

(ka - 06.08.2018)



## KLAUS KOMMENTIERT - DIE LAUF-KOLUMNE

### **Im Himmel wird ab sofort für Marathon trainiert!**

(ka) - Vor einigen Tagen hat eine sehr traurige Nachricht die Läuferzene erreicht: Peter Greif ist gestorben. Ich selber habe Peter Greif nie persönlich kennen gelernt, aber natürlich kannte ich ihn: den Laufpapst, den Trainer, den Newsletter-Schreiber Peter Greif.

Es war ein Schock für viele in unserem Laufverein, denn einige von uns haben mit ihm bzw. unter ihm trainiert. Peter Greif war aber mehr als ein Trainer. Er war eine echte Persönlichkeit im Laufsport. Mit ca. 30 Jahren kam Peter zum Laufen und hat von Anfang an hohe Ambitionen gehabt. Die Erfolge ließen nicht lange auf sich warten. Er lief den Marathon unter 2,5 Stunden - und das bei einer eher untypischen, kräftigen Läuferstatur.

Er hat sich selber immer viel abverlangt, im Training und später als Trainer. Die Greif 'schen Trainingspläne sind gefürchtet. Lange Einheiten bis 35 km sind ein Muss seiner Marathonvorbereitung gewesen. Und natürlich die Endbeschleunigung, die letzten Kilometer im Renntempo. Das waren die Markenzeichen seiner Trainings. Vielfach wurde er als Schleifer bezeichnet, aber seiner Meinung nach wuchsen Bäume nie in den Himmel. Man musste schon viel investieren, wenn man viel erreichen wollte.

Peter Greif hatte stets eine klare Meinung und diese auch offenkundig. Es war ihm schon ein Dorn im Auge, dass sich die Läuferwelt in Deutschland seiner Meinung nach mit zu wenig zufrieden gibt und sich nicht mehr quält. Marathon-Finisher mit mehr als 5 Stunden Rennzeit wurden schon mal als Pflingstwanderer tituliert. Das hat vielleicht nicht jedem gefallen, aber das muss es auch nicht. Niemand wurde gezwungen, nach Greif-Plänen zu trainieren. Wenn jedoch jemand





(ka - 06.08.2018)

erfolgreich sein wollte, konnte Peter Greif helfen. Und er hat vielen Läufern geholfen und sie zu nationalen Titeln und Bestzeiten geführt.

Bis zuletzt ist Peter Greif dem Laufsport treu geblieben. Er hat einen Online-Shop für Läufer aufgebaut, organisierte Laufreisen und schrieb Newsletter. Und was für welche: Seit Jahren habe ich die Newsletter abonniert und keinen einzigen ausgelassen. Ich habe Methoden ausprobiert und Tipps in die Tat umgesetzt. Nach einem Trainingsplan habe ich allerdings nie gefragt. Ich habe mich einfach nicht getraut, weil mein wöchentliches Laufpensum wahrscheinlich in keinen seiner Trainingspläne zu integrieren ist.

Heute habe ich erfahren, dass sein Sohn Jens die Geschäfte weiterführt und auch weiterhin Trainingspläne anbietet. Somit ist das Erbe von Peter Greif gesichert und wir können sicher sein, dass in Deutschland auch weiterhin Bestzeiten gelaufen werden! Gut so.

R.I.P - Rest in Peace oder besser: Run in Peace, Peter!

Mit sportlichen Grüßen

Läufer Klaus