

SERIE PAPE LÄUFT (FOLGE 11)

Der will nur spielen

Der beste Freund des Menschen ist der Hund. Es sei denn, der Mensch trägt Laufschuhe.

WEGBERG Die Katze ist laut einer Umfrage der beste Freund des Menschen. Befragt wurden hundert willkürlich ausgesuchte Briefträger. Ansonsten gilt: Der beste Freund des Menschen ist der Hund. Es sei denn, der Mensch trägt Laufschuhe.

Die letzten Laufeinheiten sind mir erstaunlich leicht gefallen. Ich habe mich fit gefühlt, jeden Schritt bewusst wahrgenommen, konnte die Energie des Weges förmlich in meinen Beinen spüren. Doch jetzt ist alles anders. Das Wetter! Es ist stickig, drückend, schwül. Wie sagt man so schön: „Et ist mutschig!“ Seit ein paar Tagen habe ich das Gefühl, gegen eine unsichtbare Wand zu laufen. Widerwillig ziehe ich mir meine Laufschuhe an. Ich glaube, ich stecke in einem Motivationsloch. Es kommt zu einer ersten schmerzhaften Begegnung mit einem Hund – dem inneren Schweinehund.

Dieser Hund ist ganz sicher nicht der beste Freund des Menschen. Verdammte, ich muss ihn davonjagen! Hat man erst mal den Fuß vor die Haustür gesetzt, wird der knurrende Schweinehund plötzlich ganz lieb und verkrümelt sich in sein Körbchen. Also los! Sofort schlage ich den Weg in den Wald ein, erhoffe mir hier ein bisschen Kühle. Ich ziehe leicht das Tempo an, um kurz darauf meine Laufgeschwindigkeit wieder zu drosseln. Vor mir geht ein Hundehalter mit seinem Vierbeiner spazieren, der nicht angeleint ist. Laufe ich an den beiden vorbei? Vielleicht springt mich der Hund an. Denn alles, was sich schnell bewegt, erfüllt beim Hund das Beuteschema. Ein Läufer ist für einen Hund instinktiv eine offene Dose Chappi.

Ich laufe immer näher auf die beiden auf. Irgendwie muss ich mich bemerkbar machen. Ich beginne mich ganz beiläufig zu räuspern. Nichts. Das Räuspern steigere ich zu einem deutlich vernehmbaren Husten. Doch Hund und Herrchen sind so sehr mit sich beschäftigt, dass sie keinerlei Notiz von mir nehmen.



Alles, was sich schnell bewegt, erfüllt beim Hund das Beuteschema. Ein Läufer ist für einen Hund instinktiv eine offene Dose Chappi, deshalb hat Christian Pape immer leckere Würstchen für die Vierbeiner dabei.



FOTO: DIRK JANSEN/MANUS SINISTER

Ungelenk schliddere und schrabbe ich mit meiner Schuhsohle über den Waldboden, als wäre ich zufällig über eine Wurzel gestolpert. Es hilft. Herrchen dreht sich zu mir um, pfeift seinen Hund herbei und hält ihn am Halsband fest, bis ich die beiden passiert habe. Längst habe ich mir angewöhnt, mich dann zu bedanken. Prompt kommt ein nettes „Gerne geschehen!“ zurück.

Als Läufer sollte man eben immer bedenken, dass „Nachlaufen“ und „Jagen“ des Hundes liebste Spiel sind. Der Hund ist einfach tief in seinem Inneren ein Jagdtier. Auch wenn man sich das kaum vorstellen kann, wenn Hunde zum Beispiel in

Düsseldorf auf der „KÖ“ in Handtaschen spazieren getragen werden. Diese Hunde haben auch alle denselben Namen, der meistens außen auf die Tasche gestickt ist: „Gucki“ oder so ähnlich. Wahrscheinlich, weil die Hunde immer so vorwitzig aus der Tasche gucken.

Doch meine Heimat, meine Laufstrecken sind ländlich geprägt. Hier gibt es keine Taschenhunde. Das erfahre ich bei meinem Waldlauf kurze Zeit später am eigenen Leib. Ein herrenloser Hund von der Größe eines Einfamilienhauses bricht plötzlich aus dem Unterholz und rennt laut bellend auf mich zu. Mist! Weit und breit keine Handtasche in Sicht.

Ich versuche mich zu beruhigen. Denn Hunde können Angstschweiß riechen. Angst stinkt. Immerhin haben Hundenasen rund fünf Millionen Riechzellen. 60 Mal mehr als Menschennasen. Der Hund, der da so bellend vor mir steht, muss ich aufgehört haben zu bellen!“? Da bahnt sich eine Frau mittleren Alters keuchend eine Schneise durch das Keulendickicht. Die Hundehalterin! Sie wird ihr Schnuckelchen schon in die Schranken weisen, mit

effektiven Befehlen wie „Sitz!“, „Aus!“ oder „Platz!“ Von wegen. Sie öffnet prustend ihren Mund und ruft mir zu: „Der tut nix. Der will nur spielen!“

Okay, wenn dieser Prachtjunge nur spielen will, dann reicht das schon, um mich wie ein Karnickel durch den Wald zu schleifen und am nächsten Baum zu verbuddeln. „Hasso ist ganz brav. Der beißt nie!“ Na prima. Schnappt der Kleine dann doch zu, wird Frauchen garantiert schnell das Wort „sonst“ ergänzen. Daran sieht man wieder: Das Problem ist der Mensch. Ein gut erzogener Hund setzt einem laufenden Menschen erst gar nicht nach.

