



Presse-Information

Marathon-Rekordsieger mag gegenseitigen Respekt

Kay-Uwe Müller greift beim ebm-papst Marathon nun über die zehn Kilometer an

Viel mehr Wertschätzung für eine Veranstaltung geht kaum. Nach seinem dritten Sieg beim ebm-papst Marathon hat sich Kay-Uwe Müller ein Tattoo stechen lassen. Auf dem linken Oberarm. Und zwar exakt die Finisher-Medaille mit den drei Jahreszahlen seiner Marathon-Erfolge: 2011, 2010, 2009. „Es ist für mich ein ganz besondere Verbindung“, erklärt Müller. „Als ich mit dem Laufen begonnen habe, dachte ich nie daran, einen Marathon zu gewinnen. Und jetzt habe ich gleich drei Mal gewonnen. Vor der Haustüre.“

Außerdem war er bei seinen insgesamt sechs Teilnahmen seit 2008 im vergangenen Jahr Halbmarathon-Sieger und hat den Duo-Marathon 2012 zusammen mit dem Crailsheimer Werner Fröschke) gewonnen. „Dieses Jahr habe ich mir den Zehn-Kilometer-Lauf vorgenommen“, sagt Müller. „Ich würde gerne gewinnen, dann hätte ich Siege auf allen Strecken.“

Der Ilshofener setzt sich vor seiner Teilnahme bei der 19. Auflage am 13. und 14. September also selbst etwas unter Druck. Dabei sagt er: „Zehn Kilometer sind mir eigentlich zu kurz.“ Er mag die längeren Distanzen, bei der auch Taktik und Training wichtig sind. Eine Zeit unter 32 Minuten schwebt ihm vor. Im vergangenen Jahr wäre er damit Erster geworden, denn da benötigte der Sieger Florian Röser 33:22 Minuten. Die Bestzeit hält noch Jan Fitschen (TV Wattenscheid/2012) mit 30:29 Minuten.

Dabei war es keine Liebe auf den ersten Blick. Müller, der 2004/05 mit dem Laufen begann, machte zunächst einen Bogen um den ebm-papst Marathon. „Nach meinem ersten Mal habe ich es dann bereut, dass ich erst so spät hier gelaufen bin“, erzählt Müller. „Die Atmosphäre ist einfach toll. Außerdem ist es keine reine Laufveranstaltung, sondern auch ein Fest. Auf der Strecke herrscht gegenseitiger Respekt. Da wird man auch von anderen Läufern angefeuert.“

Im Jahr kommt Kay-Uwe Müller auf 6000 bis 6500 Kilometer. Acht paar Laufschuhe verbraucht er jährlich. „Ich benötige wahrscheinlich mehr Geld für die Schuhe als für Autoreifen“, sagt er scherzhaft. Mittlerweile benutzt er Schuhe mit wenig Dämpfung. „Nach rund 500 Kilometern sind meine Wettkampfschuhe am Limit. Die Trainingsschuhe nach 800 bis 1000.“ Seine wöchentliche Laufleistung schwankt dabei beträchtlich. „Ich denke, es sind so rund 130 Kilometer. Manchmal vielleicht auch nur 50 bis 60 und im Winter können es auch einig mehr sein. Um Grundlagen zu schaffen“, erzählt Müller. Oft ist er dabei im Wald unterwegs. „Ich denke meist gar nichts dabei und schalte total ab“, sagt Müller. Musik hört er dabei höchstens,

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

30. Juli 2014 - Blatt 1 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst



Presse-Information

Marathon-Rekordsieger mag gegenseitigen Respekt

Kay-Uwe Müller greift beim ebm-papst Marathon nun über die zehn Kilometer an

um sich für Tempoläufe zu motivieren. Sonst läuft er ohne MP3-Player. „Im Wald hat es so viel Vogelgezwitscher, da braucht man keine Musik“, sagt Müller. Ab und zu geht er auch aufs Laufband. „Da kann ich im Fenster auch mal meinen Stil ansehen und gegebenenfalls ändern“, sagt der Ilshofener, der in einem Fitnessstudio arbeitet und die B-Lizenz als Fitnesstrainer hat. „Nächstes Jahr will ich die A-Lizenz machen. Dann bin ich Personaltrainer“, sagt Müller.

