

Montag, 02. Januar 2023, Rhein-Zeitung Kreis Cochem-Zell, Seite 13

Dem hohen Anfangstempo muss Beinlich Tribut zollen

Von unserem Mitarbeiter Holger Teusch



Moritz Beinlich belegte beim 33. Trierer Silvesterlauf im 8-Kilometer-Asserennen den 28. Platz und konnte dem Marathon-Olympia-Teilnehmer Yonas Kinde (am Ende 20.) nach der Hälfte der Distanz nicht mehr folgen. Foto: Holger Teusch

Leichtathletik: Kaisersescher hätte sich beim Silvesterlauf in Trier eine bessere Zeit erhofft – Marathon-DM-Sechster auf 28. Platz im Asselauf

Trier. Endlich wieder Silvesterlauf in Trier und viele bekannte Gesichter aus der Laufszene treffen – dem Jahresabschlussrennen in Deutschlands ältester Stadt fieberte Moritz Beinlich nicht nur wegen der bekannt guten Stimmung entgegen. „Das ist wie eine große Lauffamilie“, erzählt der 26-Jährige aus Kaisersesch.

Marathon-Europameister Richard Ringer habe er beim Abholen der Startnummer getroffen. „Der hat mich direkt gefragt, wie es mir gehe und ich habe nur gesagt: Jetzt lass' mich erst einmal zu deinem EM-Titel gratulieren“, erzählt Beinlich. Auch als erster deutscher Kontinentalchampion auf der 42,195-Kilometer-Distanz ist der Läufer vom saarländischen Klub LC Rehlingen nicht abgehoben.

Aber Ringer ist immer noch schnell auf kurzen Strecken. Den dritten Sieg des Belgiers Isaac Kimeli über acht Kilometer konnte Ringer am Silvesternachmittag nicht verhindern. Kimeli verbesserte bei frühlingshaften Bedingungen den 25 Jahre alten Streckenrekord seines Namensvetters Isaac Kariuki aus Kenia um drei Sekunden auf 22:18 Minuten. Ringer verbesserte knapp dahinter den deutschen Rekord von Christoph Herle aus dem Jahr 1980 um 18 Sekunden auf 22:20 Minuten.

Und Moritz Beinlich? „Das hohe Anfangstempo kann ich nicht mehr so wegstecken“, sagt der Marathon-DM-Sechste, der für die LG Rhein-Wied startet. Seine Laktatverträglichkeit sei nicht mehr so hoch wie früher: „Da merkt man, dass man nur Dauerläufe macht und nur ab und zu etwas Tempo.“ Die ersten Ein-Kilometer-Runden in jeweils weniger als drei Minuten konnte Beinlich nicht mehr aus den Beinen schütteln. „Ist man erst einmal über die Laktatschwelle drüber, dann könnte man sich nach neun Minuten an den Rand stellen und sagen: Jetzt Serienpause und gleich das Ganze noch mal. Aber das Rennen geht ja weiter“, sagt Beinlich lachend.

Aber irgendwie lief er die acht Kilometer des Asselaufs zu Ende. Die Anfeuerungsrufe der vielen Tausend Zuschauer am Streckenrand ließen keinen Gedanken ans Aufgeben zu. Der erste Trierer Silvesterlauf nach drei Jahren Corona-Pause war wie vor der Pandemie. Fast. „Poschi hat gefehlt“, sagt Beinlich, dass er die im vergangenen Jahr verstorbene Moderatoren-Legende Wolf-Dieter Poschmann vermisst habe: „Seine Stimme und die legendären Interviews sind unersetzbar.“

Nach 25:11 Minuten kam Beinlich als 28. trotz des zu schnellen Anfangstempos auf einem Mittelfeldplatz ins Ziel. „Ich weiß zwar, dass ich mehr kann, wenn ich kontrollierter angehe, aber die 10 Kilometer in Valencia werde ich nicht laufen“, kündigte Beinlich an, dass er auf den anvisierten Start bei einem der weltweit schnellsten 10-Kilometer-Läufe verzichten werde. Eine Zeit im 30-Minuten-Bereich traue er sich zwar zu, aber er merke, dass er nach einer Corona-Erkrankung und Weisheitszahn-Operationen im Oktober noch nicht zu 100 Prozent fit sei: „Deshalb war der Silvesterlauf in Trier ein schöner

Laufabschluss.“

Nicht nur ein Abschluss des Jahres 2022, sondern vorerst auch von Beinlichs läuferischen Ambitionen. Ab Februar will er sich auf die Radsaison beim Team Strassacker vorbereiten. Das sonst übliche Auslaufen am Tag nach einem Wettkampf wurde deshalb zum Ausradeln. 65 Kilometer fuhr Beinlich dank der frühlingshaften Temperaturen an der Mosel entlang.

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