



Um Ihnen ein besseres Nutzererlebnis zu bieten, verwenden wir Cookies. Durch Nutzung unserer Dienste stimmen Sie unserer Verwendung von Cookies zu. [Weitere Informationen](#)

Ok

[E-Paper](#)

☰ Menü



🏠 > Sport > Altmark-Sport > [Heimkehr mit Rekord](#)

Marathon-Sieger Jens Santruschek nach Verletzungspause stark in der Heimat

Heimkehr mit Rekord

19.04.16



Gewinner Jens Santruschek zeigte im Ziel keinerlei Anzeichen übermäßiger Erschöpfung.

© Haack

Tangermünde. Der Sieger wirkte am Ende nicht einmal sonderlich geschafft. Dem Lauf über die Ziellinie folgte sogleich der Gang zu den wartenden Journalisten. Eine kurze Pause zum Erholen? Nicht nötig!

Jens Santruschek, Gewinner [des 9. Tangermünder Elbdeichmarathons](#) mit neuem Streckenrekord von 2:42:00,2 Stunden, hat unübersehbar eine gewisse Routine im Siegen. Die 42,195 Kilometer auf den Elbdeichen in und um Tangermünde waren für den gebürtigen Leipziger, der im altmärkischen Warnau aufwuchs und dessen Mutter in Miltern heimisch ist, nicht der Höhepunkt, sondern lediglich der Aufgalopp der neuen Saison.

„Es klingt vielleicht etwas blöd, aber eigentlich war das für mich nur ein Trainingsmarathon nach einer Verletzungspause“, verriet der ehemalige Magdeburger Sportschüler, der mittlerweile in Bretten bei Karlsruhe lebt und trainiert. Eine Zerrung im Oberschenkel warf Santruschek vor zweieinhalb Wochen in seiner Saisonplanung zurück. Einen Wertungslauf musste er abbrechen, danach ging erstmal gar nichts mehr. „Ich konnte mich drei Tage nicht bewegen“, so Santruschek, der in Tangermünde eindrucksvoll zurückkehrte und einen Start-Ziel-Sieg mit knapp sieben Minuten Vorsprung vor dem Lokalmatadoren Marco Piec (Tangermünder LV) feierte.



0



FACEBOOK



E-MAIL



TWITTER



GOOGLE+



AUTOR


Die Konkurrenz konnte dem Sieger nichts anhaben, schon nach der Hälfte der Strecke war klar, dass ihm der Erfolg nicht mehr zu nehmen sein würde. „Ich wusste bei der Wende, dass ich vier Kilometer Vorsprung habe. Ich bin dann weiter so meine vier Minuten pro Kilometer gelaufen und das hätten die Verfolger ja erstmal aufholen müssen.“ Die zweite Hälfte des Rennens war für Santruschek dementsprechend ein Kampf gegen sich selbst. Auf der windigen Strecke wurde es für den Spitzenläufer unangenehm einsam und zudem zwickte auch der lädierte Oberschenkel in der Schlussphase immer mal wieder. „Ein bisschen Schmerz gehört halt dazu“, steckte der spätere Sieger seine Leiden unbeeindruckt weg. Schmerzen ist der einstige Warnauer gewohnt. Neben den normalen Marathonläufen geht er auch auf Ultra-Strecken mit 52 Kilometern und mehr an den Start. Seine Freundin – in Tangermünde als Fan am Streckenrand – ist Triathletin. Das Sich-Quälen-Können ist im Hause Santruschek also an der Tagesordnung. Eine kleine Oberschenkelblessur steht einem souveränen Erfolg wie beim Elbdeichmarathon am Sonntag also nicht im Weg.

Der Sieg in der Kaiserstadt war eingeplant. Die Renneinteilung ging auf. Die Leistung bei seiner Premiere in Tangermünde stimmte den Favoriten und zweimaligen Sieger des Magdeburg-Marathons zufrieden. Dass die Zeit auf den Elbdeichen elf Minuten über der seines letzten Magdeburg-Sieges lag, hatte Santruschek erwartet: „Es war klar, dass ich hier keine 2:31 Stunden ansetzen kann. Das gibt die Strecke mit dem Wind nicht her.“ Freude bereitete dem Gewinner von Tangermünde speziell die Auftaktphase des Rennens. „Die erste Runde mit den 10-Kilometer-Läufern hat Spaß gemacht, weil man jemanden gesehen hat. Sonst bin ich ja meistens allein“, so Santruschek. Ob er seinen Titel in Tangermünde im kommenden Jahr verteidigen wird, ließ der neue Streckenrekord-Halter offen. „Man muss sehen, wie es passt.“

Denn auch im nächsten Frühjahr wird der Elbdeichmarathon für Santruschek maximal der Saisonvorbereitung dienen. Ziele hat er sich andere gesetzt, auch in dieser Saison. „Ich trainiere auf die 2:20 Stunden hin und möchte unbedingt mal in Karlsruhe gewinnen. Außerdem ist der Marathon in Heilbronn noch interessant, weil man dort Geld verdienen kann. Ich bin ja schließlich auch nur ein ganz normaler Arbeitnehmer“, erklärte Santruschek, der werktags in einem Kino angestellt ist.

Preisgelder hat sich der diesjährige Sieger in Tangermünde nicht erlaufen, dafür aber die Gewissheit, nach seiner Verletzung wieder auf dem richtigen Weg zu sein. Die Rückkehr zu seinen altmärkischen Wurzeln gab dem Triumph in Tangermünde zudem die zusätzliche Würze. „Ich konnte meiner Freundin mal meine Heimat zeigen“, freute sich Santruschek und ergänzte in seiner Sieger-Routine: „Und gewinnen, tue ich überall mal gerne.“

Von Tobias Haack

 Impressionen vom Elbdeichmarathon mit über 2000 Sportlern



Das könnte Sie auch interessieren

[Gleich drei Letzlinger im Aufgebot](#)

Altmark. In dieser Woche besticht das AZ-Team vor allem durch Torgefahr.

[Brachflächen am Bruchweg: „Das sieht nicht...“](#)

Stendal. „Das Areal sieht nicht beson-



Dies zieht sich durch...



ders schön aus und liegt auch teilweise brach. Da kann man...

0



Powerfood im Visier: Das gesunde Gemüse aus dem...



Impressionen vom Elbdeichmarathon mit über...

Klötze. Reich an hochwertigem Eiweiß und Nähr- und Ballaststoffen, und...

Die 9. Auflage des Tangermünder Elbdeichmarathons erfreute sich am Wochenende wieder einmal...

powered by plista



ntare

- Anzeige -

▼ Kommentar verfassen

[Impressum](#) [Datenschutz](#) [Nutzungsbasierte Online-Werbung](#) [Mediadaten](#) [Netiquette](#)