

#Marathongirl Sabrina Wehner: Die Überraschte

Das Läuferinnenleben von Sabrina Wehner begann mit gleich zwei großen Überraschungsmomenten. Der erste ereignete sich vor etwa 7 Jahren. Ihr kleiner Sohn hatte sich damals den Mini-Marathon in Frankfurt in den Kopf gesetzt und sie wollte ihn gemeinsam mit ihrem Mann beim Training unterstützen. 4,2 km. Das kann ja nicht so schwer sein, dachte Sabrina. Schließlich schaffen das Kinder. Das Kind lief die Strecke auch auf Anhieb durch – doch es ließ Mama abgeschlagen hinter sich. Auf die wenig erfreuliche Überraschung folgte dann aber bald eine positive. Als die Familie schließlich am großen Tag die Stimmung in der Festhalle, die Läufergemeinschaft und all die Emotionen im Zieleinlauf wahrnahm, da spürte Sabrina auf einmal, wie schön laufen sein kann. Etwas, das die 40-Jährige aus Mittelhessen früher beim Schulsport nicht im Entferntesten empfunden hatte. Und sie beschloss: „Das will ich auch mal schaffen!“ Nicht den Mini-Marathon, versteht sich, sondern den richtigen. Also tat sie das, was alle Menschen mit sportlich ambitionierten Zielen tun: Sie begann zu trainieren. Sie räumte dem Laufen Platz in ihrem Leben ein, was bei einem vollgepackten Alltag als zweifache Mutter und mit einer Vollzeit-Berufstätigkeit als IT-Consultant keine leichte Übung ist. So klingelt der Wecker im Hause Wehner auch schon mal um 4:30 Uhr. „Ich liebe es, morgens in den Sonnenaufgang zu laufen“, sagt Sabrina „man sieht viele Tiere, die Vögel zwitschern – es ist wunderbar.“ Manchmal lässt sie sich auf ihren Runden begleiten, dann ist Sabrinas Mann oder der Mini-Aussie-Mix der Familie an ihrer Seite. Und wenn es mal etwas länger dauert, treiben sie Rock- und Metalklänge auf dem Smartphone an. Doch so unbeschwert wie es klingt, war Sabrinas Laufalltag nicht immer. „Es kam schon mal vor, dass ich einen Lauf abbrechen musste“, sagt sie. Dann machte ihr das Asthma einen Strich durch den Trainingsplan. Als starke Allergikerin muss die 41-Jährige ihre Gesundheit mehr im Blick behalten als andere. Hinzu kommt, dass vor 10 Jahren bei ihr



#Marathongirl Sabrina Wehner: Die Überraschte

mehrere leichte Schlaganfälle festgestellt wurden. Kein Hindernisgrund für das Laufen – das denkt nicht nur Sabrina, das sagen auch ihre Fachärzte. Im Gegenteil: „Durch das Lauftraining hat sich mein Asthma verbessert“, da ist sie sich sicher. Geblieben ist eine besondere Sensibilität für den eigenen Körper. Aber genau die kann ihr am großen Tag von Nutzen sein. Sabrinas Sohn übrigens, einst Auslöser ihrer Laufleidenschaft, fährt heute lieber Fahrrad als zu laufen. Doch am letzten Sonntag im Oktober wird er sicher in der Festhalle warten. Und sich erinnern – an den besonderen Tag, an dem alles begann.

