



Der Mendener Marathonläufer Markus Koerdt (links im Bild) beim Laufevent „Extrem-Extrem“.

Foto: privat

150 Kilometer in rund 31 Stunden

Markus Koerdt beim Laufevent „Extrem-Extrem“

MENDEN. Markus Koerdt hat für seinen „Spenden-Speed am Lauf-Event „Extrem-Extrem“ teilgenommen. Dabei lief er über 150 Kilometer, bei denen der Mendener 3.500 Höhenmeter in rund 31 Stunden bewältigte. Eine wahrhafte Bestleistung.

Von Heringhausen nach Willingen, weiter in Richtung Korbach und zurück zum Diemelsee: Bei diesem Extrem-Lauf in der Mitte Deutschlands erwartete die Teilnehmer eine einzigartige Erfahrung für Körper und Geist und zusätzlich eine spektakuläre Naturbühne, die ihres Gleichen sucht. Bei der vierten Auflage in

2022 starteten übrigens 153 Teilnehmer. 93 erreichten das Ziel, einer davon war Markus Koerdt aus Menden. Der erste und schnellste Läufer (Dennis Kühnert) war bereits nach 25,5 Stunden am Ziel. Und auch Koerdts Leistung als elfter Sprinter auf der Zielgeraden kann sich sehen lassen: „Ich bin nach diesem kräftezehrenden Event noch ziemlich euphorisiert. Es war alles in allem eine körperliche und mentale Herausforderung für mich. Zwischendurch habe ich auch mal alleine gelitten und einiges in Frage gestellt, warum ich mir das antue“, verriet er diese Woche im Stadtspiegel-Interview.

Die Anstrengungen und Strapazen dieses - im wahrsten Sinne des Wortes - „Extrem-Events“ sind Markus Koerdt im Nachhinein noch anzusehen. „Die Nacht nach dem Lauf habe ich mit Adam (siehe Foto) verbracht, einem Gleichgesinnten aus Crailsheim.“ So entstehen Freundschaften fürs Leben. „Ich habe mich oft gefragt: Wofür mache ich das eigentlich? Und dann habe ich mir die einfache Antwort gegeben: Für einen herrlichen Sonnenaufgang und für die Wunder der Natur.“

Und natürlich für sein Herzensprojekt: „Die Kinder in Chile, damit es ihnen in Zukunft besser geht.“