

Regelmäßig stellen wir hier Läuferinnen und Läufer aus der Region vor. Auch „Dets friends“, die Athleten aus dem Sympathieteam von Dets Laufshop, die nicht ganz so schnell wie das Raceteam sind. Heute:

DETS FRIENDS

Bei Dets friends ...: Wolfgang Schäfer

„Aus Anfängerfehlern gelernt“

Wolfgang Schäfer wurde 1967 geboren und lebt in Laatzen. Der 1,93 m große Sportler spielte als Kind relativ erfolgreich Rugby bei Victoria Linden (mehrfachiger Niedersachsenmeister, Deutscher Meister in der Jugend). Nach einem Umzug wechselte er zum Fußballspielen und gelangte dort bis in die Bezirksoberliga.

In der Reha nach einer Meniskusoperation war Wolfgang viel in der Eilenriede gelaufen. Da das anschließende Mannschaftstraining mit dem Ball immer wieder zu Knieproblemen führte, entschloss er sich, „nur“ noch geradeaus zu laufen. „Dabei habe ich gemerkt, dass ich gerne längere Strecken laufe“, erinnert sich Wolfgang. „Mein erster Marathon in Hannover war allerdings sehr ernüchternd (4:00:10 Stunden).“ Er hatte fast alle Anfängerfehler gemacht, die man machen kann.

„Aber aus den Fehlern habe ich meine Lehren gezogen und kurze Zeit später bin ich in Berlin fast 36 Minuten schneller gewesen.“ Von da an war sein Ziel: die 3-Stunden-Marke zu knacken.



In Florida

Insgesamt ist ihm das bisher sieben Mal gelungen. Wolfgangs Ziel: Noch einmal unter der magischen Drei bleiben, wünscht sich der stellv. Teamleiter der Stadt Laatzen im Bereich Bildung und Sport, auch wenn die fitnes das aktuell nicht zulässt.



Wolfgangs Persönliche Bestzeiten:

3.000 m	10:13 min.
5.000 m	17:43 min.
10 km	36:23 min
Halbmarathon	1:20:18 Stunden
Marathon	2:55:18 Stunden

Reisen mit Laufen verbunden

Außerdem liest Wolfgang Schäfer (bevorzugt Krimis) und reist gerne und befasst sich mit allem, was mit Sport zu tun hat. Teilweise verbinde er das Reisen mit einem Lauf-Event, etwa einem Marathon.

Zum Beispiel in Stockholm, New York, Boston, Paris

Von „Dets friends“ ist bisher erschienen:

Jens Allerheiligen bei 100 km-Lauf in Deventer

Von „Dets Raceteam“ sind auf www.laufshop.de

bisher zehn Sportler-Porträts erschienen.