stunde waren unsere Forster Engel im Ziel und nach Getränke- und Verpflegungsstation wartete auf alle die große und schon sehnsüchtig erwartete Belohnung – die Dusche!

Sichtlich „kaputt“ aber glücklich trafen die Teilnehmer am Nachmittag wieder in Forst ein. Mit einer riesigen Begeisterung wurden die Erlebnisse und Überwindungstaktiken der einzelnen Hindernisse geschildert und mit vollem Körpereinsatz vorgeführt. Trotz Dusche wurden ständig und überall noch Schmutzpartikel gefunden und jeder Muddy Angel musste an diesem Tag noch mehrmals duschen. Am Ende des Tages war die Meinung aller Beteiligten einstimmig – „GEIL wars. Nächstes Jahr sind wir wieder dabei!“ – Wir freuen uns drauf.

---

### **Achtung wichtige Termine!**

- Donnerstag, 04.07.2019, 20:00 Uhr – FFC Kosi
- Freitag, 12.07.2019, 18:30 Uhr – FFC Stammtisch, Gaststätte Parkschänke  
(Für alle Mitglieder des FFC – Anmeldungen an Theresia Heilig-Böhm oder Candy Fritsch oder an [orga@ffc-forst-baden.de](mailto:orga@ffc-forst-baden.de))
- Samstag, 27.07.2019, FFC Helferfest, Kleintierzuchtverein Forst