

## Thomas Schmitz aus Seelscheid wird am 21.11.

### 60 Jahre und skizziert wichtige Wegmarken bis in die Zukunft

#### Über mich:

Geboren und aufgewachsen in Köln, wo ich mir heute mit meinem eigenen Friseursalon die Brötchen verdiene. Früh die Frau des Lebens gefunden, 3 Söhne gezeugt, ins schöne Seelscheid gezogen, Bäume gepflanzt und Häuser gebaut.

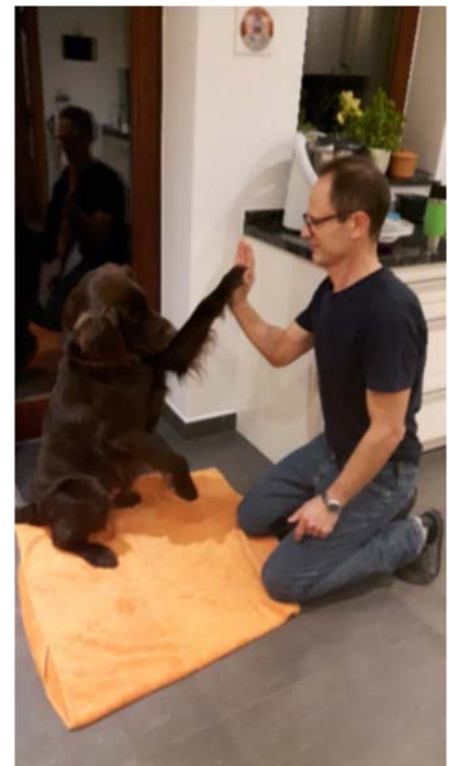


#### Mein Weg zum Laufen:

Bin früher nie gelaufen selbst zum Brötchen holen mit dem Moped mehr Benzin als O2 im Blut, wenn Sport dann Fußball Skifahren im Winter und Surfen in Sommer war alles an Ambition. Erst in den 40ern als ein Kumpel die verrückte Idee hatte den Trans Alpin Run zu machen fing ich an zu laufen.

#### So laufe ich heute:

Nachdem es mich so richtig gepackt hatte, lief ich zunächst einige wellige Marathons später auch Ultras. Vor ein paar Jahren habe ich mit den langen Strecken aufgehört. Cruise lieber mit dem MTB durch den Wald, lauftechnisch nur noch kurze Sachen gerne Trails am liebsten sind mir die frühen Morgenstunden mit dem besten Freund des Menschen um die Wette laufen.



#### Das bringt die Zukunft:

Werde spätestens in 2 Jahren die Schere an den Nagel hängen mir das Wohnmobil schnappen Räder und Brett dranschrauben und Richtung Süden. Vernachlässigte Sportarten nachgehen und neue ausprobieren ab und zu mit den Enkeln im Sandkasten abhängen.

