

Interview mit Eike Schröder

Eike ist am 28. Oktober 2018 seinen ersten Marathon gelaufen.

Ein Marathon ist ein Lauf-Wettbewerb von etwa 42 Kilometer.

Eike arbeitet in der Küche in Hosingen.

Er war beim Frankfurt-Marathon dabei.

Es sind etwa 8.300 Männer mit gelaufen.

Eike hat Platz 1.617 gemacht.

Das ist super.

Er ist der erste Athlet von den Special Olympics aus Luxemburg, der das geschafft hat.

Wie lange hast du für den Marathon trainiert?

Ich habe sechs bis sieben Monate 4 bis 5-mal in der Woche trainiert.

Ich gehe zwei Mal in der Woche zu dem Special Olympics-Training.

Ich habe Fitness und Stretching gemacht und ich bin Trampolin gesprungen.

Natürlich musste ich auch sehr viel laufen.

Hörst du Musik während dem Laufen?

Nein, keine Musik. Höchstens zuhause.

Ich muss ganz konzentriert bleiben.

Was war das Schwierigste beim Marathon-Lauf?

Das Schwierigste waren die letzten Kilometer.

Weil ich müde war.

Irgendwann wird jeder müde, aber ich habe durchgehalten.

Hast du vor dem Marathon auf etwas aufgepasst?

Ich habe meistens aufgepasst auf gesundes Essen.

Aber manchmal braucht der Körper auch schlechte Sachen zum glücklich zu sein.

Ich habe sehr viel Müsli, Nudeln, Gemüse und Getreide-Produkte gegessen.

Also alles, was der Körper von einem Läufer braucht.

Vor dem Marathon haben die Trainer mir gesagt:

Man soll gemütlich laufen vor dem Marathon.

Der Körper braucht auch Ruhe-Pausen.

Wie hat es sich gefühlt durch das Ziel zu laufen?

Ich war sehr froh.

Es war ein Genuss sagen zu können:

Ich hatte einen Traum und jetzt ist er in Erfüllung gegangen.

Haben die Zuschauer dich motiviert?

Oh ja. Das hat mich sehr motiviert.

Was hast du nach dem Marathon gemacht?

Nach dem Laufen war mein Tag noch lange nicht vorbei.

Es gab ein großes Buffet.

Da habe ich mir fast von allem geholt.

Vor allem warmen Tee, weil es so kalt war.

Nach einer guten Dusche sind meine Eltern zu mir in die Lounge gekommen.

Wir haben mit meinen Trainern etwas getrunken und die Rückfahrt organisiert.

Dann mussten wir noch eine Stunde zu Fuß gehen.

Fast die ganze Straße war gesperrt und es gab nur wenige Parkplätze.

Vor der Rückkehr sind wir zu Burger King gegangen:

Ein bisschen Dreck muss sein 😊

War das dein letzter Marathon?

Nein, nein!!! Sicher nicht.

Ich habe noch andere Projekte.

Es war sicher nicht der letzte.

Ich habe nur noch keine Idee, wo der Nächste stattfinden wird.

Meine Trainer haben schon etwas im Kopf und sie müssen überlegen, was am besten für mich ist.



Wir gratulieren Eike und sagen: **Super!!!**