

# „Magda, lauf los!“

## Magda Schütz: Von Hamburg über Kassel nach San Francisco

VON GERD HENKE

**HOFGEISMAR.** „Das Schönste am Nordhessen Cup“, sagt Magda Schütz, „ist das große Kuchenbuffet nach jedem Lauf.“ Doch den großen Appetit auf die süßen Teigwaren sieht man der 52-jährigen nicht an. Sie wirkt drahtig, durchtrainiert und strahlt die ruhige Selbstgewissheit einer erfahrenen Läuferin aus.

Morgen läuft sie wieder. Wenn es beim 30. Hofgeismarer Volkslauf einmal mehr über die anspruchsvolle elf Kilometer lange Strecke durch Nonnengrube und Kammergrund geht, dann ist Magda Schütz natürlich dabei. Und obwohl sie weiß, dass sie sich auf den schwierigen Steilstücken wieder sagen wird: „Das tu ich mir nicht noch mal an“, weiß sie ebenso, dass es noch lange nicht das letzte Mal gewesen sein wird. „Zehn Minuten nach dem Zieleinlauf denkt man schon wieder an das nächste Mal.“



Immer vornweg: Magda Schütz, hier beim Nordhessen-Cup-Lauf 2007 in Wolfhagen.

Foto: nh

Schon in einer Woche reiht sich die Altenpflegerin wieder in das Heer der tausenden Läuferinnen und Läufer ein, die den 2. Kassel-Marathon bestreiten wollen. Dann wird sie auf die Halbmarathon-Strecke gehen und voraussichtlich wieder nach weniger als zwei Stunden im Ziel sein.

Das wird dann schon der zweite große Lauf für Magda Schütz in diesem Frühjahr sein. Vor zwei Wochen erst ist

### HNA-SERIE

## Fit für den Marathon

sie in Hamburg gelaufen, allerdings über die gesamte Marathon-Distanz von 42,195 Kilometer. Und als sie drei Kilometer vor dem Ziel immer noch in guter Verfassung war und Ehemann Rainer und ein Bekannter nichts mehr zuzulegen hatten, da sagte Rainer: „Magda, lauf los.“ Und Magda

lief und war ein paar Minuten eher im Ziel als die Männer. Die Vier-Stunden-Marke zu knacken, gelang ihr zwar nicht ganz - nur eine Minute lag sie drüber - doch dafür weiß sie nun, dass sie es schaffen kann. Beim

Frankfurt-Marathon im Herbst soll die Grenze durchbrochen und der persönliche Rekord verbessert werden.

Zum Laufen ist Magda Schütz vor etwa zehn Jahren gekommen. Zuvor war sie gerne Rad gefahren - im Sommer draußen und im Winter auf dem Ergometer drinnen. Dann fing es mit den Hunden an. „Wenn die raus mussten, bin ich immer öfter mitgelaufen“, erinnert sie sich. Zuerst sei es nur „Geplänkel“ gewesen, doch nicht lange und die Leidenschaft hatte sie gepackt. Das allerdings war irgendwie abzusehen - denn Ehemann Rainer schrubkte da schon reichlich Kilometer.

### Ausnahmeerscheinung

Heute ist Magda Schütz eine Ausnahmeerscheinung in der nordhessischen Läuferzene. Während bei den 30- und 40-jährigen noch etliche Frauen mitlaufen, ist der weibliche Anteil bei den über 50-jährigen schon wesentlich geringer. Das mag auch an dem großen Trainingspensum liegen, das Marathonis zu bewältigen haben. Von 40 bis zu 70 Kilometer steigert sich die Wochenleistung in der Vorbereitung. „Da bleibt für andere Hobbys nicht viel übrig.“

Muss es eigentlich auch nicht. „Denn über das Laufen lernt man so viel interessante Leute kennen“, sagt Magda Schütz. Auch im Urlaub. Selbstverständlich wird auch dann gelaufen. So soll es auch im August sein. Dann reisen die Schütz' nach Kalifornien und starten ihren dreiwöchigen Aufenthalt gleich mit dem San-Francisco-Marathon. „Da geht's zweimal über die Golden-Gate-Brücke“, schwärmt sie und fügt hinzu: „Aber ganz gemütlich - zum Genießen.“