Lahrer Zeitung
vom 13. März 2010

Cornelia und Hans Herde engagieren sich mit ihrem Spendenlauf für die Aids-Hilfe. Fotos: Privat/Archiv

»Anstrengung zahlt sich aus«

Spendenlauf der Herdes stößt auf große Resonanz / Vorbereitung läuft auf Hochtouren

Von Benjamin Klein

Offenburg/Ortenau. »Laufend helfen« – so lautet das Motto des Spendenlaufs von Offenburg nach Straubing, den das Ehepaar Cornelia und Hans Herde ins Leben gerufen hat. »Die Anstrengungen scheinen sich aber auszuzahlen«, sagen die beiden Offenburger. Bereits 8585 Euro sind auf dem Spendenkonto eingegangen.

Über 700 Kilometer zu Fuß an nur 17 Tagen zu bewältigen – das klingt nach einer Herausforderung, die selbst erfahrene Sportler an ihre Grenzen stoßen lässt. Für das Ehepaar Herde wird diese schier unmenschlich anmutende Aufgabe ab dem 28. Juli zur Realität. Zugunsten der Aids-Hilfe und der Initiative »Laufend helfen« wollen die beiden gebürtigen Bayern bis ans Limit gehen. »Da ist es natürlich doppelt motivierend, wenn unser Engagement auf so viel Unterstützung trifft«, sagt Hans Herde voller Stolz.

Um den anstehenden Strapazen gewachsen zu sein, hat der Hobbyläufer, der bereits 1985 seinen ersten Marathon gelaufen ist, einen speziellen Trainingsplan für sich und seine Ehefrau aufgestellt. »Seit knapp drei Jahren laufen wir beide täglich. Damit haben wir im Vorfeld eine gute Basis geschaffen«, erläutert Herde. Für ihn steht außer Frage: Wer an 17 Tagen ohne Unterbrechung jeweils Etappen zwischen 35 und 50 Kilometern Länge bewältigen wolle, müsse sich auch quälen können. »Seit der Starttermin des Spendenlaufs feststeht, heißt es für uns beide Kilometer fressen«, scherzt der Hobbysportler. Bei der Vorbereitung zehren die Herdes vor allem von Hans' Erfahrung als Ultra-Läufer. »Distanzen von mehr als 60 Kilometern am Stück zurückzulegen, erfordert viel Konzentration. Deshalb ist uns beiden klar: Die Strecke von Offenburg nach Straubing laufen wir weniger mit den Beinen – wir müssen sie im Kopf laufen«, so Herde.

Ein solch straffes Trainingsprogramm fordert selbstredend auch Zugeständnisse im Alltag. »Unser Pensum zwingt uns, jeden Tag nach der Arbeit zwei Stunden trainieren zu gehen. Da ist natürlich nicht mehr viel mit Ausgehen.« Dies ist für die Herdes jedoch weniger Entbehrung als Ansporn. »Wir haben so viel Energie in die gute Sache gesteckt. Jetzt wollen wir die Herausforderung auch mit aller Entschlossenheit angehen. Wir sind uns sicher: Die Arbeit wird sich lohnen«, ist sich das Ehepaar einig.

Doch nur mit Laufen ist es längst nicht getan. Während Hans die Homepage pflegt und aktualisiert, akquiriert seine Frau unermüdlich neue Sponsoren und bereitet die Streckenunterkünfte vor. »Bis am 13. August alles vorbei ist, gibt es noch viel zu tun. Aber wir unterstützen uns gegenseitig so gut es geht.« Ohnehin hätten die Herdes im Vorfeld nicht damit gerechnet, dass ihr Vorhaben derart erfolgreich anlaufen würde. »Das ist natürlich die richtige Nahrung für unsere Motivation, aber auch ein Stück Selbstbestätigung.«

INFO

Spenden: Treuhand-Konto Herde, Verwendungszweck Spendenlauf »run4help«, Nr. 1004377156, BLZ 66450050. Weitere Informationen unter www.hcherde.de.