

## Sport ist Mord

Unter dem Motto: SPORT IST MORD

Hab mich gestern beim WACHAU MARATHON angemeldet. Das erfordert natürlich die nächsten 6 Wochen beinharte Disziplin, knallhartes Training sowie eine ausgewogene meinem Körper angepasste Diät.

Freitag, 26.04.2014

Tag 1:

09.00 Uhr: Pfa ich bin sowas von motiviert, hüpf gazellengleich aus dem Bett, lauf ohne den Kühlschrank nur eines Blickes zu würdigen zur Kaffeemaschine und drück mir einen runter, schwarz und ohne Milch, ...kotz, würg

09.10 Uhr: rein in den Laufdress, hellblau/rosa, zwar nicht mehr so modern, aber was soll`s, er passt noch. Seh mich in den Spiegel und bin zufrieden mit mir.

09.13 Uhr: Pfa Motivation schau oba..., Laufschuhe an, drücken etwas, aber passen zur Dress

09.15 Uhr: bin derart motiviert, dass ich ernsthaft überlege das Auto zu verkaufen

09.16 Uhr: mache vor dem Haus Aufwärmübungen, mein Astralbody glänzt schon nach 1 Minute in der Sonne, die Nachbarn klatschen Beifall, bin verschwitzt und geh mich duschen.

09.20 Uhr: es gibt kein Zurück mehr, auf geht`s....

09.22 Uhr: nach den ersten 14 Metern, Kommando zurück, hab die Zigaretten vergessen.

09.24 Uhr: packe mein, seit ca 25 Jahren aus der Mode gekommenes Nierentäschchen mit lebenswichtigem Zeug vollverkable mich mit meinem iPod und starte bei dem Schlager "Speed King" von Deep Purple Richtung Böhlerwerk-City.

09.30 Uhr: die Nachbarin schreit mir noch nach ich solle ihr eine Kiste Mineral und 6 Bananen mitnehmen.....nau sicha du Trutschal

09.32 Uhr: versuche laufend an meinem in der Innentasche befindlichen iPod ranzukommen um die Lautstärke zu erhöhen kann aufgrund meiner Schnauferei keinen Ton verstehen.

09.35 Uhr: Entferne mich immer weiter von meinem Haus, hab jetzt schon dirkekt Heimweh.....

09.40 Uhr: überhole beim Runterlaufen ein Moped-Car, dessen Fahrer mich mit dem inoffiziellen Gruss der Ornitholgen grüsst, kann auf der Ebene kaum abbremsen, schwitze wie Sau.

09.45 Uhr: Telefon läutet, meine Frau kriegt einen Lachanfall als ich ihr mein Tun beschreibe und haut mir um die Ohren dass sie das einzige was sie mit mir und dem Laufen verbindet die Jogging Hose, meine Puma Unterhose und der Läufer im Vorzimmer sei.... Sehr witzig, kann aber aufgrund meiner momentanen körperlichen Konstitution kaum lachen.

09.50 Uhr: befinde mich jetzt auf Höhe der Fleischerei Moshammer und denk mir was soll`s, geh rein kauf mir eine Leberkässemmel zu 7 Euro und ein Bier, versuch nach dem Verzehr eine zu rauchen, lass es aber dann doch sein weil ich aufgrund meiner zitternden Hände kein Feuer zustande bring, muss kotzen und es haut mir die ganze Leberkässemmel wieder rauf....

09.55 Uhr: Keine Motivation mehr vorhanden, denk mir dass ich doch nicht Marathon laufen sollte, da ich ja eigentlich der Wipfelbeisser- Dirt- Run- Typ bin und versuche per Autostopp nach Hause zu kommen.

Na was soll`s der Versuch war da, bin jetzt wieder zu Hause , rauch eine und lass die 600 Meter Runde Revue passieren. Schön war`s.....;-)

