

Wettkampf-Bericht von Carlo Müller über das 10-km- und 20-km-Straßengehen

Die Masters in Catania waren für mich in vielerlei Hinsicht ein besonderes Erlebnis – sportlich wie emotional. Am Ende stehen vier Medaillen zu Buche: Silber über 10 km (Einzel und Mannschaft) sowie Bronze über 20 km (Einzel) und erneut Silber mit dem Team. Ein Ergebnis, das ich so im Vorfeld definitiv nicht erwartet hätte.

Der 10-km-Wettkampf entwickelte sich zu einem echten Schlagabtausch. Vor allem mit einem italienischen Konkurrenten, der stilistisch nicht immer sauber unterwegs war, entstand ein intensives Duell. Ich konnte das Rennen lange kontrollieren und lag bis etwa einen Kilometer vor dem Ziel sogar in Führung. Doch genau dort zeigte sich, dass mir nach der längeren Wettkampfpause die nötige Härte und vor allem die Trainingskilometer fehlten, um den Angriff entscheidend zu kontern. Am Ende wurde es Silber – hart erkämpft, aber mit einem kleinen „Was wäre wenn“.

Noch anspruchsvoller wurden die 20 km – nicht nur wegen der Distanz, sondern auch, weil nur ein Tag Regeneration dazwischenlag. Die Strecke war allerdings ein Traum: direkt am Meer entlang, mit beeindruckendem Blick auf den Mount Etna. Eine Kulisse, die motiviert – und gleichzeitig gnadenlos zeigt, wie lang 20 Kilometer wirklich sind.

Gerade dieses Rennen hat mir alles abverlangt. Ohne spezifische Vorbereitung wurde es ab Kilometer 15 zu einem reinen Kampf gegen den eigenen Körper. Die letzten fünf Kilometer waren nichts anderes als Überlebenskampf. Umso höher ist diese Bronzemedaille für mich einzuschätzen – vielleicht sogar die wertvollste dieser Meisterschaft. Nicht wegen der Platzierung, sondern wegen der Umstände, unter denen sie zustande kam.

Vier Medaillen bei diesen Masters – das ist ein Ergebnis, auf das ich stolz bin. Gleichzeitig zeigt es mir aber auch klar, wo noch Potenzial liegt. Mit mehr Trainingsumfang und Wettkampfhärte wäre hier vielleicht noch mehr möglich gewesen.

Und genau das ist die Motivation für die nächsten Rennen.



01. Mai – 10km Straßengehen



03. Mai – 20km Straßengehen