

Hallo Tübingen, hallo Post-SV!

Ich bin Merle Brunnée, möchte mich als neues Mitglied im Post-SV Tübingen vorstellen und von meinem Weg nach Tübingen erzählen.



Als ich im Jahr 2014 mein Medizinstudium in Heidelberg aufgenommen habe, entdeckte ich mit der Zeit das Laufen für mich. Aus zunächst kürzeren Dauerläufen durch die Nachbarschaft und am Neckar entlang, wurden bald längere Läufe und ich entdeckte auch die schönen Wald- und Bergläufe für mich – ein bis dahin ungewohntes Terrain für mich als gebürtige Bremerin, die das flache Land gewohnt ist. Schnell entwickelte sich eine Trainingsroutine und ich bekam Lust, an Wettkämpfen teilzunehmen. Mit meiner Teilnahme an regionalen 10-Kilometer-Läufen und dem anspruchsvollen Heidelberger Halbmarathon merkte ich, dass ich immer schneller wurde und immer größere Freude am Laufen und an Wettkämpfen bekam.

"Einmal in meinem Leben einen Marathon zu laufen" – das war eine Idee, die sich entwickelte und immer mehr festigte. Aus dieser Idee wurde mein Ziel für das Jahr 2017 und als sich die Möglichkeit ergab, bei einem regionalen Marathon mitzulaufen, überlegte ich nicht lang und meldete mich an. Damit begann für mich das (mehr oder weniger) gezielte Training: neben den Dauerläufen standen nun auch hin und wieder Fahrtspiele lange Läufe mit 25-35 Kilometern auf dem Programm.

Dann kam der große Tag, mein erster Marathon! Ich hatte mir vorher eine ungefähre Zielzeit überlegt, um die 3:30 Stunden hatte ich für realistisch gehalten, daran erinnere ich mich noch gut. Mit einem strahlenden Lächeln lief ich dann nach 3:19 Stunden über die Ziellinie – eine neue Leidenschaft wurde in mir geweckt! Nur wenige Tage später meldete ich mich sofort für meinen zweiten Marathon an, es sollte der Mannheimer Marathon im Mai 2018 werden. Und so ging das Training weiter, nun auch strukturierter mit "richtigen" Tempoeinheiten und einem anständigen Trainingsplan. In den kommenden Monaten nahm ich auch noch an einigen weiteren regionalen Veranstaltungen teil. Ich lief zum ersten Mal die 10 Kilometer Distanz in unter 40 Minuten und blieb das erste Mal unter der "magischen Schallmauer". Das gab mir unglaublich Energie für meinen zweiten Marathon! Bis heute ist dieser Marathon in Mannheim im Mai 2018 für mich ein Highlight. Mit einer unvergesslichen Mischung aus Adrenalin, Freude und Erschöpfung lief ich nach 3:01 Stunden als

schnellste Frau über die Ziellinie. Was ein Erlebnis!

Seit dem ist der Sport ein wichtiger Bestandteil meines Alltags. Ich trainiere mittlerweile täglich und konnte meine Bestzeiten weiter steigern. Irgendwann erweiterte ich dann mein Spektrum, ging nicht mehr nur noch Laufen, sondern legte mir ein Rennrad zu. Im Rückblick betrachtet war das eine so gute Entscheidung, denn darin entdeckte ich nicht nur ein weiteres Hobby, das mir große Freude bereitet, sondern auch eine tolle Ergänzung auf sportlicher Ebene.

Das Radfahren sollte aber nicht mehr nur "Ergänzung" und "Alternativtraining" zum Laufen bleiben! Spätestens im Sommerurlaub in den Schweizer Alpen mit meinem Freund Bent und seiner Familie, allesamt Post-SVler, habe ich gemerkt, dass hier meine Stärke liegt. Dass nun also mein erster Triathlon kommen sollte, war wohl absehbar. Nun ja, fehlte also "nur" noch das Schwimmen. Darum gingen wir einige Male ins Schwimmbad und zum See, sodass



ich anfangen konnte, an dieser Disziplin zu arbeiten. Im Sommer 2020 war es dann Zeit für meinen ersten Triathlon in Sindelfingen. Toll war, dass diese Veranstaltung dank eines guten Hygiene-Konzeptes auch in Zeiten der Pandemie stattfinden konnte

Kurzum: Triathlon macht Spaß! Und so freue ich mich, als neues Mitglied des Post-SV Tübingen nun also in nächster Zeit für diesen Verein bei Triathlons und Duathlons an den Start zu gehen!

Merle Brunnée

