



Sportliches Gespann: Christiane Neunteufel mit ihren Trainingspartnern, den Huskies Rocky (links) und Sira, auf der idyllischen Laufstrecke entlang der Weser. Foto: Löschner

Mit Huskies an der Weser

Christiane Neunteufel aus Bad Karshafen auf dem Weg zum Kassel-Marathon

BAD KARLSHAFEN. Für Rocky und Sira begann der Muttertag mit Frust: Christiane Neunteufel schnürte ihre Laufschuhe und brach dann tatsächlich ohne die beiden Huskys zum Training auf. Fast 20 Grad, die Sonne kam durch. „Zu warm für die Hunde, vor allem für einen Drei-Stunden-Lauf“, sagte Frauchen und machte sich auf die 30 Kilometer lange Strecke, die der Trainingsplan für dieses Wochenende vorsah. Und weil schon die Hunde fehlten, nahm sie eine Freundin mit, die in Richtung Holzapetal neben ihr her radelte.

Training für Marathon

Christiane Neunteufel trainiert für den Kassel-Marathon, jede Woche absolviert sie 50 bis 70 Kilometer in Reinhardswald und Solling. Früher war die 43-Jährige viel mit Rennrad und Mountainbike unter-

wegs, seit die Hunde bei der Familie sind, läuft sie verstärkt. Laufen sei nicht so zeitaufwändig und daher besser mit Job und Familie vereinbar, sagt Neunteufel, die als Selbstständige Holzböden verlegt und repariert.

HNA SERIE

Fit für den Marathon

Etwas Wettkampferfahrung hat sie bereits bei Volksläufen und dem Helmarshäuser Mordkammerlauf gesammelt, auf die Marathondistanz wagt sie sich zum ersten Mal. „Ich habe schon immer überlegt, ob ich das schaffe. Und weil es nun direkt vor der Haustür die Möglichkeit gibt...“

Also hat sich die Mutter zweier Kinder das Einverständnis von ihrer Familie ge-

holt und sich von Rainer Schütz beim HNA-Läufertreff einen Trainingsplan erstellen lassen. „Die Vorbereitungsveranstaltungen haben motiviert, da habe ich die Bestätigung bekommen, dass ich richtig trainiere“, sagte die Läuferin. Und ihre Erwartungen für den 10. Juni?

„Vor allem möchte ich gut ankommen, ohne dass mich unterwegs der berühmte Mann mit dem Hammer erwischt.“

CHRISTIANE NEUNTEUFEL LAUFBEGEISTERTE

Insgeheim liebäugelt sie aber schon ein bisschen mit einer Zeit unter vier Stunden. „Das wäre traumhaft, sollte man aber beim ersten Mal

nicht anstreben.“ Bis dahin freut sie sich auf den Wettkampftag und genießt die Vorbereitungsphase mit dem Training auf einsamen Waldwegen - so oft es geht natürlich mit den beiden Huskys. Das Marathonlaufen auf Dauer zu betreiben, kann sich Christiane Neunteufel zwar nicht vorstellen. „Aber wer weiß, vielleicht wird man ja infiziert.“

Fit auch auf dem Roller

Fit ist sie jedenfalls. Dass sie am Muttertag 30 Kilometer in den Beinen hatte, war ihr nicht anzusehen. Nach dem Training mussten Rocky und Sira auch noch zu ihrem Recht kommen - diesmal mit Frauchen auf dem Roller. „Glaubt bloß nicht, dass ich heute noch selber laufe“, rief sie den Hunden zu und ließ sich den Radweg entlang ziehen. (zlö)