

# Start zum großen Lauf-Ereignis

## Hofgeismarer Marathon-Stützpunkt beginnt mit Training - HNA verlost Freikarten

**HOFGEISMAR.** Knapp vier Monate vor dem Kassel-Marathon (10. bis 12. Mai) beginnt für die Läufer die intensive Vorbereitung auf dieses Groß-Ereignis. Und auch in diesem Jahr wird der Hofgeismarer Stützpunkt wieder seine Hilfe anbieten, um Läufer fit für die Veranstaltung zu machen. Zum Auftakt am Freitag, 18. Januar um 18.30 Uhr gibt es eine Info-Veranstaltung im Vereinsheim am Angerstadion, zu der auch der Vater des Kassel-Marathons, Wilfried Aufenanger kommen wird. Er wird zusammen mit Hofgeismars Lauffreife-Chef Rainer



Stehen bei der Info-Veranstaltung Rede und Antwort: Die Laufspezialisten (von links) Rainer Schütz, Gerald Backofen und Wilfried Aufenanger.

Foto: Vorrath



Schütz und Stützpunktleiter Gerald Backofen das Training bis zum Eon-Kassel-Marathon skizzieren. Eines machen alle drei aber gleich im Vorfeld klar: „Von Null auf 43 - das geht nicht.“ Will sagen, wer untertrainiert ist, sollte die längste Laufstrecke nicht angehen. Um die Marathon-Stafel aber (hier warten zehn und zwölf Kilometer lange Abschnitte) mitlaufen zu können, dafür reiche die Zeit allemal. Dank der guten Trainingsmethoden, die man in Hofgeismar hat.

### Alle haben ihr Ziel erreicht

Denn die Hofgeismarer sind von Anfang an als Stützpunkt dabei - und man hat sich in dieser Zeit eine Menge Wissen

angeeignet. Das macht sich bemerkbar. Jeder der Läufer, der am Training teilnahm, blickt Backofen auf das vergangene Jahr zurück, „hat sein Ziel auch erreicht.“

So soll es auch diesmal sein - und Hofgeismar will nicht nur die Läufer auf das Ereignis vorbereiten, sondern auch die Walker. Mit Gudrun Fehling habe man hier eine qualifizierte Kraft, sagt Rainer Schütz - und bei der Auftaktveranstaltung am Freitag wird auch Walking-Ikone Renate Bauer dabei sein. Willkommen bei der Veranstaltung ist

übrigens jeder - unabhängig von einer Vereinszugehörigkeit.

Dieses Angebot nehmen auch immer mehr Sportler aus der Region an. Nicht nur aus der ehemaligen Kreisstadt kommen die Läufer und Walker - sondern aus dem gesamten Altkreis.

Der Hofgeismarer Stützpunkt ist damit ein Spiegelbild des Marathons - auch dort wächst die Teilnehmerzahl jährlich um zehn Prozent. Zuletzt kamen über 12 000 zu der Laufveranstaltung.

Wer noch keinen Startplatz

hat, kann einen gewinnen: Die HNA verlost fünf freie Startplätze. Gewinnen kann, wer heute unser Glückstelefon anruft und als Lösungswort Kassel-Marathon sagt.

Der Anruf aus dem deutschen Festnetz kostet 50 Cent, die Preise aus dem Mobilfunknetz können abweichen. Ein Startplatz kostet derzeit zwischen zwölf (Mini-Marathon) und 45 Euro (Marathon). (mrf)

**GLÜCKSTELEFON**

**Rufen Sie an:**

**0 13 79 / 01 33 50**