



Was schreibt man für die Vereinszeitung zu seinem Geburtstag? Ich beschränke mich mal auf den sportlichen Teil meines bisherigen Lebens.

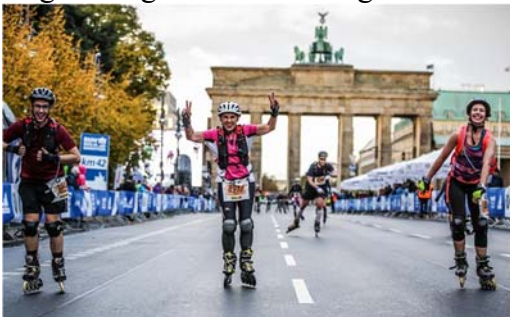
Zu meiner Schulzeit war der schlimmste Schultag für mich der Tag der Bundesjugendspiele. Springen ging ja noch, aber Sprint war schon blöd – schließlich waren meine Beine die kürzesten. Und Werfen war eine Katastrophe. Nicht, dass ich völlig unспортlich gewesen wäre: Auf Bäume klettern konnte ich gut und an der Teppichstange die tollsten Kunststücke vollführen und liebend gern in den Bergen herumkraxeln. Ich fuhr begeistert Rollschuh, wir spielten mit selbstgeschnitzten Schlägern Rollhockey. So war es nicht verwunderlich, dass ich total begeistert war, als in den 90er Jahren die Inliner-Welle hochschlug. Tolle Sportart für mich. Auch Sohn Severin war begeistert, wenn ich mit Rollen an den Füßen den Buggy

anschob. Das gab mächtig Fahrtwind. So nahm ich 2003 am ersten sportlichen Wettbewerb teil: mit Inlinern durch die Kölner Innenstadt, ein wirklich tolles Erlebnis, dass ich dringend wiederholen wollte.



Meine wahre Leidenschaft entdeckte ich dann im zarten Alter von 51 Jahren beim Laufen, als die Kinder alle ausgezogen waren und ich mehr Zeit für meine Hobbys hatte.

Warum ich genau mit Laufen begann weiß ich gar nicht mehr. Ich begann mit kleinen- sehr kleinen Strecken: 1 Kilometer laufen, dann gehen. Jede Woche ein wenig weiter. Es lief super: die Erfolge motivierten mich, dran zu bleiben und mich zu meinem ersten Wettbewerb Rund um Hangelar im Oktober 2015: Ein prima Lauf zum Einsteigen. Ich schaffte die Strecke schneller als ich erwartet hatte unter 1 Stunde und war jetzt komplett infiziert vom Laufvirus. Im Frühjahr 2016 durfte ich mit einer Lehrerstaffel am Bonn Marathon teilnehmen. Auch ein großartiges Erlebnis. Im gleichen Jahr nahm ich zum wiederholten Mal am Inline-Marathon in Berlin teil.



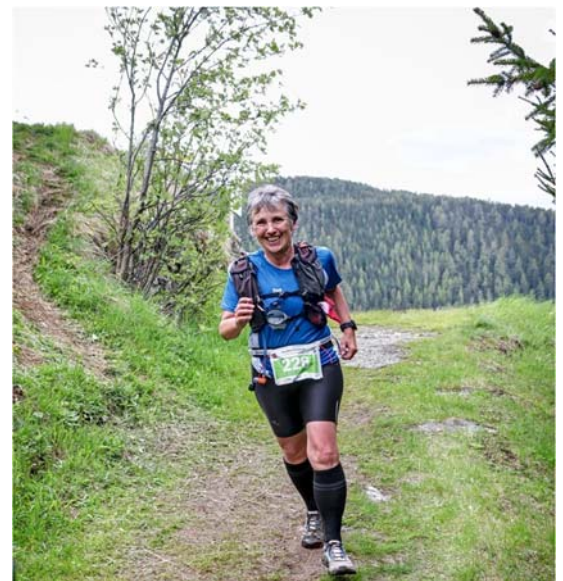
Sonntags morgens war ich mit Tochter Sylvia an der Strecke und beobachtete voll Bewunderung all die Läuferinnen und Läufer, die sich der Herausforderung einer so langen Strecke stellten. Eine Wahnsinnsatmosphäre und in mir erwachte der Wunsch, auch einmal bei so einem Laufmarathon teilnehmen zu können. So suchte ich nach einem Verein und traf auf die LLG. In der Gruppe machte das Laufen noch viel mehr Spaß. Dienstags ging es jetzt immer an den Rothenbach, immer nette Gespräche mit netten Leuten. Schließlich konnte ich so – auch motiviert und unterstützt von Udo, Birgit und

vielen anderen – meinen Traum wahr machen und lief im Oktober 2017 meinen ersten Marathon in Köln. Ein überwältigendes Erlebnis! Es folgten noch weitere Wettbewerbe, wobei ich besonders gerne an Läufen in

schönen Gegenden (Eifel, Ahr, Alpen teilnehmen) um hier auch in der Gemeinschaft die Natur hautnah zu erleben. Das Laufen mit den netten LLG-lern war und ist immer toll: Praktisch jeden Tag kann man mit einer Gruppe laufen. Was gibt es schöneres. Immer in der Natur, immer nette Gespräche. Besonders schön auch die Touren mit Birgit z. B. Um die Wahnbachtalsperre, in die Wahner Heide oder am



Siegsteig. Hier wird es nie langweilig. Birgit hat immer gute und neue Ideen zu den Streckenvariationen. Manchmal entdeckt man so neue Teile der Heimat und die eigene Fähigkeit Hindernisse (Bäume, Matsch, Dornen) zu überwinden.





Durch das Laufen in der Gruppe habe ich so viele neue und schöne Wege und Ecken im Rhein-Siegkreis kennengelernt. Besondere Freude machen mir auch Staffelläufe, hier fiebert man gemeinsam dem Ziel entgegen und freut sich gemeinsam. Auch die Tatsache, dass man bei fast allen Laufwettbewerben liebe LLG-Menschen – und auch andere liebe Menschen – antrifft, ist für mich eine große Freude, die ich nicht mehr missen möchte. Außer Laufen bin ich gerne auch mit dem Fahrrad, mit Skiern oder wandernd unterwegs. Ich wünsche mir, dass meine Gesundheit und Fitness es mir noch lange erlaubt, mit der Gemeinschaft der Langläufer Unternehmungen und Wettbewerbe vielleicht bis zur W80 zu bestreiten.

