

Wir freuen uns, mit Volker Umlauf (geb.1966) einen Gehtrainer gefunden zu haben, der sich als Aktiver wie auch als Übungsleiter bereits einen Namen gemacht hat. Da ich selbst nach über 20 jähriger Laufzeit erst spät mit der Leichtathletik-Disziplin Gehen begann, lag es nahe, einen Profi für unser Team ausfindig zu machen. Nachfolgend ein paar Fragen an ihn:

Seit wann treibst Du Sport?

Seit meinem 6. Lebensjahr treibe ich Sport.

Bei welchem Verein hast du begonnen?

Mein erster Verein war die SG Dynamo Lichtenberg.

Wann und wie bist Du zum Gehen gekommen?

1979 – Udo Schaeffer war damals mein Gruppenleiter im Ferienlager.



Wie lauten Deine größten sportlichen Erfolge?

1985 – Teilnahme an den Junioren-Europameisterschaften (JEM) und Länderkämpfe.

Wie sind Deine Bestzeiten?

<i>3000m 11:55,00 min</i>	<i>10 km 41:52 min</i>
<i>5000m 19:59,21 min</i>	<i>20 km 1:25:26 h</i>
<i>10000m 41:03,40 min</i>	<i>50 km 4:08:14 h</i>

Wann hast du Deine aktive Zeit beendet?

2001 war meine letzte Wettkampfsaison. Im September 2002 bestritt ich meinen letzten Wettkampf im Gehen – Staffeln mit Carsten Schmidt und Christian Marquardt in Gleina (20. Gleinaer Schleife).

Was machst Du beruflich?

Ich arbeite als Schwimmmeister in einer kleinen Schwimmhalle (Freizeitforum Marzahn).

Welche Hobbys hast Du neben dem Sport?

Meine Familie!

Seit wann bist Du als Trainer tätig?

Seit 2000 arbeite ich als Trainer, 2003 habe ich meine Trainerlizenz gemacht.

Mitunter wird in der Öffentlichkeit unsere Disziplin herabgewürdigt, indem man darauf hinweist, dass Geher beim Laufen zu langsam sind und deshalb zum Gehen kommen. Ist es nicht so, dass gerade diese Disziplin aufgrund der erforderlichen Technik schwieriger ist?

Laufen kann jeder, aber nicht jeder kann das sportliche Gehen mit entsprechender Technik (Bodenkontakt + Kniestreckung!). Das sportliche Gehen ist aufgrund seiner Technik viel schwieriger als das Laufen, koordinativ viel anspruchsvoller. Und das macht für mich auch den Reiz aus: mit regelgerechter Technik schnell gehen zu können.

Was bewog Dich dazu, die Tätigkeit als Trainer beim PSV aufzunehmen?

Nach meinem langen Wirken im Hochleistungssport (Carsten Schmidt, Maik Berger) brauchte ich wieder eine neue Aufgabe. Das Arbeiten mit Kindern (und Senioren) macht mir große Freude. Ich spüre Dankbarkeit (auch wenn es „nur“ ein Kinderlachen ist), etwas Neues beigebracht zu bekommen. Das gute Training spiegelt sich in den erfolgreichen Wettkämpfen wieder. Das macht einfach Spaß!

Wie lauten Deine ersten Eindrücke?

Beim PSV Berlin ist eine gute Mischung aus älteren und jüngeren Sportlern. Die Senioren und Kinder trainieren mit großem Ehrgeiz und wollen das Training auch im Wettkampf umsetzen.

Danke für Deine Bereitschaft für dieses Gespräch und weiterhin viel Spaß und Erfolg!
(Das Interview führte Heinz Mittmann mit Volker Umlauf)