

# Miteinander

Wintertraining in der Halle ist ja nicht, weil die Halle immer noch geschlossen ist. Der Innenverwaltung Berlins ein großes Prosit! Zum Glück ist der Winter bislang ein milder.

An Silvester war ich einkaufen, wie so viele. In den Supermärkten wurde man übereinandergestapelt, obwohl es ja eigentlich in diesem Jahr ein ganz normales Wochenende war. Ich ging in den arabischen Lebensmittelladen in Potsdam. In Berlin gibt es die an jeder Ecke, aber Berlin ist eine Insel. Schon in Potsdam ist ein arabischer Laden ein Ereignis. Dort war an Silvester nichts los. Zeit zum Putzen.

Der Laden wurde letzten Sommer von einem Geflüchteten aus Syrien eröffnet, der halb so alt ist wie ich. Wir haben nett geplaudert. Ich hatte versäumt, mir einen Beutel einzustecken und fragte nach einer Tüte. Die habe ich als Letzter kostenfrei bekommen. Weil es jetzt eine gesetzliche Bestimmung gibt. Die Tüte muss jetzt mindestens 5 Cent kosten.

Das finde ich gar nicht falsch, die könnte auch gerne 10 Cent kosten, meinte ich und dachte an den Plastikmüll in den Ozeanen. Aber er dachte ganz anders. Ich musste nicht bezahlen, trotzdem hat er schon begonnen, sich zu entschuldigen. Man dürfe doch einem Kunden, der den Arm voller Einkäufe hat, keine 5 Cent für eine dünne Plastiktüte berechnen, die gar keine 5 Cent im Einkauf kostet. Diese Haltung hat mich bewegt am Jahresende.

## **Woche 2.-8.1.**

Mi 1-2-3-4-3-2-1 Runden mit je einer Runde Trabpause

So Man trifft sich am Mommsenstadion

Startgelegenheit: 8.1. BSV Winterlaufserie 10 km

## **Woche 9.-15.1.**

Mi 10 x 400 (200 TP)

So Man trifft sich am Mommsenstadion

Startgelegenheit: 15.1. BSV Winterlaufserie 15 km

## **Woche 16.-22.1.**

Mi 4x (1000 (600 TP) 400) je 600 TP

So Man trifft sich am Mommsenstadion

## **Woche 23.-29.1.**

Mi 8 x 800 (je 200 TP)

So Man trifft sich am Mommsenstadion

Startgelegenheit: 29.1. BSV Winterlaufserie 21,1 km

## **Woche 30.1.-5.2.**

Mi Staffel 15 x 400 m (zurück quer über den Platz, der hoffentlich geöffnet ist)  
So Man trifft sich am Mommsenstadion  
Startgelegenheit: 4./5.2. NDM Halle in Neubrandenburg

**Woche 6.-12.2.**

Mi 6 x 1000 (600 TP)  
So Man trifft sich am Mommsenstadion  
Startgelegenheit: 12.2. BBM Halle im Sportforum Neuenschönhausen

**Woche 13.-19.2.**

Mi 10 x 600 (je 400 TP)  
So Man trifft sich am Mommsenstadion

**Woche 20.-26.2.**

Mi Fasching: 4 x (300/400/500) mit je 200 TP und 500 SP  
So Man trifft sich am Mommsenstadion

**Woche 27.2.-5.3.**

Mi Staffel 20 x 200  
So Man trifft sich am Mommsenstadion  
Startgelegenheit: 4./5.3. DM Senioren Halle in Erfurt  
BC: 5.3. Lauf im Britzer Garten, knapp 10 km

**Woche 6.-12.3.**

Mi 3x (3-2-1) Runden, je 200 TP, 800 SP  
So Man trifft sich am Mommsenstadion  
Startgelegenheit: 11.3. DM Cross in Löningen (das ist kurz vor Holland)  
BC: Vorschau: Birkenwäldchenlauf am 26.3.