Wichtig ist, dass man als Läufer in solchen Situationen dem Hund gegenüber ausstrahlt: Ich interessiere mich nicht für dich! Am besten die Hände an den Körper legen, sich vom Tier abwenden, keinen Blickkontakt aufnehmen und vor allen Dingen: Nicht laut rufen! Sonst wird das Tier nur noch nervöser und aggressiver.

„Haben Sie gehört? Der tuut nix!“ Pssst, leise! Doch der Hund fletscht schon die Zähne und sträubt knurrend sein Fell. Vielen Dank auch.

Mir plumpsen unzählige Steine vom Herzen, als genau in diesem Moment eine Gruppe Walker um die Ecke biegt. Ihr wisst schon, die mit den „Stöckchen“. Sofort stürzt sich Hasso auf seine neuen Spiegelgefährten und mein Weg ist wieder frei.

Doch schon an der nächsten Weggabelung hängt mir ein kleiner Pudel an der Wade. Er ist total verzückt und fängt tatsächlich an, „Fortpflanzungsbewegungen“ zu vollführen. Mit einem kleinen, lebensbejahenden Freund am Bein lässt es sich aber nur mittelgut laufen. Und

dem Besitzer ist das noch nicht einmal peinlich. Wenn das mein Hund wäre, ich würde mich wahrscheinlich schämen. So wie früher, wenn ich mit Mama und Papa Fernsehen geschaut habe und plötzlich gab sich das Liebespaar im Film unvorhergesehen einer leidenschaftlichen Kuss-Szene hin. Ich wusste nie, wo ich hingucken sollte, während Papa hektisch die Fernbedienung suchte und schließlich mit den Worten „Mahlzeit!“ umschaltete.

„Entschuldigung!“, sagt der Hundehalter wie selbstverständlich zu mir. „Das macht mein Pudel immer wieder.“ „Ist schon in Ordnung“, entgegne ich ihm. „Solange ich keine Alimente zahlen muss.“

Manche Läufer haben extra Pfefferspray dabei, um sich vor Hundeangriffen zu wehren. Das finde ich eindeutig übertrieben. Ich trage lieber leckere Würstchen bei mir. So mache ich

mich bei Hundern sehr beliebt. Oft habe ich eine richtige Fangemeinde um mich herum, die mir sogar nachläuft. Alle vierbeinig. Das sind dann die Trainingseinheiten, in denen meine Pulsuhr den mit Abstand höchsten Wert anzeigt. Und wenn ich von einem solchen „Tempotraining“ nach Hause komme, werde ich sogar selbst zum Hund. Ich lege mich auf die Couch, strecke alle Viere von mir, meine Zunge hängt bis auf den Boden und ich fange laut an zu schnarchen. Das ist dann wohl der Mops in mir.

CHRISTIAN PAPE (42) IST HUMORIST UND HOBBYLÄUFER. AM 2. OKTOBER 2016 GEHT ER MIT RP-REDAKTEUR MICHAEL HECKERS (42) BEIM KÖLN-MARATHON AN DEN START.



Hanßen und Ruppert mit Top-Leistungen in Mannheim

Leichtathletik: Trotz eines Zeitverzugs von knapp zwei Stunden zeigten die beiden Läufer des SC Myhl LA über 400 Meter gute Leistungen.

VON JULES REINECKE

ERKELENZERLAND Beim Sprinter- und Läuferabend der MTG Mannheim im Michael-Hoffmann-Stadion zeigten die beiden Top-Athleten des SC Myhl LA Jonas Hanßen und Frederik Ruppert, dass sie mächtig an ihrer Form für die kommenden Aufgaben gearbeitet haben. Trotz vieler organisatorischer Mängel – knapp zwei Stunden Zeitverzug und weitere Unzulänglichkeiten – traten sie mit sehr guten Leistungen wieder den Heimweg an.

In einem knallharten Rennen bewies Hanßen große Steherqualitäten und wurde am Ende Gesamtvierter



Jonas Hanßen hielt über 400 Meter die mehrfachen Deutschen Meister Erik Krüger und Kamghe Gaba in Schach.

FOTO: SC MYHL LA

Magdeburg/47,98) und Kamghe Gaba (LG Eintracht Frankfurt/47,27) in Schach.

