

#Marathongirl Diana Joiner: Die Kompetitive

„Du läufst wie ein Junge“ – das war das eigenwillige Urteil von Dianas Sportlehrerin in der Schule. Was das genau bedeuten sollte, blieb im Dunkeln. Vielleicht finden es manche Menschen verwunderlich, wenn ein Mädchen spielerisch schnell läuft und dabei Spaß daran findet, sich mit anderen zu messen. Denn genau das war schon immer typisch für Diana. Die heute 37-Jährige wuchs in Nicaragua auf, ein Land, das nicht unbedingt zu den großen Läuferationen gehört. Ihren entscheidenden Schlüsselmoment hatte Diana erst, als sie während eines Praktikums in Deutschland 2010 mit Inlineskates an der Elbe in Dresden unterwegs war. Sich schnell vorwärtsbewegen, dabei Natur und Landschaft genießen, das schien genau ihr Ding zu sein. Dianas Mann, selbst ein guter Läufer, motivierte sie, es doch einmal ohne Rollen unter den Füßen zu versuchen. Seither hat sie diese Fortbewegungsart nicht mehr losgelassen. Schon nach wenigen Monaten meldete sie sich zu Volksläufen an: „Es liegt einfach in meiner Natur, mich mit anderen zu messen“, sagt sie. „Man will auch zeigen, was man kann.“ Auch die Laufgruppe, der sie bald angehörte, trägt bis heute zu ihrer Motivation bei. Denn eine Einzelkämpferin wollte sie nie sein. Ganz im Gegenteil: „Beim Laufen lernt man immer Leute kennen, bekommt neue Impulse.“ Dass es beim Training auf die richtige Balance ankommt, musste Diana allerdings erst lernen. Sie erlebte Phasen, in denen sie übermotiviert war und mit Verletzungen zu kämpfen hatte. Pausen zu machen, im wahrsten Sinne des Wortes kürzer zu treten, fiel ihr schwer. Heute hat sie das richtige Maß gefunden, was ihr und ihrem Körper gut tut und was sich auch problemlos in ihren Alltag als Ingenieurin integrieren lässt. „Für mich sind Läufe ein Ausgleich zum Beruf, eine Art Therapie, die nicht nur meinen Körper, sondern auch meine Seele gesund hält“, sagt sie. Dafür schaut sie auf Dienstreisen schon bei der Hotelbuchung, wo man in der Nähe laufen kann.



#Marathongirl Diana Joiner: Die Kompetitive

Inzwischen hat die Wahl-Stuttgarterin auch die Erfahrung gemacht, dass lang und langsam mindestens so cool sein kann wie kurz und schnell. Die Selbstzweifel, die man gern als „typisch weiblich“ benennt, hat sie jedenfalls rechtzeitig vor ihrer Anmeldung zum Mainova Frankfurt Marathon abgelegt. „Die anderen sind auch nur ganz normale Menschen, ich setze meine eigenen Ziele.“ Damit ist Diana für uns schon jetzt ein echtes Marathongirl – leidenschaftlich, unerschrocken und ein Vorbild für alle. Ganz egal, ob sie vermeintlich laufen wie ein Junge oder wie ein Mädchen.

