

Spätstarterin auf Medaillenkurs

Leichtathletik. Mareike Rissing kämpft bei der Senioren-EM im dänischen Aarhus um eine Medaille. Für die Athletin des LC Adler Bottrop stehen die Laufdistanzen über 1500 und 5000 Meter im Fokus

Von Henning Wiegert

Vom 27. Juli bis zum 6. August ermitteln die Leichtathleten in den Seniorenklassen im dänischen Aarhus ihre Europameister. Mit Mareike Rissing schickt der LC Adler Bottrop eine aussichtsreiche Starterin in die Rennen über die 1500 und 5000 Meter. In der Altersklasse W45 zählt sie zu den Mitfavoritinnen.

„Mit Startnummer und Spikes geht wesentlich mehr als im Training.“

Mareike Rissing vom LC Adler

Mareike Rissing wurde 1970 in Hamburg geboren und kam als Spätstarterin mit 16 Jahren zur Leichtathletik. Für einen Einstieg in die technischen Disziplinen war es da schon zu spät, doch auf der Laufbahn fühlte sich Rissing von der ersten Runde an wohl. In kürzester Zeit qualifizierte sie sich für die Deutschen Jugendmeisterschaften und etablierte sich schnell in der Spitze der Deutschen Leichtathletik, sammelte zahlreiche Medaillen bei den nationalen Meisterschaften über 5000 und 10000 Meter sowie im Crosslauf. Zum Studium verschlug es sie dann in die USA, nach Hawaii und Kanada und auch jenseits



Zurück in Schwarz-Rot-Gold: Mareike Rissing (2.v.r.), hier bei ihrem Goldlauf vor zwei Jahren, ist nach einer Verletzungspause wieder fit und kämpft im dänischen Aarhus um eine Medaille.

FOTO: LCA

des Atlantiks blieb sie ihrer Leidenschaft treu. „Ich habe spät angefangen, seitdem aber nie mehr aufgehört zu laufen“, erzählt Rissing.

Beruflich verschlug es die 47-jährige schließlich vor zehn Jahren nach Bottrop. Als Sohn Joris mit zehn Jahren ebenfalls bereit für die Tartanbahn war und zeitgleich bei ihrem Heimatverein, der LG Wedel Pinneberg, keine adäquate Laufgruppe mehr zustande kam, ent-

schied sich auch Mareike Rissing für einen Wechsel in das Jahnstadion. Seit 2015 sammelt sie nun – angekommen in den Seniorenklassen – auf der internationalen Bühne Titel und Trophäen. „Ich habe mich hier im Verein als Elternteil und Sportlerin von Beginn an wohl gefühlt“, so Rissing, die mittlerweile einen Trainerschein gemacht hat und neben der U40-Laufgruppe auch die U10-Kids betreut.

In Aarhus stehen nun die eigenen sportlichen Ambitionen wieder einmal im Vordergrund und pünktlich zum Start der Europameisterschaft scheint auch die Form wieder zu stimmen. Nach einer verletzungsbedingten Zwangspause im vergangenen Jahr kehrte Rissing, die vor zwei Jahren den WM-Titel über die 5000 Meter gewann, im Januar auf die Tartanbahn zurück und meldete sich jüngst bei den Deutschen Meis-

terschaften mit Bronze über die 1500 Meter und Gold über die 5000 Meter eindrucksvoll zurück. „Es scheint mehr drin zu sein, als ich ursprünglich gedacht habe. Ich rechne mir über beide Distanzen auch bei der EM etwas aus, zumal bei mir mit der Startnummer auf der Brust und den Spikes an den Füßen wesentlich mehr geht als im Training.“

Spaß steht im Vordergrund

Für Mareike Rissing bedeutet das Zusammenkommen der Leichtathletik-Senioren in Dänemark aber auch ein „Familientreffen“, bei dem der „Spaß im Vordergrund“ steht. „Da kommen die alten Damen zusammen, die sich auf der Bahn nichts schenken, aber vor und nach den Rennen viel Zeit miteinander verbringen. Das kann nur Spaß machen“, schwärmt Rissing, die die Europameisterschaften mit einem Familienurlaub verbindet und deshalb auch vor Ort nicht auf Unterstützung verzichten muss.

Am Samstag geht es zur Startnummernausgabe, am Sonntag wird es dann ab 16.15 Uhr erstmals ernst, wenn die Entscheidung über die 1500 Meter ansteht. „Da heißt es dann Kopf ausschalten und einfach nur rennen.“ Drei Tage später folgt der Lauf über die 5000 Meter. Dann will Mareike Rissing auf ihrer Paradedrecke die deutschen Farben, ihre neue Heimatstadt und die Adler nicht nur würdig vertreten, sondern auch aufs Treppchen laufen.