

Laufsport: Milena Redecker beißt sich durch

Astrid Plaßhenrich am 03.10.2017 um 00:04 Uhr





Blick voraus: Milena Redecker vom SV 1860 Minden ist zum ersten Mal den Berlin Marathon gelaufen. Die Strecke ist flach und sehr schnell. (© Foto: pr)

Minden (mt). Ab Kilometer 25 ging nichts mehr. Die Schmerzen in der Magengegend wurden schlimmer, jeder Schritt war eine Qual. Dennoch gab Milena Redecker vom SV 1860 Minden beim 44. Berlin Marathon nicht auf. Dafür hatte die 25-Jährige zu viel Zeit in die Vorbereitung investiert, als jetzt einfach hinzuschmeißen. Und ihr Ehrgeiz zahlte sich aus: Redecker steigerte ihre persönliche Bestzeit auf 3:26:52 Stunden.

„Es war einfach schade, dass ich die Magenprobleme bekommen habe. Die Vorbereitung lief richtig gut, sodass ich eine Zeit von unter 3:15 Stunden angepeilt habe“, erzählt die Mindenerin, „aber bereits nach der halben Strecke wusste ich, dass das nichts wird.“ Die 25-Jährige biss sich trotzdem durch. „Ich habe aufgrund der Vorbereitung Treffen mit Freunden abgesagt, auf einiges verzichtet. Ich wollte jetzt nicht einfach aufgeben, auch wenn ich ernsthaft darüber nachgedacht habe“, sagt die SV-Athletin. So ging es Schritt für Schritt in Richtung Brandenburger Tor, wo sich der Zielbereich befindet. Nach den anstrengenden und fordernden 42,195 Kilometern flossen ein paar Tränen - vor Erschöpfung, Erleichterung, vielleicht auch ein wenig vor Stolz, den Lauf trotz der Schwierigkeiten zu Ende gebracht zu haben. „Ich war einfach nur froh“, erklärt Milena Redecker.

Zwar war es für die Mindenerin der vierte Marathon, in Berlin startete sie aber zum

ersten Mal. Und so schnell wird es auch keine Wiederholung geben. „Ich mache jetzt eine Pause von den langen Distanzen und konzentriere mich im kommenden Jahr auf die kürzeren Strecken“, sagt die 25-Jährige.

Redeckers guter Freund Emanuel Meier kehrte ebenfalls mit persönlicher Bestzeit aus der Hauptstadt zurück. Die stand vorher bei 3:37 Stunden, jetzt überquerte er die Ziellinie bereits nach 3:11:53 Stunden. Auch Yvonne Zierenberg nutzte den schnellen, flachen Kurs, um ihre Bestzeit zu steigern. Beim Mindener Volkslauf hatte die Mindenerin bereits angekündigt, unter 3:30 Stunden zu bleiben. Das gelang eindrucksvoll: Die SV-Athletin beendete zeitgleich mit Vereinskollege Uli Drees den Marathon nach 3:17:40 Stunden.

Ebenfalls zeitgleich ins Ziel kamen Anja Heumann und Bernd