

Läufer des Monats

Gerald Backofen, Lauftreff Hofgeismar

Irgendwann vor ein paar Jahren sagte sich Gerald Backofen: „Ich muss mal was machen.“ Kurz zuvor hatte er beim E.ON Mitte Kassel Marathon zugeschaut – das war schon mal ein guter Anfang, würde Lauflegende Dieter Baumann dazu sagen. Bei Gerald ging's weiter. Zunächst quälte er sich allein auf den Hofgeismarer Westberg hoch. „Nach vier Kilometern war ich fix und fertig“, erzählt er heute, „wie soll das nur gehen?“ Dann meldete er sich bei einem VHS-Kurs an, den Hermann Kilian leitete und bekam dort kompakt das Einmaleins des Laufens beigebracht. Und siehe da: 2008 lief der 47-Jährige schon seinen ersten Marathon in 4:09:48 und war mächtig stolz. Gerald blieb dran, schloss sich dem Marathon-Stützpunkt beim Lauftreff Hofgeismar an. „Ich hätte nie gedacht, dass ich mal so mit dem Laufvirus infiziert werde“, sagt er, doch das Fieber hat ihn unwiderruflich gepackt. Der Spaß in der Gruppe macht einen großen Teil aus, mehrfach ist er mit Laufpartner Wolfgang Rüdiger bei Marathons gestartet. Inzwischen sind es bereits acht Marathons (zweimal Kassel, Frankfurt, Hamburg, Amsterdam, Pitztal/Imst-Gletscherlauf und Wien) und Gerald hat seine Leistung kontinuierlich verbessert. Der Höhepunkt war nun in Wien beim großen „Haile-Event“, wo er nach mit einer klasse neuen Bestzeit von 3:16:29 ins Ziel kam. Ein tolles Ergebnis für ihn und ein Beispiel dafür, was man alles erreichen kann, wenn man gut vorbereitet ist. Die hat Gerald immer, bei den Nordhessen-Cups ist er Dauergast. Und gemeinsam mit Ehefrau Gabi hat er die Pläne für die nächste Marathon-Reise schon in der Schublade. In Kassel am 22. Mai wird es erst mal der Halbe – denn eines hat er in den sportlich erfolgreichen letzten Jahren auch gelernt: Man muss es nicht übertreiben. So bleibt die Lust am Laufen garantiert erhalten.



(mikü)

Foto: Gerald Backofen