

# 60 Kilometer mit Hilfe der Tochter

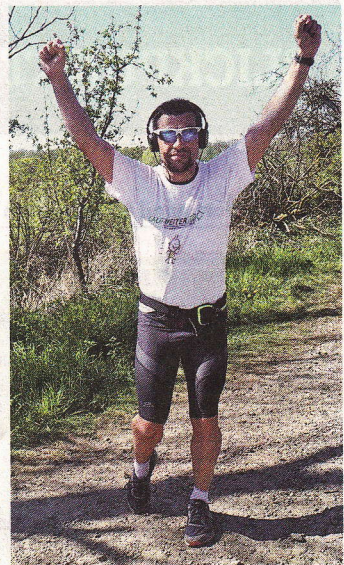
**BÜCKEBURG.** Auch wenn die großen Läufe momentan nicht wie gewohnt stattfinden können, sind die Athleten der Laufsparte des VfL Bückeburg mehr als ausgelastet. Durch die „Challenges“, die auf der Internetseite „Laufweiter.de“ angeboten werden, sind sie weiterhin dauerhaft im Einsatz. Manuel Steckel vom VfL hätte eigentlich bei einem Marathon in Gelsenkirchen starten sollen. Durch das Coronavirus konnte dieser jedoch nicht stattfinden. So trat er für sich beim „Break-your-Limits-Run“ an und lief statt der üblichen 42 sogar 60 Kilometer. Für die Distanz benötigte er 5:39,36 Stunden.

## SPORTBUZZER

Dem 40-Jährigen gelang mit dieser Zeit nicht nur deutschlandweit der erste Platz in seiner Altersklasse (M40), auch insgesamt stand er ganz oben auf dem Treppchen. Steckel wohnt in Petzen und war dementsprechend auf einer elf Kilometer langen Strecke rund um seinen Heimatort unterwegs. „Die ‚Challenges‘ animieren uns, weiterhin am Ball zu bleiben“, freut sich Steckel. Um bei den digitalen Laufwettbewerben dabei sein zu können, müssen Beweisbilder und die ordentlich dokumentierten Daten der Läufe eingereicht werden.

Während des Laufes bekam der Petzer Unterstützung von seiner Tochter. Vor seinem Haus hatte er zuvor eine Verpflegungsstation aufgebaut, an der er sich nach jeder Runde kurz stärkte. Zu trinken gab es Elektrolyte und Co. „Meine Tochter hat währenddessen dort auf mich gewartet und mich versorgt. Mehr als zehn Sekunden wollte ich allerdings nicht stoppen.“

Besonders vorbereiten musste er sich auf seinen 60-Kilometer-Lauf nicht. Durch das ständige Training stehe er gut im Saft. Zwei Stunden vor dem Startschuss sei er aufgestanden, er habe viel getrunken und sich noch eine Banane sowie ein Käsebrod gegönnt. „Und dann ging es auch schon los“, so Steckel. *dak*



**Großer Jubel: Manuel Steckel schafft die 60 Kilometer in 5:39,36 Stunden.**

FOTO: PR.