

ist die 32-Jährige aber nicht zur Ruhe gekommen, beruflich ist sie voll ausgelastet, und auch ihre sportlichen Ziele gönnen ihr keine Atempause.

Noch viele Ziele

Nächsten Sonntag steht mit dem Dreiländermarathon der Saisonhöhepunkt der Vorarlberger Leichtathletik bevor. Da darf natürlich Sabine Reiner, das hochdekorierte Cover-Girl, der heimischen Szene nicht fehlen.

Reiner wird allerdings „nur“ den Halbmarathon laufen, Kniebeschwerden machen einen Start auf der klassischen Distanz zu riskant. Trotzdem ist die Vorfreude immens: „Wenn ich nur daran denke, bekomme ich schon Gänsehaut.“ Ein Satz, wie er nicht typischer für Sabine Reiner sein könnte. Vorbereiten wird sie sich wie immer: Ohne Trainingsplan, ohne Pulsuhr und ohne medizinischen Stab. Nur einmal ließ sie sich verleiten: Letzten Winter verschrieb sie sich dem Diktat eines Trainingsplans, nach vier Tagen verletzte sie sich schwer. Reiner im Rückblick: „Ich bin überzeugt, dass mein Körper gegen diesen Zwang protestiert hat, nie wieder werde ich mich auf so einen Blödsinn einlassen.“ Kompromisslos ist sie auch in anderen Dingen: Sie hat sich noch nie einer sportmedizinischen Untersuchung unterzogen und schwört ausnahmslos auf homöopathische Präparate. Angenehmer Nebeneffekt: Dopingkontrollen kann sie sehr

gelassen über sich ergehen lassen. Wenngleich sie sich gegen jedes Korsett sträubt, die sportlichen Ziele strotzen nur vor Ehrgeiz: Sie träumt davon, beim Jungfraumarathon in den nächsten Jahren einmal vom obersten Podest zu grüßen, und will ihre Bestzeiten im Marathon und auf der Halbdistanz kontinuierlich verbessern. Gelingt ihr das, winkt der nächste Höhepunkt, nämlich die Teilnahme bei einem internationalen Leichtathletikgroßevent. Reiner ist 32 Jahre alt, hat aber ihren sportlichen Zenit noch lange nicht erreicht. Hierfür hat sie auch eine einleuchtende Erklärung: „Ich betreibe den Sport erst seit wenigen Jahren. Bei vielen, die sich schon seit Jahren quälen, machen sich Verschleißerscheinungen bemerkbar. Mein Körper hingegen ist noch frisch.“

Keine „Extrawurst“

Spitzensport möchte sie noch mindestens drei Jahre betreiben, vorausgesetzt, die Moral stimmt. Reiner stellt klar: „Wenn ich nicht mehr mit Freude trainieren kann, höre ich sofort auf.“ Eine zusätzliche Herausforderung ist es, Beruf und Leistungssport besser unter einen Hut zu bringen, gegenwärtig fehlen ihr die wichtigen Regenerationsphasen. Sonderbehandlung durch ihren Arbeitgeber will sie keine, aber sie wird ihren Tagesablauf besser koordinieren müssen. Denn auch der Tag eines Laufwunders hat nur 24 Stunden.



Sabine Reiner macht sowohl beim Laufen als auch im Gespräch einen sehr entspannten Eindruck.

KLAUS HARTINGER (3),
BERND HOFMEISTER

