



Harald Müller

Wie viele Altersgenossen habe auch ich sportlich mit Fußball begonnen, wo ich immerhin zum Schluss mit der D1 des SSV04 Siegburg in der Sondergruppe spielte.



Aus verschiedenen Gründen verlor ich aber die Lust am Vereinsfußball, spielte aber noch bis 1997 mit Freunden auf Bolzplätzen und in der Halle und wechselte 1979 zur Leichtathletik im Siegburger TV, wo mir am ehesten die Mittelstrecken und (kurioserweise da ich schon immer zu den Kleineren und damals sehr Dünnen gehörte) das Schlagballwerfen lag. Im Februar/März 1980 fiel dann meinem Vater Walter die Ausschreibung für den im April stattfindenden Schüler und Jugendlauf in Sankt Augustin in die Hände, der schon damals seit mehreren



Jahren bestand und alles was in Deutschland Rang und Namen hatte, ging dort an den Start.

Den 10er lief ich dann als 13jähriger nach kurzer Vorbereitung in ganz ordentlichen 42:49, was aber bei der starken Konkurrenz nur zu Rang 19 bei den A-Schülern reichte.

Trotzdem blieb ich von da an bei den langen Strecken und erzielte im Sommer beim Sankt Augustiner VL meine erste 10er Zeit unter 40.

1982 wurde ich dann erstmals Kreismeister über 3000 in der B-Jugend. Im Frühjahr 1983 wechselte ich mitsamt meiner Schwester Dagmar und Vater Walter, die inzwischen auch liefen, in die starke Trainingsgruppe um Familie Lennartz, wo es dann mehrere Altersgenossen gab, deren Väter zum Teil auch



Team Köln



mittrainierten (Fam. Stock, Paffrath, Banse, Rettig, Bierwirth).



Getreu Karls Motto „Kinder laufen lieber länger“ (bzw. Jugendliche) folgte dann auch schon im Herbst 1983 mein erster und mit Abstand am perfektesten vorbereiteter Marathon, den ich in 2:47:31 finishte.

Es folgten bis Anfang der 90er sehr trainingsintensive Jahre, in denen ich überwiegend zusammen mit Uli Stock, Burkhard Lennartz und Dierk Banse in der Mannschaftswertung schöne Erfolge feiern konnte. So wurden wir mehrmals Westdeutscher Meister in der Junioren Mannschaft im 25 KM Straßenlauf und Marathon.



Meine stärksten Einzelleistungen waren 1985 10 Meilen in 54:41 und 1987 100 KM als 20jähriger in 7:49:05 h, zusammen mit Uli Stock und Burkhard Lennartz und sind noch immer Kreisrekordhalter in der Mannschaft, die damals den 5. Platz bei der ersten DM 100 KM in Rodenbach erreichte.

Von 1984 bis Anfang der 90er nahm ich im Sommer auch immer an ein paar Triathlon teil. Meist bei der damals üblichen Distanz 1000 (heute 1500) Schwimmen, 40 Rad und 10 Laufen. Einmal finishte ich auch einen halben Ironman.



Danach ging es verletzungs- und berufsbedingt mit den Leistungen abwärts. Dem Laufen blieb ich aber immer treu und war nur durch Verletzungen oder extrem selten durch Krankheiten zu Pausen gezwungen.

Da meine Verletzungsanfälligkeit beim Laufen ab 2005 stetig zunahm, begann ich ab 2009 relativ intensiv Rad zu fahren und das Laufen deutlich zu reduzieren. Inzwischen nahm ich auch an diversen Jedermannradrennen wie Rad am Ring, Rund um Köln, Hockenheimring etc. sowie an diversen RTF's zum Teil auch in Holland und Belgien



und der Zeitfahrserie auf der Panzerstraße teil.



Erst letzten Sonntag habe ich mir beim Bayerkreuzlauf die Sporen gegeben und bin ohne große Vorbereitung die 10 km sehr ordentlich gelaufen.

