

Goldener Laufherbst mit erfolgreicher Laufjahresbilanz für Kerpener Rathausmitarbeiter

Bürgermeister Spürck ehrt Hakim El Makrini für seine beachtlichen Lauferfolge

Kerpen, 17.02.2022

Hakim El Makrini, der als Bauingenieur im Tiefbauamt der Stadt Kerpen für die bauliche und planerische Verkehrsinfrastruktur zuständig ist, hatte zum Ende des vergangenen Jahres innerhalb von 5 Wochen zweimal Gold und zweimal Silber bei Deutschen Meisterschaften in seiner Altersklasse geholt.

Bei einem gemeinsamen Gespräch mit Bürgermeister Spürck berichtet Hakim El Makrini, dass aufgrund der Pandemiesituation in der gesamten ersten Jahreshälfte Laufwettkämpfe und Meisterschaften so gut wie gar nicht ausgetragen worden sind. Alle Meisterschaftswettkämpfe, die sonst über das ganze Jahr verteilt liegen, wurden im vergangenen Jahr in den Herbst verlegt und lagen alle terminlich, teilweise mit nur einer Woche Abstand, dicht beieinander. Trotz teilweise sehr kurzfristiger Bekanntgabe von Terminen ließ es sich El Makrini nicht nehmen bei allen Meisterschaften zu starten. Schnelle Zeiten oder Bestzeiten standen bei diesen Meisterschaftsrennen nicht im Vordergrund. Oberstes Ziel war es aufgrund der sehr nah beieinanderliegenden Wettkämpfe mit so wenig Krafteinsatz die bestmögliche Platzierung bei den Meisterschaftsrennen zu erreichen. Dies ist dem städtischen Mitarbeiter auch erfolgreich gelungen. So konnte er bei Deutschen Leichtathletik Seniorenmeisterschaften auf der 5000m Strecke mit einer Zeit von 16 Minuten und 19 Sekunden die erste Deutsche Goldmedaille sichern. Danach folgte die Goldmedaille bei der Deutschen Marathonmeisterschaft in München mit einer Zeit von 2 Stunden und 40 Minuten. Nur eine Woche später folgte dann eine Silber Medaille bei den Deutschen Meisterschaften im Halbmarathon in Hamburg. Das überaus erfolgreiche Meisterschaftsjahr beendete El Makrini mit dem Vizetitel bei den Deutschen Straßenmeisterschaften auf der 10 Kilometer Strecke in Uelzen mit einer Zeit von 33 Minuten und 14 Sekunden.

Im Gespräch mit Bürgermeister Spürck teilte der mehrfach erfolgreiche Sportler mit, dass diese Erfolge in erster Linie nur über harter Arbeit und Begeisterung für den Laufsport erreichbar wären. Bei dem Leistungsniveau sind, insbesondere zur Verletzungsprävention, neben den täglichen spezifischen Laufeinheiten auch zusätzlichen Kraft-, Stabilisations- und Koordinationsübungen 2- bis 3-mal in der Woche erforderlich. Bürgermeister Spürck, der selbst auch begeisterter Läufer ist und sich regelmäßig für das körperliche und geistige Wohlbefinden in die Laufschuhe schmeißt, zeigte sich begeistert von dem Einsatz und dem Zeitmanagement, den der dreifache Familienvater für das Laufen an den Tag legt.

Sport spielt bei der Familie El Makrini eine wesentliche Rolle im Lebensalltag. Die beiden Söhne sind in unterschiedlichen Sportarten erfolgreiche Kader-Sportler. Der älteste Sohn Younes ist die letzten Jahre bereits mehrfach bei den deutschen Leichtathletikmeisterschaften erfolgreich angetreten und teilt zudem die Laufleidenschaft mit seinem Vater. Da aber alle in der Familie für

den Sport brennen und sich gegenseitig unterstützen und Verständnis aufbringen, bekommt man die vielen Trainingseinheiten im gemeinsamen Wochenplan untereinander gut kombiniert.

Zum Ende des Gespräches überreichte Bürgermeister Spürck als kleine Anerkennung für diese außergewöhnlichen sportlichen Leistungen El Makrinis das „Kerpener Rathausgold“ an seinen Mitarbeiter, das seinen Ursprung in der Imkerstation auf dem Dach des Kerpener Rathauses hat.