

18. Dezember 2012

Jahresrückblick 2012

Pünktlich zum Jahreswechsel kommen auf jedem Fernsehprogramm die Bilder und Menschen des Jahres. Doch jeder Mensch hat seine eigenen Bilder und Erlebnisse, sowie die damit verbundenen Emotionen, von denen er im abgelaufenen Jahr geprägt wurde.

Für mich Grund genug, alles nochmal Revue passieren zu lassen. Ich bin kein Mensch, der sich für das neue Jahr irgendwelche Vorsätze nimmt, absoluter Quatsch. Wenn man etwas ändern will, dann muss man etwas dafür tun und nicht auf das neue Jahr warten.

Der Rückblick dient mir vielmehr als Analyse: Was ist passiert, wie habe ich reagiert, was muss und kann ich in der Zukunft tun. Doch manchmal kommt auch alles anders, als es die Planungen vorsieht, dann muss man schnell genug reagieren und sich schnell genug der neuen Situation anpassen. 2012 war für mich so ein Jahr, die Planungen sahen ganz anders aus, als sich die tatsächliche Lage entwickelte.



Die Teilnahme an zahlreichen Sportveranstaltungen hatte ich geplant. Der Strongmanrun oder der Ironman 70.3 sollten die Höhepunkte bilden. Doch das Unheil nahm Ende Januar seinen Lauf, starke Schmerzen im rechten Bein. Was letztendlich zur Absage meiner ganzen geplanten Sportveranstaltungen zur Folge hatte und mich unterm Strich auch einige Euros kostete.

Es war eine für mich, lange und ungewisse Zeit, wie es sportlich bei mir weitergehen sollte. Ohne die sportmedizinische Betreuung von Medipoint und Medisportive, die mir zugutekam und die Unterstützung von Susanne, die immer an mich geglaubt hat, wäre das Ganze viel schwieriger gewesen und wahrscheinlich wäre ich auch nicht mehr zurück auf der Strecke, sondern hätte die Schuhe an den Nagel gehängt.



Ich habe ja schon öfters in vergangenen Berichten darüber geschrieben, dass man nur einmal mehr aufstehen muss, als man hingefallen ist. Doch je älter man wird, umso schwerer wird es, das man aufsteht. Wehwehchen, die man in den jungen Jahren hatte, kommen heute als große Narben ans Tageslicht. Doch ich will nicht lamentieren, nach vorne schauen und neue sportliche Ziele sind auch schon geplant.

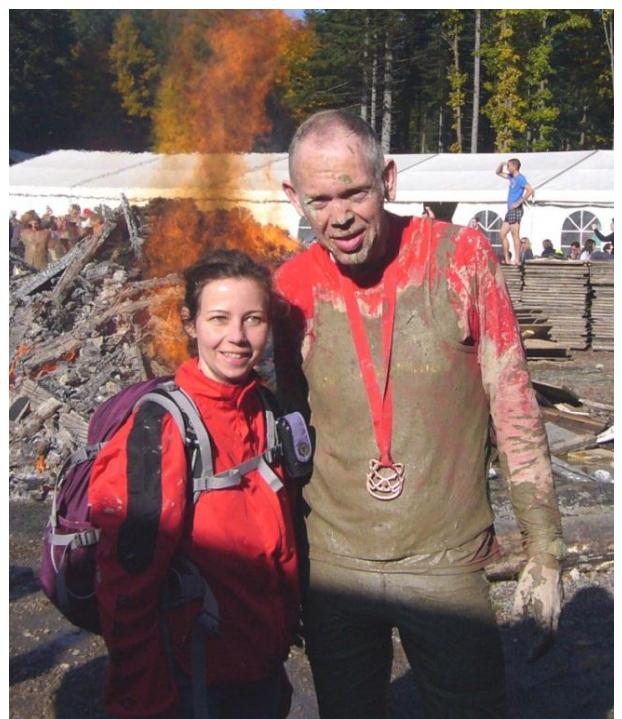


Bei meinen treuen Lesern möchte ich mich für die wenigen Berichte in diesem Jahr entschuldigen. Ich habe versucht, das Ganze mit den Kuchenrezepten zu kompensieren, aber das ist auch nicht jedermann's Sache. So wie ich sportlich blockiert war, ging es mir auch beim Schreiben. Mir macht das Backen einen riesen Spaß und ohne anzugeben, meiner Familie schmeckt es, die essen den Kuchen nicht aus Mitleid.

Wie schon oben geschrieben, gibt es schon eine Planung für das kommende Jahr, eigentlich bin ich schon voll in der Vorbereitung. Mache an den Wochenenden schon längere Läufe und mein Kraftprogramm fahre ich schon seit mehreren Monaten hoch. Der ein oder andere Halbmarathon, sowie ein Marathon werden nur Etappenziele sein. Da ich momentan noch mit verschiedenen Werbepartnern verhandele, kam ich über das „Große Ziel“ noch nicht schreiben. Es wird demnächst einen Vorbericht und Berichte zu den Vorbereitungswettkämpfen geben.

Anfang des Jahres, im Januar, muss ich zwar eine geplante Pause einlegen, es wird unangenehm werden, bin da von meiner Vergangenheit eingeholt worden! Dies wird mich aber nicht von meinem Ziel für das kommende Jahr aufhalten können. „Wer sein Ziel klar vor Augen hat, dem ist kein Hindernis zu hoch und Weg zu weit“.

Zum Schluss möchte ich mich bei all denen bedanken, die immer an mich glauben, ganz besonders bei Susanne, mit der ich ein absolut schönes Wochenende bei der „Wildsau“ hatte. Meinen treuen Lesern und Ihren Familien wünsche ich alles Gute für das kommende Jahr, besonders Gesundheit.



„Verträum‘ nicht dein Leben, sondern lebe deinen Traum“.

Euer RoKu