

Regionales

tip KOMPAKT

Pfingstmarkt und Gottesdienst

UETERSEN Für Sonntag und Montag, 4. und 5. Juni, wird zum Pfingstmarkt auf das Museums Gelände Langes Tannen eingeladen. Mehr als 30 Aussteller zeigen von 11 bis 18 Uhr Kreatives und Handwerkskunst. Am Pfingstsonntag beginnt dort um 11 Uhr ein ökumenischer Gottesdienst. *pl*

Museum bittet zu Familientag

PINNEBERG Das Pinneberg Museum, Dingstätte 25, lädt zu einem Besuch für Sonnabend, 3. Juni, von 15 bis 17 Uhr ein. Die Sonderausstellung für Familien widmet sich der Geschichte der Kreisstadt und beherbergt künstlerische und historische Nachlässe. Mit Hilfe von Rätseln und Fragebögen kann das Museum erkundet werden. Für richtige Lösungen gibt es Gewinne. Der Eintritt ist frei, aber der Förderverein des Museums freut sich über eine Spende. *tas*

■ pinnebergmuseum.de

Training für den Ultra-Marathonlauf

APPEN MUSIZIERT Uwe Schinz sucht Spender zugunsten schwerkranker Kinder

HEIST Der Heistmer Ultra-Marathonläufer Uwe Schinz zieht wieder seine Turnschuhe an, um zugunsten der Benefizreihe „Appen musiziert“ zu laufen. Der Extremsportler will am Sonntag, 10. September, in Albanien an den Start gehen, und beim ersten Extremelauf in der Republik 210 Kilometer zurücklegen. „Dafür suche ich Motivatoren, die einen Obolus für schwerkranke Kinder überweisen“, sagt Schinz.

Der Laufverrückte hat bereits mit dem Training begonnen. Im Herbst 2016 musste sich Schinz am Fuß operieren lassen. „Deshalb war ich länger raus“, sagte Schinz. Davon war allerdings jetzt beim Saisonstart nichts

zu spüren. Wie in der Vergangenheit mutet er sich viel zu. Diesmal sind es drei Ultras in drei Wochen. Am 13. Mai nahm er am elften Karl-Heinz-Jost-Ultra-Marathon über 61,5 Kilometer teil. Am 20. Mai startete der 65-Jährige beim 5. Heidschnucken-Ultra. Die 111 Kilometer von Soltau nach Hamburg-Eissendorf legte er in 14:43:20 Stunden zurück und belegte Platz sechs in der Gesamtwertung. „Ich war zwei Stunden schneller als 2016“, freute er sich. Der Heistmer war unter den 19 Startern der Älteste, zwei Frauen mit 35 Jahren die Jüngsten. „Die Schnellste von ihnen hat mich über 35 Kilometer gezogen“, erklärte er seine gute

Zeit. 2,5 Kilogramm hat Schinz dabei verloren, 10 400 Kilokalorien verbraucht. An diesem Wochenende geht Schinz beim „5. Horst-Sporleder Ultramarathon Fehmarn Rund“ an den Start. Die Strecke ist 73 Kilometer lang.

Nach dem Tripel ist vor dem Lauf: Für Sonntag, 6. August, steht bei dem 65-Jährigen der „Ostseeman“ in Glückburg auf dem Plan. Für den Iroman-Wettbewerb muss Schinz 3,8 Kilometer in der Ostsee schwimmen, 180 Kilometer mit dem Rad fahren und 42 Kilometer laufen. „Das ist aber ein Witz im Vergleich zu manchen Bergrennen, die ich in der Vergangenheit gemacht habe“, sagte Schinz. 2016 belegte der Ultra-Läufer den ersten Platz seiner Altersklasse: „Den Titel will ich natürlich verteidigen.“

All das ist nur das Training für den Höhepunkt des Jahres: Albanien. Um dort an sechs Tagen 210 Kilometer mit 8000 Höhenmetern erlei-



Uwe Schinz (links) hat für den Heidschnucken-Ultra mit Söhren Sahling (53) aus Hittfeld trainiert. PRIVAT

den zu dürfen, greift Schinz übrigens tief in die Tasche. Das Startgeld beträgt 1900 Euro, hinzu kommen Kosten für Verpflegung und Flug. Er schleppt etwa 13 Kilo Gepäck mit sich, unterwegs wird nur Wasser ge-

stellt. Wer ihn beim Spendenlauf für „Appen musiziert“ unterstützen will, ist willkommen. „Ich trage auch Firmenlogos, wenn es gewünscht wird“, verspricht der Ultra-Marathonläufer. *Andrea Stange*

Anzeige
B=278mm
H=573,33dp