Badische Zeitung
vom 21. August 2010

„Wir haben unsere drei Ziele erreicht“

BZ-INTERVIEW mit Cornelia und Hans-Jürgen Herde, die für einen guten Zweck in 17 Tagen von Offenburg nach Straubing liefen

OFFENBURG. 700 Kilometer in 17 Tagen: Cornelia und Hans-Jürgen Herde haben es geschafft. Vergangene Woche kam das Offenburger Läuferpaar in Straubing an. Das Spendengeld des Benefizlaufs kommt komplett drei Organisationen zugute. Gertrude Siefke traf die Eheleute in ihrem von der Kehler Firma Bürstner gesponserten Wohnwagen, der in den vergangenen Wochen als Erstwohnsitz diente.

Cornelia und Hans-Jürgen Herde vor dem Wohnmobil, das 17 Tage lang ihr Erstwohnsitz war. Sie läuft täglich seit 970 Tagen, er seit 620. FOTO: SIEFKE

BZ: *Glückwunsch! Wie fühlen Sie sich?*
Cornelia Herde: Es ist ein gutes Gefühl – und irgendwie ist es seltsam, dass die ganze Geschichte jetzt vorbei ist.
Hans-Jürgen Herde: Ich fühle mich gut und erleichtert. Wir haben unsere drei Ziele erreicht. Wir wollten auf die Krankheit Aids aufmerksam machen und die Menschen dazu bewegen, über Aids nachzudenken, das ist uns gelungen und das bestärkt uns darin, das Richtige getan zu haben. Wir wollten unser sportliches Ziel bewältigen – und wir wollten unser Spendenkonto erhöhen. Wir sind jetzt bei über 19 000 Euro und hoffen, bis Mitte Oktober die 20 000-Euro-Marke geknackt zu haben. Das Geld kommt den Aids-Hilfen in Offenburg und Straubing sowie dem Verein laufendhelfen.de zugute.

„Wir sind Täglichläufer, wir regenerieren bei einem Vier-Kilometer-Lauf.“

Hans-Jürgen Herde

BZ: *Jeden Tag einen Marathon, das hört sich gewaltig an. Lief denn alles rund?*
Cornelia Herde: Der Trainingsplan meines Mannes hätte sich ganz ausgezahlt, wenn das mit meinem Knie nicht gewesen wäre. Ich spürte auf der dritten Etappe einen Stich. Der Notarzt empfahl, eine Pause einzulegen und den Hausarzt zu konsultieren – aber das ging natürlich nicht. Auf einmal merkten wir, dass die medizinische Versorgung an Bord gleich Null war. Ich hatte sogar meine Krankenversicherungskarte zu Hause gelassen. Mit Sportlersalbe und Tabletten ging es dann weiter, ich musste nicht pausieren.
BZ: *Was halten Sie von Regeneration?*
Hans-Jürgen Herde: Wir sind Täglichläufer, wir regenerieren bei einem Vier-Kilometer-Lauf. Unsere Erfahrung damit ist sehr positiv. Man kommt nicht aus dem Training.
Cornelia Herde: Ab und zu habe ich schon gedacht, ein Tag Pause wäre nicht schlecht. Auch hätte ich mehr als die acht Stunden Schlaf vertragen können, die wir jede Nacht hatten.
BZ: *Haben Sie einen Streckenabschnitt in besonders guter Erinnerung?*
Cornelia Herde: Beuron und Weltenburg waren besonders beeindruckend.
Hans-Jürgen Herde: Wir haben entdeckt, dass wir Deutschland, dass wir unsere Heimat viel zu wenig kennen.
BZ: *Was war die größte Herausforderung?*
Cornelia Herde: Mein Knieproblem zu meistern. Ich hatte auch nachts Schmerzen und war zunächst am Boden zerstört.
Hans-Jürgen Herde: Der Start in Offenburg war sehr stressig, da meine Nichte, die das Wohnmobil fahren wollte, aufgrund einer Zugverspätung erst kurz vor 9 Uhr ankam. Wobei ihr und ihrem Freund unser ganz großer Dank gilt. Sie haben enorm viel Zeit investiert, um diesen Lauf zu ermöglichen. Unser Dank gilt auch der Stadt Offenburg und Bürgermeister Jopen, der uns eine großzügige Spende zugesagt hat.
BZ: *Was geht einem beim Laufen denn so durch den Kopf?*
Cornelia Herde: Ich höre in den Körper hinein. Was macht der Körper, was macht das Knie?
Hans-Jürgen Herde: Der lange, langsame Lauf ist wie eine Meditation. Die Gedanken kommen und gehen. Probleme kann ich auf diese Weise nicht lösen.
BZ: *Wer sich viel bewegt, darf ordentlich reinhauen – was stand denn alles auf Ihrem Speiseplan?*
Hans-Jürgen Herde: Mit weißen Brötchen, Marmelade und Honig ging es morgens los, während des Laufs gab es Energieriegel, die wir vorerst nicht mehr sehen können. Und abends haben wir zugeschlagen.
Cornelia Herde: Wir gönnten uns Nachspeise und Kuchen...
BZ: *Was war das für ein Gefühl, als Sie das Ortsschild von Straubing sahen?*
Cornelia Herde: Als ich die Silhouette der Stadt sah, hätte ich ein bisschen heulen können.
Hans-Jürgen Herde: Wir waren eine Gruppe von 15 Leuten, die Stimmung war sehr schön. Ich hatte eine Vuvuzela dabei, wir machten ordentlich Krach. Die Freude, es geschafft zu haben, war groß. Mein zweiter Gedanke aber war: Schade, dass es zu Ende ist.
BZ: *Hatten Sie am Tag danach die Laufschuhe wieder an?*
Cornelia Herde: Ja, ich laufe täglich seit 970 Tagen – mein Mann seit 620 Tagen.
BZ: *Haben Sie schon Pläne für den nächsten Benefizlauf?*
Cornelia Herde: Nein, vorerst nicht. Die Organisation war sehr umfangreich, seit Mai 2009 gab es kaum etwas anderes.
Hans-Jürgen Herde: Wir wollen jetzt erst einmal ein bisschen Abstand gewinnen. Wir wollen den Spaß am Laufen ja nicht verlieren.

▶▶ Spendenlauf „run4help 700.17“, Konto 1004377156, Sparkasse Offenburg/Ortenau, BLZ 66450050. Weitere Infos: **www.hcherde.de**