

Läufermomente

Wenn der Läufer über sein Leben als Läufer berichtet, dann erzählt er von der Strecke. Oder vom Marathon. Wie lang, wie schnell, wie weit. Manchmal berichtet er auch von Schuhen. Und am allerliebsten von seinen Zipperlein. Aber der Schein trügt. Das, was sein Leben als Läufer ausmacht, ist nämlich viel mehr als das. Dazu gehört nämlich etwas, was mit ihm passiert ist, auch wenn er die Laufschuhe gar nicht anhat. Ich meine nicht solche Dinge wie mehr essen und besser schlafen. Vielmehr denke ich an Läufermomente, die einem gar nicht immer bewusst sind.



Plötzlich stellen wir fest, dass wir geduldiger sind als andere. Der lange Atem hat sich in unsere Läufer-DNA eingebaut. Wir können gut in größeren Bögen denken. Wir lassen nicht so leicht locker, sind zäher und oft härter im Nehmen. Wir wissen, dass Unangenehmes kommt und auch wieder geht. Wir sind selbstbewusster, weil wir schon viele Ziele erreicht haben. Und wenn wir mal eines nicht erreichen, hebt uns das nicht aus. Wir sind entschlossen und neigen nicht dazu, zu kneifen. Wir sind auch ein bisschen stur und lassen uns ungern von etwas abbringen, was wir uns vorgenommen haben. Aber wir nehmen vieles sportlich. Wenn wir auf Abwege geraten, finden wir oft auch wieder zurück. Wir geben nicht so leicht auf. Wir wohnen in unserem Körper und wir wohnen schön. Kein saunierender Finne trinkt so gern wie wir. Wir merken auch, dass wir – wie Hundehalter und Radfahrer – immer bestens über das Wetter informiert sind. Es ist uns ja schon am Morgen vom Mützenschirm heruntergetropft. Wir haben nicht das geringste Problem damit, verschwitzte Menschen zu umarmen. Menschliches ist uns nicht fremd. Und Natürliches auch nicht. Wir wissen exakt, wann die Magnolien so weit sind. Und wann es bei den Platanen los geht. Und wir können sehr genau abschätzen, wie lange man in unserem Ort zu Fuß von A nach B braucht. Wenn man solche Dinge bemerkt, sind das immer schöne Läufermomente.



Ich hatte kürzlich einen sehr klassischen Läufermoment. Am 1. Mai wollte ich meine Mutter besuchen, die derzeit vorübergehend in einem Altenheim lebt. Ich wollte etwa gegen 11 Uhr da sein und dann mit ihr zu Mittag essen. Öffentliche Verkehrsmittel sollten mich dort hin bringen, erst die Straßenbahn, dann die S-Bahn. Doch bei meiner Planung unterlief mir ein fataler Fehler. Die Demonstrationen zum 1. Mai zogen genau durch die Straße, auf der die Straßenbahn unterwegs war. Ich stand an der Haltestelle, die Demo war gerade durch und zog drei Straßenbahnen hinter sich her. Sie fuhren in Schrittgeschwindigkeit. Würde ich in eine davon einsteigen, würde ich meinen Anschluss niemals bekommen. Alles würde sich verschieben, ich würde zu einem ungünstigen Zeitpunkt im Heim eintreffen und direkt ins Mittagessen geraten. Auch ein Taxi würde hier nicht durchkommen. Zurücklaufen und das Fahrrad holen würde zu lange dauern. Ich sah auf meine Füße. Schuhe mit dünnen Ledersohlen. Zum Laufen kaum geeignet. Ich trug eine leichte Daunenjacke, am Arm eine Handtasche mit Pralinen. Und dann beschloss ich, es doch zu versuchen. Ich klemmte die Handtasche unter den Arm und lief einfach los.



Es sind etwas mehr als 1,5 km bis zur S-Bahn-Haltestelle. Nicht erwähnenswert für einen Läufer. Ich lief an der kompletten Demo vorbei, an Polizisten und Fahنشwenkern. Megaphone quäkten in mein Ohr. Aber ich hatte ein Ziel. Und ich weiß eben, wie es ist, wenn man ein Ziel hat. Auch ein Zeitziel. Natürlich hatte ich beim Start auf die Uhr gesehen. Nach sieben Minuten war ich an der Konstabler Wache. Die Straßenbahn braucht sieben. Die Lederschuhe hatte ich gar nicht bemerkt. Ich war einfach drauf los gelaufen, alles war egal, würde ich nur die S-Bahn noch bekommen. Als ich auf das Stationsdisplay sah, wurde die S-Bahn Ankunft in 4 Minuten angezeigt. Ich hatte sogar noch Zeit, mich wieder menschlich her zu richten. In meinem früheren Leben als Nichtläuferin wäre ich der Situation ausgeliefert gewesen. Ich hätte geflucht und schlechte Laune bekommen. Durch das Laufen konnte ich meinen Ärger einfach weglaufen und dabei etwas Sinnvolles tun. So fühle ich als Läuferin öfter. Es gibt immer einen Ausweg. Und auf dem kann man zum Ziel laufen.

Schnipsel aus «Laufen mit FrauSchmitt», Frankfurt -Läufermomente
<https://laufen-mit-frauschmitt.de/laeufermomente/>



Also, was soll jetzt mit diesen Zeilen passieren? Auf die Hornpage tun?
Oder per Mail zusenden?

Wie wäre das:

Ich schicke sie per Mail. Allen jenen als «to:», die **nicht** dabei waren
All jenen «bcc» welch man kaum kennt. Als kleiner Wink so zu sagen.
Dann sind noch jene, die anwesend waren. Ja und genau sie haben be-
sonderes Potenzial. Sie bekommen es als «cc».

Hää? Ihr kommt nicht ganz mit?

Nun, eine kleine Hilfe:

Ein Kollege hat mich kürzlich gefragt, was «cc» heisse:
Was sind denn euren Vorschläge?

.....

«Concering career»



Die LG Horn bietet aktuell eine hervorragende Entfaltungsmöglichkeit.



Liebe Lilo, lieber Ueli

Wir danken euch ganz herzlich, dass wir bei euch zu Gast sein dürfen, zusammen sein und auf ein paar Episoden des (Lauf)-Jahres zurück- und auf Festtage ausblicken.

Für euch zwei ganz alleine gibt es nun noch den «Grands Cru».

Ein grosses Dankeschön Julia und allen HelferInnen beim Organisieren, den Spendern der vielen Kuchen, Torten, Madeleines, Brote, Nüssli, Mandarinen, Käse, Jacqueline für die ganz persönliche Weihnachtsgeschichte von Peter Reber, und den Berne Mutzen vom Gurten / Rendez vous Bundesplatz Anlass.

Wir vom Vorstand wünschen euch die Hörner frohe weihnachtliche und inspirative läuferische Momente, einen guten Rutsch und viel Spass 2019 in und umzingelt von Laufschuhen. Laufliebe oder so ...

Und last but not least: Vergesst nie zu schauen, wo ihr auf Mailverteilern gelistet seid 😊

