

LEICHTATHLETIK Ein Merseburger startet nach Verletzung wieder durch.

Mit Vollgas zu alter Form

VON OLAF WOLF

(aus der MZ-Neuer Landbote vom 5. August 2019)

MERSEBURG/MZ Christian Archleb hatte allen Grund zur Freude. Sein Comeback nach mehrmonatiger Verletzungspause endete mit einem guten achten Platz beim 10-Kilometerlauf in Lieskau.

Die Bandscheiben hatten dem 44-jährigen IT-Spezialisten im vergangenen Jahr einen Strich durch die Rechnung gemacht. „Ich musste komplett mit dem Laufen aussetzen“, blickt der passionierte Läufer zurück. „Erst im Mai konnte ich wieder einsteigen. Dann so weit vorn zu landen, hätte ich nicht erwartet“, fügt er hinzu.

Dabei begann der Merseburger, der für Friesen Frankleben an den Start geht, erst vor etwa fünf Jahren mit dem Laufen. „Ich habe mir da gesagt, du wirst bald 40. Da wollte ich etwas Neues für mich tun. Und wenn du einmal mit dem Laufen angefangen hast, ist es wie eine Sucht. Man kann nicht wieder aufhören.“

Bis zu siebenmal in der Woche trainiert Christian Archleb. Das habe er im Augenblick allerdings auf fünf Einheiten reduziert, geht dafür zweimal wöchentlich zu einem speziellen Rückentraining, erzählt er. Zehn bis 15 Rennen absolviert Christian Archleb pro Jahr, ist bei den Merseburger Kreisrangläufen ebenso zu sehen, wie auch beim Mitteldeutschen Marathon. Da wagt er sich dann schon mal auf die halbe Marathondistanz.

Ein großes Ziel schwirrt schon eine ganze Weile in seinem Kopf herum: Archleb will einmal in seinem Leben den berühmten London-Marathon laufen. „Dort zu laufen, wäre schon ein Traum. Aber dann muss es auch die volle Strecke sein“, meint er selbstbewusst. Der Merseburger hat sich dafür allerdings klare Kriterien auferlegt: „Das kommt nur dann in Frage, wenn ich unter drei Stunden bleibe.“ Und er weiß auch, dass es nicht so einfach ist, eine Startnummer zu bekommen. „Die haben dort eine Quote von drei Prozent für ausländische Starter“, weiß er zu berichten.

Bis das klappt, wird er weiter trainieren. Beim „Leunaer Saale-anlagenlauf“ Ende August wird er wieder zu sehen sein. Und da will er dann noch ein ganzes Stückchen weiter vorn landen.