Im vierten Lauf gab es für Frederik Ruppert nur ein Ziel. Er wollte seinen Hausrekord von 51,71 Sekunden aus dem Jahr 2014 knacken. Nach kontrolliertem Beginn, gab er ab der 200 Meter Markierung deutlich den Ton im Rennen an, und setzte sich vom Feld ab. Mit über zwei Sekunden Vorsprung erfüllte er sein Ziel mit 49,26 Sekunden und gab der nationalen Mittelstreckenkonkurrenz ein deutliches Zeichen.

Ebenfalls mit neuer Bestzeit zeigte sich Alina Kuß (Erkelenz/Düsseldorf) in Mannheim. Trotz starker 12,15 Sekunden verzichtete sie auf

die Zeitendläufe über 100 Meter, um sich weitere Körner für die später auf dem Programm stehenden 200 Meter aufzuheben. Mit 25,00 Sekunden erreichte sie das Ziel als Neunte der Frauenwertung und blieb damit in unmittelbarer Nähe ihres Hausrekordes.

Für Jonas Hanßen steht am Wochenende das erste große Highlight der Saison an. In Kassel finden die Deutschen Meisterschaften statt, bei denen der junge Holzweiler als Titelverteidiger über seine Parade-disziplin 400 Meter Hürden an den Start geht. Dabei geht es auch um die Qualifikation für die Europameisterschaften in Amsterdam Anfang Juli.

MELDUNGEN

TENNIS

Schnuppertraining beim Post-SV Erkelenz

ERKELENZ (RP) Obwohl der Zuspruch beim TC Post-Sportverein Erkelenz in dieser Saison mit bisher 76 Neuaufnahmen groß ist, freut sich der Verein über weiteren Zuwachs. Deshalb bietet der Post-SV die Möglichkeit zum Schnuppertraining an. Hierzu wenden sich Interessierte an den Sportwart Stefan Berghausen (stefan_berghausen@post-sport-erkelenz.de) oder Jugendwart Rüdiger Röttger (friederike@web.de). Der Verein organisiert in Abstimmung mit den Interessenten kostenfreie Schnupperstunden.

Informationen zum Post-Sportverein Erkelenz unter www.post-sport-erkelenz.de

LEICHTATHLETIK

Dorfmeisterschaft bei Germania Kückhoven

ERKELENZ (RP) Am Sonntag, 26. Juni, heißt es auf dem Sportplatz an der Schule in Kückhoven wieder: „Auf die Plätze, fertig, los.“ Um 10 Uhr fällt der Startschuss zur Leichtathletik-Dorfolympiade, die gleichzeitig auch genutzt werden kann, um Anforderungen für das Deutsche Sportabzeichen zu erfüllen. Los geht es mit dem 800- und 300-Meter-Lauf, danach folgt der Dreikampf im Sprint, Weitsprung und Schlagballwurf. Die traditionelle Dorfolympiade, bei der Viererteams in spaßigen Disziplinen gegeneinander antreten, findet ab 13.30 Uhr statt. Anmeldungen können bis zum 25. Juni bei Sonja Trautwein (02431 6858), Tanja Wichelhaus (02431 948285) oder Ivonne Pankow (02431 948887) abgegeben werden.

Der SC 09 Erkelenz wird Ü50-Kreismeister

Fußball: Im Hückelhovener Glück-auf-Stadion siegten die Erkelenzer durch einen 2:0-Erfolg im Endspiel.

VON HANS-RUDOLF RITZEN

HÜCKELHOVEN Bei der von der Alt-Herren-Abteilung von Borussia Hückelhoven ausgerichteten Kreismeisterschaft für Ü50-Mannschaften sicherte sich die Oldies des SC 09 Erkelenz den Titel.

In einem überlegen geführten Finale bezwangen die Erkelenzer Titelverteidiger Concordia Haaren durch Tore von Helmut Kleef und Erwin Cüppers mit 2:0. Bereits am Samstag sind die Erka-Städter bei der Ü50-Mittelrheinmeisterschaft in der Sportschule Hennef erneut gefordert. Platz drei wurde zwischen „Team 84“ der SVG Lang-

broich/Schierwaldenrath und dem FC Randerath/Porselen gleich im Neunmeterschießen entschieden, in dem die Senioren von Ra/Po mit 5:6 unterlagen.

Beide Halbfinals gingen nach jeweils torlosem Spiel ins Strafstößschießen. Im ersten setzte sich der SC 09 mit 4:2 gegen „Team 84“ durch, das zweite gewann Concordia Haaren mit 3:2 gegen den FC Randerath/Porselen. In der Vorrunde genügte den Erka-Oldies nach zwei torlosen Partien gegen Ra/Po und dem BC 09 Oberbruch das 2:0 gegen den SV Brachelen zum zweiten Gruppenplatz und zum Einzug in die Runde der letzten Vier.



Die Alt-Herren-Fußballer des SC 09 Erkelenz freuen sich bei der Ü50-Kreismeisterschaft über den Siegerpokal und den Titel.

RP-FOTO: NIPKO