

Grevenbroich

Ex-Läufer wird schnellster Geh-Sportler



Christian Wiltsch (l.) beim Wintertraining des Benelux-Race-Walking-Teams. Mit dieser Gruppe feilt er an seiner Technik. FOTO: Wiltsch



Grevenbroich. Christian Wiltsch kann nach einem Unfall den Laufsport nicht mehr ausüben und ist so zum olympischen Gehen gekommen. Er hält schon nach wenigen Trainingsmonaten den Senioren-Nordrhein-Rekord über 3000 Meter. Von Anne Richter

Christian Wiltsch ist vielen Grevenbroichern ein Begriff durch seine Aktivitäten als Heimatforscher. Im beruflichen Leben ist er Ingenieur. Und jetzt macht er in einer neuen Sportart von sich Reden. Erst kurze Zeit ist Wiltsch in der Sportart olympisches Gehen aktiv, doch schon jetzt hält er mit 17 Minuten und 4,5 Sekunden den Senioren-Nordrhein-Rekord über 3000 Meter.

Ganz freiwillig habe er den neuen Sport aber nicht angefangen, berichtet der 52-Jährige. "Ich bin 40 Jahre gelaufen", sagt der Leichtathlet. Schon in der Schule habe er den Laufsport erlernt, war auch bei verschiedenen Meisterschaften erfolgreich. "Ich habe von Sprint bis kurze Langstecke alles gelaufen, was mir vor die Füße kam", beschreibt er seine Leidenschaft. Auch als er später im Berufsleben stand, blieb er dem Laufen treu und machte bei Landesmeisterschaften aber beispielsweise auch beim ersten Citylauf mit.

[inRead](#) Ein Autounfall im Juni 2015 brachte die Wende. Dabei zog Wiltsch sich offenbar einen Meniskus-Anriss zu, der aber nicht sofort erkannt wurde. "Ich habe nach dem Unfall sogar noch mein Marathon-Debut gegeben", sagt er. Dann sei eine Baker-Zyste im Knie gerissen, beschreibt der Sportler, die Wade wurde dick. Es folgten verschiedene Diagnosen und eine Operation - und bei der muss der Operateur etwas falsch gemacht haben, ist Wiltsch sicher. Seither fehle Knorpel im Knie, das Bein schmerze, und Laufen und Treppensteigen seien nicht mehr möglich.

Als die Krücken endlich wegwaren, stellte Wiltsch fest: "Die Jogger sind gar nicht schneller als ich beim Gehen." Da er, wie er sagt, zu seinem hauptsächlich sitzend ausgeführten Ingenieurberuf den körperlichen Ausgleich braucht, machte er sich kundig in Sachen Geh-Sport und legte los. "Eine solch exotische Sportart hätte ich sonst nie gemacht", gibt er zu. Und in der Tat sind die Regeln beim olympischen Gehen streng.

Der Sportverein des mittlerweile in Wachtendonk lebenden Wiltsch ist die SG Neukirchen-Hülchrath. Hier ist er regelmäßiger Gast des Gymnastik-Angebotes. Neben ihm betreibt im Verein auch noch Katharina Dicken den Gehsport. Ein eigenes Training gibt es vor Ort allerdings nicht. Um an seiner Technik zu feilen, besucht Wiltsch die Angebote des Benelux-Race-Walking-Teams. Unter anderem geben dort die Trainer Frank van Ravensberg und Henk Plasman - Geher-Legenden, wie Wiltsch berichtet - Tipps. Den Kontakt habe ihm ein Bekannter vermittelt, erzählt er. Meist einmal im Monat finden die Trainingstage statt, im Schnitt seien 20 Teilnehmer dabei. "Ich muss jetzt niederländisch lernen", sagt Wiltsch lachend. "Wenn es sportlich nichts wird, kann ich wenigstens am Ende die Sprache."

Dass es sportlich nicht klappt, ist bei den Voraussetzungen aber kaum vorstellbar, denn den Senioren-Nordrhein-Rekord stellte Wiltsch schon bei seinem ersten großen Geh-Rennen in Spitsbergen in den Niederlanden auf. "Es hat dann allerdings olympiaverdächtig lange gedauert, bis der 3000-Meter-Rekord durch den Leichtathletik-Verband Nordrhein anerkannt wurde", erzählt Wiltsch. Seit Dezember ist er aber amtlich. Nun will der Sportler weitermachen unter der Devise "Ziele, die man sich nicht setzt, kann man nicht erreichen" und seine Leistungen weiter verbessern. "Zuerst muss ich aber an meiner Technik arbeiten", sagt er.

Quelle: NGZ, Neuß-Grevenbroicher-Zeitung