



Sport-Shorts & Bermudas
Sport- & Fitnessmode für Sie & Ihn bereits ab 6,90 € online bestellen

Schnell fit nach dem Lauf
Entsäuerung beschleunigt die Regeneration nach dem Sport

Google-Anzeigen



STARTSEITE | SEITE WEITEREMPFEHLEN | UNSERE PARTNER | SPORTLINKS | KONTAKT | VOTINGS

IMMER AKTUELL

- FUßBALL
- OLYMPIA
- EVENT-NEWS
- LAUFEN
- (NORDIC-) WALKING
- ERNÄHRUNGSTIPPS
- FITNESSÜBUNGEN
- FIT MIT JUTTA
- GESUNDHEIT
- LIFESTYLE
- LAUFREPORTAGEN
- BODYBUILDING
- FUNKTIONELLES KRAFTTRAINING
- GOLF
- ALTERNATIV SPORTARTEN
- EQUIPMENT
- TRAININGSMUSIK
- BUCHTIPPS
- WELLNESSREZEPTE
- STUDIO-FINDER
- TRAININGSPLÄNE
- LAUFTREFFS

BASICS

- KÖRPERLICH FIT
- SPORTLICH FIT
- GENÜSSLICH FIT

FÜR WEBMASTER

- BANNER
- INTERAKTIV

NEWSLETTER

Fitness-News
brandheiß serviert

Alternativ-Sportarten

„Aufgeben gibt es nicht“: Hans-Jürgen Schlotter vertritt Deutschland beim TransEurope-FootRace 2009

15. April 2009 – Wenn am 19. April im italienischen Bari der Startschuss für den TransEurope-FootRace fällt, werden sich auch 26 Deutsche im europäischen Norden mit am Start sein. Unter ihnen mit der Startnummer 38: Hans-Jürgen „Schlotti“ Schlotter, erfahrener Ultra-Langstreckenläufer aus Horb-Bittelbronn.



Foto: transeurope-footrace.org / Presse

16kg in 30 Tagen abnehmen

Wie Sie jetzt in nur 30 Tagen 16kg abnehmen und schlank bleiben!

Schnell fit nach dem Lauf

Entsäuerung beschleunigt die Regeneration nach dem Sport

Google-Anzeigen

Der 46-Jährige weiß ganz genau, worauf er sich beim FootRace einlässt. Bereits 2003 absolvierte er den 5.000-Kilometer-Marsch, damals von Lissabon nach Moskau, und kam als Neunter in der Gesamtwertung nach 64 Tagen ins Ziel. Auch in diesem Jahr will der Mehrtagesläufer Schlotter das Rennen bis zur letzten Etappe hinter sich bringen. Nicht nur dafür stehen die Chancen gut, sondern auch auf einen der vorderen Plätze. Während Schlotter bei seinem ersten TransEurope-FootRace über nur vier Jahre Lauferfahrung verfügte, gehört er inzwischen zur Weltspitze der Ultra-Langstreckenläufer.

2006 nahm Schlotter am 5.000-Kilometer-Lauf von New York teil, der Königsdisziplin für Mehrtagesläufer, und beendete das Rennen erfolgreich nach 47 Tagen. Er rannte somit durchschnittlich 106 Kilometer täglich – 30 mehr als beim FootRace von Bari zum Nordkap in diesem Jahr abverlangt werden. Schlotter hat sich zum Ziel gesetzt, drei große Läufe innerhalb von zehn Jahren hinter sich zu bringen. Nach dem ersten TransEurope-FootRace und dem Lauf in New York fehlt also nur noch das diesjährige Europa-Rennen.



Schlotter, der als Betriebsgärtner bei einem Autohersteller in Sindelfingen arbeitet, finanziert seine Läufe komplett selbst und ist noch auf der Suche nach Sponsoren. An den ersten TransEurope-FootRace erinnert er sich trotz Verletzungen und bergiger „Monsteretappen“ gerne zurück. Damals lief Schlotter noch ohne Sieges-Ambitionen, nur mit dem Ziel, das Rennen überhaupt zu schaffen. Während des Laufes nutzte der Gärtner die Gelegenheit, sich Flora und Fauna am Wegesrand anzuschauen. Im Ziel dann die Erkenntnis, dass Knochenhautentzündungen, Rückenschmerzen, Achillessehnenreizung und Knieprobleme keine Hindernisse für eine solche Anstrengung sein müssen, sondern – ganz im Gegenteil – auch durchaus ausheilen, wenn man einfach immer weiter läuft.

Und auch in diesem Jahr geht Schlotter mit einer positiven Einstellung ins Rennen: „Auf der Strecke aufgeben, das gibt es nicht.“ Ein ausführliches Interview mit Hans-Jürgen Schlotter über sein Leben als Ultra-Langstreckenläufer, seine Vorbereitung auf den TransEurope-FootRace und die Gedanken, welche ihm während eines Langstreckenlaufes kommen, könnt ihr unter www.transeurope-footrace.org lesen.

Mehr Infos:
www.transeurope-footrace.org

Drucken

Google Suchen

Web www.feel-fit.com

TREND

Die Fußball-Bundesliga hat Sommerpause. Was bedeutet das für Dich?

Mir wird der Fußball in den nächsten Wochen fehlen.

51.28 %

Ich kann im Sommer auch mal ohne Fußball.

8.5 %

Endlich Ruhe. Ich finde den Wirbel um Fußball nervig.

40.23 %

abstimmen
alte Ergebnisse ...

Google-Anzeigen

Creme gegen Knieschmerzen

Finalgon Creme lindert Ihre Knieschmerzen.
www.Finalgon.de/Knieschf

Tapes und Bandagen

Bandagen und Tapes für Sportler für Knie, Sprung- und Handgelenk
www.fit-im-sport.de

Trainingsplan

Profi-Tips für Deinen Trainingsplan Die Sport-Community hilft gratis!
www.sportlerfrage.net

Sport - Trainingslager

Trainingslager für Vereine und Sportarten aller Art
www.team-travel.de

Diese Seite an einen Freund verschicken:

Trage einfach deine eMail-Adresse, die Adresse des Empfängers und eventuell eine kleine Nachricht in die jeweiligen Felder ein und klicke dann auf den Absende-Button!

Deine E-Mail-Adresse:	<input type="text"/>	E-Mail des Empfängers:	<input type="text"/>	<input type="checkbox"/>
		Ich möchte den Feel-Fit Newsletter abonnieren! (nur Absender)		

Nachricht (max. 80 Zeichen):

Absenden

[WERBUNG](#) | [VOTINGS](#) | [NEWSLETTER](#) | [IMPRESSUM](#) | [DISCLAIMER](#) | [KONTAKT](#)
© Bauerfeind AG

