700 Kilometer im Laufschritt

Am kommenden Mittwoch startet in Offenburg ein Spendenlauf nach Straubing in Niederbayern / Jeden Tag ein Marathon

Von unserem Redakteur
Hubert Röderer

ORTENAU. Aus einem geplanten Privatlauf wurde ein ausgewachsener Benefizlauf – einer, den die beiden Veranstalter Cornelia und Hans-Jürgen Herde aus Offenburg schon vor dem Startschuss als vollen Erfolg verbuchen können. Sie haben bereits 17000 Euro Spendengelder zusammen. Ein Großteil davon fließt der Aidshilfe Offenburg/Ortenaukreis zu. Jetzt kommt sozusagen noch die Pflicht: 700 Kilometer in 17 Tagen – im Laufschritt. Los geht's am kommenden Mittwoch. Weitere Sponsoren und Mitläufer – ob nur eine oder alle Etappen – sind willkommen.

Spendenläufer: Cornelia und Hans-Jürgen Herde FOTO: HUBERT RÖDERER

Es klingt wie eine Schnapsidee – ist aber wirklich keine. Dennoch startet am Mittwoch, 28. Juli, 9 Uhr, vor dem Rathaus in Offenburg ein schier unglaubliches Unterfangen. In 17 Tagesetappen will die Läufergruppe um Cornelia und Hans-Jürgen Herde das Ziel in Straubing erreichen. Offenburg ist beider Wahlheimat, die Stadt in Niederbayern Heimatstadt. Gelaufen wird – pi mal Daumen – täglich ein Marathon. Mal sind es genau 42 Kilometer, mal nur 33. Dafür wartet mit der elften Etappe nach Donauwörth (53,5 Kilometer) auch ein Hammer.

Doch dem Ehepaar, das beruflich über mehrere Umwege – München, Aschaffenburg – in der Ortenau gelandet ist, ist nicht bange. „Wir haben gut trainiert", sagt Cornelia Herde. Nicht erst seit Tagen, sondern seit Jahren. Die beiden sind routinierte Ausdauersportler, „er aber deutlich besser als ich", räumt die 51-Jährige ein. Sie arbeitet als Sekretärin bei der Hochschule Offenburg, hat erst vor etwa sechs Jahren mit dem Dauerlaufen begonnen, es aber schon zu ansprechenden Leistungen gebracht. Erst neulich lief sie die 100 Kilometer im schweizerischen Biel in 15 Stunden. Ehemann Hans-Jürgen lief „Biel" schon in 12:19 Stunden. Beim Hamburg-Marathon vor wenigen Wochen blieb die Uhr nach 42 Kilometern in vorzüglichen 3:41 Stunden stehen. Sein persönlicher Marathon-Rekord datiert von 1989. Die Zeit: 3:25 Stunden. Inzwischen sind beide nicht nur leidenschaftliche Jogger, sondern zählen sich sogar zur Gruppe der „Täglichläufer". Wie es der Name sagt: Jeden Tag wird eine Einheit absolviert, und wenn's auch nur mal um den Häuserblock herum geht. „Im Schnitt aber laufe ich täglich 8,5 Kilometer", sagt Cornelia Herde, „mein Mann zwölf." In diesem Jahr hat sie in den Laufschuhen schon 2500 Kilometer zurückgelegt, er 3000. Mit einer gewissen Professionalität habe man seit Jahresbeginn die Trainingsläufe angepackt, sagt Hans-Jürgen Herde, beruflich bei der Firma AKG in Appenweier tätig: „Das Schwierige: „Für ein solches Unternehmen gibt es in der Sportliteratur kein spezielles Trainingsprogramm." Die Voraussetzungen, um die 700 Kilometer gut zu packen, seien aber bestens. Das Tempo werde mit einem Kilometerschnitt von etwa sieben Minuten gemächlich sein. Dass der Lang-Lauf gesundheitlich bedenklich sei, „glaube ich nicht". Er wiege 80 Kilo, auch des Laufens wegen sei er inzwischen von seinem einstigen Höchstgewicht von 103 Kilogramm weit entfernt.

Das Ehepaar Herde wird nicht alleine unterwegs sein. Für die erste Etappe haben sich bereits 15 Mitläufer angemeldet, für die Schlussetappen sogar 30. Darunter der Extremläufer Norman Büchler ebenso wie der frühere Langstreckenläufer Günter Zahn, vielen noch bekannt von den Olympischen Spielen 1972 in München: Dort hat der heute 56-Jährige als Schlussläufer des Fackellaufs das Olympische Feuer entzündet. Wer ebenfalls mitlaufen will, kann dies gerne tun: Er muss sich allerdings um alles selbst kümmern, An- wie Abreise, Verpflegung, Unterkunft. Herdes geben gerne Tipps. Sie beide werden täglich auf den Beinen sein und sich abends ins Wohnmobil fallen lassen, das von ihrer Nichte gesteuert wird.

Neben dem privaten Kick: Was soll das Ganze? Mit dem Lauf werden Gelder für die Aids-Hilfen der beiden Städte sowie für den Verein „Laufend helfen" gesammelt, der sich für muskelkranke Kinder einsetzt. Unglaubliche 17 000 Euro sind bereits beisammen, von Privatleuten wie von Firmen. Zwar geht für das Ehepaar Herde schier der komplette Urlaub drauf, doch es stört Hans-Jürgen Herde nicht: „Jeder Cent, der gespendet wird, ist Motivation für den nächsten Lauf."

▶▶ Spendenlauf 28. Juli bis 13. August. Spenden an Treuhand-Konto Herde, Spendenlauf „run4help 700.17", Konto 100 437 156, Sparkasse Offenburg/Ortenau, BLZ 664 500 50. Weitere Infos: **www.hcherde.de**

Badische Zeitung
vom 21. Juli 2010