Als Ziel für dieses Jahr hat er sich gesetzt, Bestzeiten auf den verschiedenen Strecken zu laufen. Teilweise ist ihm das auch bereits gelungen. „Das mache ich in diesem Jahr zum ersten Mal so“, sagt Müller. „Denn dies ist eigentlich nicht mein grundlegendes Ding, warum ich laufe.“ Und in Niedernhall Bestzeit zu laufen ist nicht einfach. „Weil ein paar Ecken drin sind und teilweise Schotterbelag. Es ist aber möglich, wenn alles passt“, sagt Müller. Und er fügt hinzu: „Aber an der Strecke kann man kaum etwas verbessern. Sie passt.“ Am 14. September (Startschuss 8.55 Uhr) wird sich zeigen, ob ihm auch die Zehn-Kilometer-Strecke passt.

BU:

Kay-Uwe Müller greift beim ebm-papst Marathon nun über die zehn Kilometer an.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM EBM-PAPST MARATHON

Der 19. ebm-papst Marathon findet am 13. und 14. September statt. Gestartet wird wie üblich am Sportgelände in Niedernhall. Anmeldungen sind online (www.ebmpapst-marathon.de) möglich. Wer den Postweg bevorzugt sollte das Formular auf der Internetseite ausdrucken, ausfüllen und bis spätestens 31. August an den Polzeisportverein Hohenlohe schicken. Nachmeldungen sind noch am Samstag, 13. September, möglich. Die Preise reichen von 7 Euro für den Bambini-Marathon bis zu 43 Euro für den Duo-Marathon. Der Marathon schlägt mit 27 Euro zu Buche, der Halbmarathon liegt bei 22 Euro und Zehn-Kilometer-Läufer bezahlen 17 Euro. Für Handbiker kosten die Startgebühren 27 Euro und für Inliner 22 Euro. Die gesamte Preis-Staffelung ist ebenfalls auf der Internetseite zu finden.

Gestartet wird der ebm-papst-Marathon in diesem Jahr am Samstag, 13. September, um 15 Uhr mit dem Nordic Walking über sieben und zwölf Kilometer. Am Sonntag, 14. September geht es um 8.30 Uhr mit dem Marathon und Duo-Marathon los. Der Zehn-Kilometer-Lauf beginnt um 8.55 Uhr, der Startschuss zum Halbmarathon fällt um 9.10 Uhr. Ab 12.15 Uhr bis 13.10 Uhr geht es mit den Kinderläufen los. Den

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

30. Juli 2014 - Blatt 2 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst



Presse-Information

Marathon-Rekordsieger mag gegenseitigen Respekt

Kay-Uwe Müller greift beim ebm-papst Marathon nun über die zehn Kilometer an

Abschluss bilden die Handbiker (14 Uhr) und Inliner (14.10 Uhr).

KURZER STRECKENABRISS

An der Streckenführung des ebm-papst Marathon hat sich indes nichts geändert. Gestartet wird wie üblich in Niedernhall. Dann geht es auf der Kochertalstraße flussabwärts nach Forchtenberg. Dort läuft noch das komplette Feld vorbei. Die Zehn-Kilometer-Läufer machen sich dann schon wieder auf den Rückweg. In Ernsbach trennen sich dann Marathonis und Halbmarathonis. Während die 20,1 Kilometer-Strecke auf dem Radweg über Forchtenberg und Weißbach zurück nach Niedernhall führt, geht es für die große 42,2-Kilometer-Runde zum Wendepunkt nach Sindringen. Von hier aus geht es durch Niedernhall zurück bis nach Künzelsau.

Hauke Hannig
Pressesprecher
ebm-papst Unternehmensgruppe

Telefon: +49 7938 81-7105
Telefax: +49 7938 81-97105
Mobil: +49 171 36 24 067
Hauke.Hannig@de.ebmpapst.com

30. Juli 2014 - Blatt 3 von 3

twitter.com/ebmpapst_news
facebook.com/ebmpapstFANS
youtube.com/ebmpapstDE
www.ebmpapst.com
www.greentech.info/ec-technologie

Autor: Marc Schmerbeck
für ebm-papst