

KAROWER KOPF

Kirsten Ulrich



FOTOS: ENDRUWEIT (2), GORCZINSKI

Möglicherweise kommt Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, diese sympathische Frau bekannt vor. Wenn Sie sich ein wenig für den Laufsport in der Region interessieren und sich vielleicht an den »BB«-Bericht über den 1. Advivendum-Gesundheitslauf im September 2006 in Karow erinnern, sind Sie schon auf der richtigen Fährte. Kirsten Ulrich ist nicht nur Gründungsmitglied des Sporttreffs »Karower Dachse«, als leidenschaftliche Läuferin und langjährige Trainerin für Aerobic, Lauftreff, Wirbelsäulengymnastik, Seniorensport, Leichtathletik und der von ihr kreierten Ausdauersportart mit Musikuntermalung – Kick & Punch (Tritt und Schlag) – hatte sie die Idee, einmal im Jahr in Karow und seiner schönen Umgebung ein Läuferfest für Jung und Alt zu organisieren. Und das geriet im September des vorigen Jahres zu einem sportlich-kulturellen Erlebnis für über 200 Aktive und ein sehr viel zahlreicheres Publikum.

An regelmäßigen Freizeitsport verschwendete die 1963 im Wedding Geborene – zumindest während ihrer Schulzeit – keinen ernsthaften Gedanken. Erst nach der Geburt ihres Sohnes Alexander hielt sie es für nötig, ein paar überflüssige Pölsterchen mit Hilfe von Aerobic – Ende der 80-er Jahre absolute Trendsportart – abzubauen. Sie fand Gefallen an sportlicher Betätigung und erwarb die Lizenz als Übungsleiterin für Aerobic und präventive Wirbelsäulengymnastik, heute besitzt sie diese auch für Nordic Walking und ihre Funktion als Laufreffleiterin. 1997 schaute sich die junge Familie – Töchterchen Katharina war gerade ein Jahr alt – prüfend in Neu-Karow um. Die Eheleute waren sich ziemlich schnell einig – zunächst den Kindern zuliebe – dies wird, auch wenn sich die Infrastruktur noch entwickeln muss, ein Ort zum Wohlfühlen. Inzwischen sind auch Kirstens Eltern und ihr Bruder bekennende Neu-Karower.

Für Kirsten Ulrich sind die »Karower Dachse« längst zu einer großen Familie geworden. Der Verein mit seinem breit gefächerten Angebot von rund 15 Sportarten ist mit fast 1 300 Mitgliedern mit Abstand der größte in der Region und liegt mit seiner Spezifik an 6. Stelle in Gesamt-Berlin. Diese erfreuliche Entwicklung ist ganz bestimmt solchen engagierten Trainern und Betreuern wie Kirsten Ulrich zu danken. Ihre Sportbegeisterung und Fröhlichkeit wirkt einfach ansteckend und schafft in allen von ihr betreuten Gruppen, darunter etwa 70 Aerobic-Damen und über 30 Läuferinnen und Läufer, das Gefühl freundschaftlicher Zusammgehörigkeit.

Ganz sicher war es ihrem hohen Beliebtheitsgrad geschuldet, dass Sportkameraden ihres Vereins sie für die Auswahl der Fackelläuferinnen und -läufer vorschlugen, um im Jahr 2004 das olympische Feuer durch Berlin zu tragen. Sie empfand ihre Nominierung als Auszeichnung und ihre Teilnahme als bleibende Erinnerung.

Unvergesslich wird ihr auch der New-York-Marathon bleiben. Sie bezeichnet sich selbst nicht gerade als »Eliteläuferin«, aber für ihr Alter seien die 4:05 Stunden gar nicht so schlecht gewesen. Übrigens überquerte sie die Ziellinie in Gesellschaft des berühmten Rappers und Entertainers Puff Daddy ...

Insgesamt hat sich Kirsten Ulrich acht Mal den Strapazen der historischen Langstrecke ausgesetzt, dazu gehörte auch der Spreewald-Marathon. Die Teilnehmer erhielten als Trophäe eine nachgebildete Gurke. »Es ist die am härtesten erkämpfte Gurke meines Lebens«, schmunzelt sie. Und gibt gleich einen Tipp für jene, die mit der Marathonstrecke liebäugeln: »Man sollte mindestens anderthalb Jahre regelmäßig laufen, um überhaupt an diese Strecke denken zu können. 12 Wochen vor dem Start beginnt dann die eigentliche Vorbereitung.«

Sport spielt eine wichtige Rolle im Leben der 43-Jährigen – aber nicht die einzige. »Ich habe meinen Mann und zwei Kinder, die stehen natürlich an erster Stelle. Wir haben einen Hund, zwei Meerschweinchen und einen Hasen. Außerdem gehen wir gern ins Kino und ins Theater. Unser Bekanntenkreis ist groß, da gibt es oft was zu feiern.« Das Lernen und Lesen kommt aber nicht zu kurz. Obwohl im Öffentlichen Dienst tätig, hat sie mit einer Heilpraktikerausbildung begonnen. Möglicherweise wird sie bald ihren Schreibtisch im Führerscheibüro räumen und sich neuen beruflichen Herausforderungen mit der ihr eigenen Zielstrebigkeit stellen. Der Sport bleibt weiter wichtig, der 2. Gesundheitslauf wirft schon seine Schatten voraus. Und eine neue Idee spukt in ihrem Kopf: Ein Abendlauf durch die Neuen Wiesen mit Musik an der Strecke BB März... *Siegfried Endruweit*