

# TROISDORFER LG MARATHON UND ULTRA TEAM



31.12.2018/FL

## „Die To-do-Liste ist noch lang“

Marathon-Ass Andre Willems hat auch mit 51 Jahren noch nicht genug

Andre Willems (51) ist passionierter Langstreckenläufer. Im November hat er in Bangkok seinen 200. Marathon absolviert. Olaf Pohl sprach mit dem Mitglied des Marathon- und Ultra-Teams der Troisdorfer LG.

### Herr Willems, wann und wie hat Ihre Marathon-Karriere angefangen?

Das war 1993. Ich hatte vorher mit dem Rauchen aufgehört und auch schon den einen oder anderen Volkslauf über zehn Kilometer absolviert. Zur Premiere habe ich mir dann den Jungfrau-Marathon in der Schweiz ausgesucht, weil ich dort schon öfters Urlaub gemacht hatte.

### Ist dieser Lauf nicht besonders anspruchsvoll?

Doch, das ist er. Es sind über 1800 Höhenmeter zu überwinden. Ich war danach zwei Tage lang völlig fertig. Immerhin waren die folgenden Marathons in Berlin und Hamburg so kein Problem mehr für mich (lacht).

### Sie haben sich Bangkok als Ziel für ihren Jubiläums-Marathon ausgesucht – warum?

Mir gefällt es dort. Es ist warm und es gibt leckeres Essen. Ich bin meinen 200. Marathon ganz locker mit dem Foto-Apparat in der Hand gelaufen. Früher bin ich bis zu 160 Kilometer in der Woche gelaufen und wog 60 Kilogramm. Jetzt bin ich 20 Jahre älter, wiege fast 20 Kilogramm mehr und komme nur noch auf 30 bis 40 Kilometer pro Woche.

### Sie sind in Ihrem Leben weit herumgekommen. Wohin hat Sie Ihre Lauf-Leidenschaft geführt?

In Köln bin ich alle Marathons mitgelaufen – von Anfang an. In Deutschland war ich viel unterwegs, in den Benelux-Staaten, in der Schweiz. Und gerne auch in Asien. Amerika dagegen hat mich nie gereizt.



Andre Willems von der Troisdorfer LG hat schon 200 Marathons absolviert.

Foto: Pohl

### Wo steht denn Ihr Rekord über die 42,195 Kilometer?

Ich habe mehrfach die Drei-Stunden-Marke angegriffen und mehrmals knapp verpasst. Dann hat es im Jahr 2000 in Duisburg beim City-Marathon mit Start und Ziel im Wedau-Stadion mit 2:56:24 Stunden endlich geklappt; in Köln habe ich die Zeit noch einmal bestätigt. 1999 bin ich zudem in Troisdorf – quasi vor der eigenen Haustür – bei den Deutschen Meisterschaften über 100 Kilometer in 9:55:10 Stunden unter der Zehn-Stunden-Schallmauer geblieben.

### Was waren Ihre außergewöhnlichsten Erlebnisse?

2001 bin ich in Hamburg zwischen Weihnachten und Neujahr an fünf Tagen fünf Marathons hintereinander gelaufen. Beim

Elbtunnel-Marathon bin ich 48 Runden unter Tage gelaufen. Der tiefste Marathon der Welt findet aber im thüringischen Sondershausen statt; dort bin ich durch ein Salzbergwerk geflüzt. Mein höchster Marathon hat mich nach Zermatt geführt.

### Wie hat sich die Marathon-Szene in den letzten Jahrzehnten Ihrer Wahrnehmung nach verändert?

Früher wurden das Training und der Lauf ernsthafter angegangen. Heute gibt es schon mal Teilnehmer, die eine Spaßwette verloren haben. Der Anteil derer, die das Thema locker und nicht so leistungsorientiert angehen, ist größer geworden. Das sieht man auch daran, dass die Zeitfenster, in denen man ins Ziel kommen darf, immer weiter aus-

gedehnt worden sind. Heute stehen sie oft bei sechs Stunden. Der Trend geht ohnehin zum Halbmarathon.

### Wie lange wollen Sie noch laufen?

Wenn es peinlich wird und ich permanent den Besenwagen im Rücken habe, höre ich auf. Meine To-do-Liste ist aber noch lang. Die Marathons in Amsterdam, Istanbul, Turin oder Florenz wären ganz bestimmt eine Reise wert.

### Was ist für Sie das Wichtigste an einem Marathon-Lauf?

Die Menschen, die man dabei trifft. Wir sind wie eine eingeschworene Gemeinschaft. Das gemeinsame Erlebnis macht einfach Spaß. Es können sogar Freundschaften entstehen.

200. Marathon für Andi! Wir sind stolz auf Dich!

