

# **EM-Sucht**

## **Beitrag von „Artemis“ vom 7. Juli 2004 14:34**

Hallo,

also zur Literatur. Ich hab ein Buch von Herbert Steffny gelesen, da ging es allerdings viel (nicht nur) um Marathon-Vorbereitung. Mein Mann hat es (genau dafür) und war total begeistert, weil der Spaß am Laufen so gut rüberkommt. Deshalb hab ich es gelesen, und muß ihm recht geben. Außerdem hatte ich mir auch mal die Serie (3tlg) von 0 auf 42 angeschaut, wo es darum geht, dass 7 absolute nicht-Läufer innerhalb eines Jahres zum Marathon gebracht werden (unter ärztlicher Aufsicht). das kam mal auf Arte und auch bei uns im Dritten (SWR). Dazu gibt es auch ein Buch mit Erfahrungsberichten und zum Laufeinstieg. Ich hab auch eine ganze Reihe Bücher gesehen, wo es um das Anfangen mit dem Laufen geht. Die haben sich z.T. auch sehr gut angehört. Gibts auch extra für Frauen.

Und zu den Vierbeinern... Bis jetzt ging es, obwohl bei uns auch viele auf meiner STrecke unterwegs sind. ABER da sind SOO viele Läufer, dass die Viecher es vielleicht schon leid sind, sich drum zu kümmern? Meinem Mann haben sie beim Laufen aber mal gesagt "bleiben Sie doch mal stehen, dann hört er auch auf, sie anzuspringen!"

Mich nerven sie jedenfalls viel mehr, wenn ich im Dunkeln mit dem Rad unterwegs bin und die Leute sie an diesen Ausziehleinen haben, die man ja im Dunkeln nicht sieht. Wir haben so eine Allee, wo die Bäume direkt an der Straße stehen, daneben auf dem Bürgersteig der Radweg und daneben zu den Häusern hin der Gehweg. Also gehen die Herrchen und Frauchen auf dem Gehweg und die Hunde wollen natürlich an die Bäume... Ganz toll!

Liebe Grüße, Artemis