

(ka - 05.04.2016)



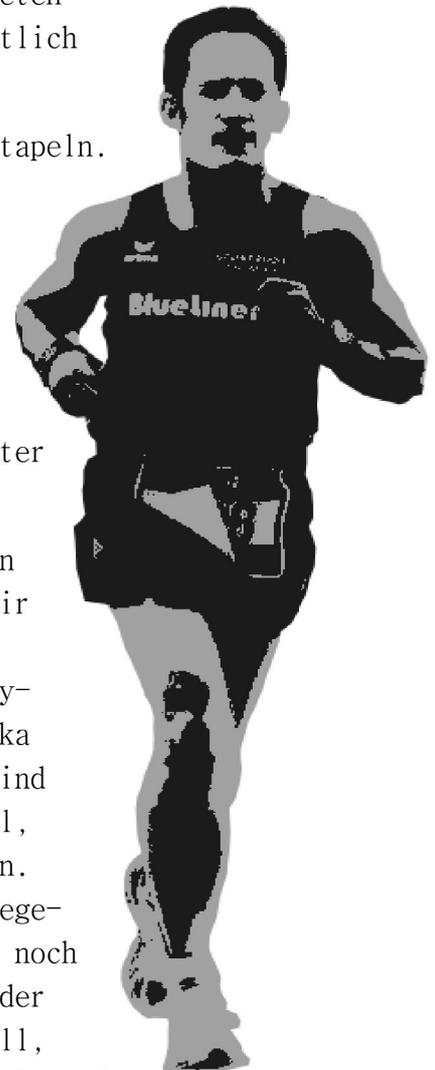
KLAUS KOMMENTIERT - DIE LAUF-KOLUMNE

Arne Gabius - ein echter Läufertyp!

(ka) - Der Typ ist selbstbewusst und scheut keine großen Worte: Arne Gabius. Ich finde es nicht nur bemerkenswert, wie Arne derzeit die Läuferzene mit TOP-Zeiten aufmischt - noch beeindruckter bin ich vom Auftreten „neben dem Platz! “. Der Mann hat keine Angst und ist eigentlich von seiner Haltung weit weg von typischen Läufern.

Meine Erfahrungen zeigen mir, dass Läufer oft lieber tief stapeln. Die Wade zwickt, der Wind ist zu stark, die Erkältung wirkt noch nach - Läufer haben immer gute Aussagen parat, um ja nicht zu stark zu trommeln. Nach dem Rennen sieht man die Kollegen dann wieder und wundert sich, dass dann doch eine Bestzeit herausgekommen ist. Oder das Ergebnis ist tatsächlich nicht so gut. Dann kommt gleich die Erklärung: „Hab ich euch doch gesagt - der Oberschenkel hat bei Kilometer 15 dicht gemacht. Da musste ich Tempo rausnehmen! “

So sind wir Läufer meistens. Schade eigentlich. Warum zeigen wir uns nicht mal etwas selbstbewusst undforsch. Schauen wir uns andere Sportarten an: Im Basketball kennt man den sogenannten Trash-Talk, um den Gegner zu verunsichern. Rugby-Spieler wie die All-Blacks aus Neuseeland zeigen mit dem Haka eindrucksvoll, was sie vom Gegner halten. Und die Krönung sind natürlich Boxer. Ok, die Burschen übertreiben auch schon mal, aber es gehört eben dazu, im Vorfeld zu zeigen, was man kann. Zumindest kann ich mir keinen Boxer vorstellen, der beim Wiege-Termin in die Kameras guckt und erzählt, dass er eigentlich noch seine Erkältung auskuriert. Es gab auch noch keinen Boxer, der vor dem Kampf sagt, dass er heute „nur so für sich boxen will, ganz ohne Druck und ohne Ziel “. Nein, Boxer haben klare Ziele und verfolgen diese auch. Wohlwissend, dass am Ende nur einer als Sieger aus dem Ring steigt.



(ka - 05.04.2016)

Nun gut, so weit müssen wir Läufer nicht gehen. Aber ein bisschen mehr Kante zeigen schadet nicht. Arne Gabius zeigt Kante. Jeder erinnert sich an den letztjährigen Frankfurt-Marathon, bei dem er im Vorfeld den deutschen Rekord angekündigt hat - und den er dann auch gelaufen ist. Auch beim Berliner Halbmarathon vor zwei Wochen ist Arne wieder eine TOP-Zeit gelaufen. Anschließend gab es sich selbstkritisch, deutete aber sofort an, dass er sich hinsichtlich des London-Marathons in bester Form fühlt. So etwas lieben die Journalisten und schreiben es gerne auf.

Und die Folge? Es wird wieder mehr über das Laufen gesprochen. Schaut man sich die Berichterstattung von Berlin an, ist Arne Gabius immer dabei. Er ist eben ein Typ. Und über Typen wird eben gerne gesprochen. Dem Laufsport tut das sehr gut. Klar, die Haie warten schon auf den ersten Rückschlag. Wenn Arne Gabius in London hinter den Möglichkeiten bliebe, wäre die negative Berichterstattung oder die Häme wahrscheinlich da. Damit muss und kann Arne Gabius aber sicher gut leben. Ich glaube sogar, dieser selbst gewählte Druck spornt ihn an und motiviert ihn auch während des Rennens, alles zu geben. Und dann kommen auch solch fantastische Ergebnisse dabei raus. Gäbe es mehr Läufer Typen wie Arne Gabius, wäre der Laufsport sicher noch populärer und erfolgreicher - da bin ich mir sicher.

Und was heißt das für den Hobbyläufer? Auch hier gilt die Devise: Hört auf mit der Tiefstapelei und der Untertreibung. Traut euch was zu und seid mutig. Ich starte am Sonntag beim Halbmarathon in Hannover. Da soll es eine 1:25 werden. Das ist mein Ziel und darauf habe ich hingearbeitet. Ob es am Ende klappt, werde ich in der kommenden Kolumne berichten. Dann geht es nebenbei auch noch um das Thema: Kann Schnupfen leistungssteigernd beim Halbmarathon wirken ☺!?

Mit sportlichen Grüßen

Läufer Klaus