

Leserin lief einen persönlichen Rekord

Wolfenbüttel Die Blueliner unterstützten sie auf ihrem Weg.

Von Kai-Uwe Ruf

Gemeinsam laufen motiviert. Das merken auch unsere Leser, die zusammen mit den Wolfenbütteler Bluelinern während der Wohlfühlwochen unserer Zeitung trainieren. Claudia Rittaler beispielsweise stellte am Mittwoch einen neuen persönlichen Rekord auf. Erstmals lief die 44-Jährige sechseinhalb Kilometer am Stück, ohne eine einzige Pause zu machen.

Die Blueliner unterstützten sie nach Kräften. Claudia Rittaler hatte auf ihrem Weg von der Lindenhalle zum Stadtgraben und zurück immer erfahrene Läufer als Begleitung. Und als sie den Stadtgraben zweimal umrundet hatte und dann zu einer dritten Runde ansetzte, erhielt sie aufmunternde Zurufe. „Ich will an meine Grenze gehen“, sagte Claudia Rittaler entschlossen. „Du schaffst das“, sprach ihr Friedrich-Wilhelm Schneider gut zu. Der zweite Vorsitzende des Wolfenbütteler Laufclubs betreut während der Wohlfühlwochen die langsameren Läufer.

Etwas außer Atem aber mit einem Lächeln im Gesicht kam Claudia Rittaler schließlich an der Lindenhalle an. Dort wartete schon die schnellere Laufgruppe mit drei weiteren Teilnehmern unserer Leseraktion. Jutta Pinnecke erzählte, dass auch ihr das Blueliner-Training schon Erfolgserlebnisse beschert hat. Beim Lauf um Wolfenbüttel habe sie erstmals 13 Kilometer geschafft. „Ich war megastolz“, berichtete sie.

Der 53-jährige Dirk Fricke



Jutta Pinnecke (von rechts), Claudia Rittaler, Norbert Laas und Dirk Fricke trainierten mit den Bluelinern und starteten an der Lindenhalle. Foto: Kai-Uwe Ruf

fühlte sich in der schnelleren Gruppe ebenfalls wohl. Und auch Norbert Laas kam mit dem Tempo gut zurecht. Der 54-Jährige hatte ohnehin bereits wenig Probleme schnell zu laufen, bevor er an der Aktion unserer Zeitung teilnahm. Die Blueliner brachten ihm aller-

dings bei, das für ihn richtige Tempo zu finden. Die Konsequenzen daraus kann er nun richtig genießen. Laas: „Früher musste ich viele Gehpausen machen. Jetzt passe ich meine Geschwindigkeit an und kann die ganze Strecke gleichmäßig durchlaufen.“