Rhein-Zeitung
und ihre Heimatausgaben

Westerwälder Zeitung
Donnerstag, 02. Januar 2020
Seite 24

Donnerstag, 02. Januar 2020, Westerwälder Zeitung

Marathon-Ass glänzt in Trier

Freut sich über ihren Sieg in Trier: Katharina Steinruck. Foto: dpa

Leichtathletik: Katharina Steinruck siegt beim Silvesterlauf

Trier. Nach ihrem Sieg beim Silvesterlauf in Trier feierte Marathon-Ass Katharina Steinruck ganz entspannt mit Freunden ins neue Jahr hinein. „Das war für mich natürlich ein tolles Rennen und gibt mir ein schönes Gefühl in Richtung Osaka“, sagte Steinruck mit Blick auf ihren ersten Marathon im Olympia-Jahr in knapp vier Wochen. „Mein Ziel ist es, wieder in den Bereich meiner Bestzeit zu laufen – vielleicht sogar ein bisschen schneller.“

Bei ihrem Erfolg über fünf Kilometer bewies die 30-Jährige von der LG Eintracht Frankfurt, die das Olympia-Ticket bereits sicher hat, Spurt-Qualitäten. In einem packenden Duell verwies Steinruck in 16:10 Minuten die Vorjahressiegerin Elena Burkhard um eine Sekunde auf Rang zwei. „Als Elena in der letzten Runde das Tempo anzog, ging es für mich darum dranzubleiben. Rund 100 Meter vor dem Ziel habe ich dann in den Vollsprint-Modus umgeschaltet, und sie konnte nicht mehr reagieren“, berichtete Steinruck und fügte hinzu: „Ich kann schon auch sprinten als Marathon-Läuferin – das habe ich von meinem Papa, der war früher Sprinter.“

Vater Wolfgang Heinig trainiert heute Deutschlands beste Hindernisläuferin Gesa Felicitas Krause. Die WM-Dritte belegte in Trier in 16:22 Minuten den vierten Platz. Bei den Männern gewann der aus Kenia stammende Belgier Isaac Kimeli über acht Kilometer durch die Altstadt in flotten 22:44 Minuten mit nur einer Sekunde Vorsprung vor dem Wattenscheider Amanal Petros. Auf seinen Start verzichten musste 10 000-Meter-Meister Richard Ringer aus Rehlingen wegen Achillessehnenproblemen.

Für Steinruck war es dagegen eine gelungene Einstimmung auf die 42,195 Kilometer am 26. Januar in Osaka – ihrem ersten Start in Japan. „Das ist natürlich etwas ganz anderes als ein Rennen über fünf Kilometer“, betonte sie. Zuvor wird Steinruck noch zwölf Tage in Spanien trainieren. Rekordsiegerin in Osaka ist übrigens ihre Mutter und Trainerin Katrin Dörre-Heinig, die das Rennen 1984, 1991, 1996 und 1997 gewann.

© Die inhaltlichen Rechte bleiben dem Verlag vorbehalten. Nutzung der journalistischen Inhalte ist ausschließlich zu eigenen, nichtkommerziellen Zwecken erlaubt.