

Peiner Pastorin läuft Marathon in weniger als viereinhalb Stunden

Katrin Deutsch war bei der Sport-Großveranstaltung in Amsterdam eine von mehr als 40.000 Teilnehmenden

Peine. Diese Geistliche hat einen langen Atem: Inmitten von mehr als 40.000 Startern absolvierte die Pastorin der Emmaus-Gemeinde Woltorf-Schmedenstedt und Klinikumsseelsorgerin, Katrin Deutsch, in der niederländischen Metropole Amsterdam ihren zweiten Marathon. Gänsehautstimmung herrschte schon bei der Anmeldung am altherwürdigen Olympiastadion am Tag vor dem Lauf.

„Freitagabend bin ich mit Freunden zusammen nach stau-reicher Fahrt im Hotel am Flughafen angekommen. Samstagfrüh ging es dann in einem voll-gestopften Bus zum Olympiastadion. Dort habe ich schon Freunde getroffen, die ich von anderen Läufen kannte. Die Anmeldung war gut organisiert. Im Anschluss haben wir uns noch auf der Läufermesse in den Sporthallen am Stadion umge-

sehen“, berichtet Deutsch. Später ging es in die Innenstadt der Metropole, um auch dort ein bisschen Atmosphäre zu schnuppern und sich für die Herausforderungen des folgenden Tages zu stärken.

„Wir haben die niederländische Spezialität ‚Stroopwafel‘ probiert. Das sind dünne Waffeln, die mit Zuckerrübensirup und Karamell gefüllt sind. Abends gab es ganz klassisch Nudeln, um die Kohlenhydrat-Depots aufzufüllen“, sagt die 42-jährige Pastorin.

Sonntagfrüh wurde es dann ernst: Zunächst ging es erneut mit dem Bus zum Stadion, wo zunächst der Startschuss für die Spitzenläufer fiel, die die mehr als 42 Kilometer in rund zwei Stunden absolvierten. Deutsch startete gemeinsam mit einer Freundin etwas später und machte sich bei kühlem, aber trockenem Wetter auf die Runde



Katrin Deutsch mit ihrer Startnummer.

FOTO: PRIVAT

durch die Stadt. Das Wetter hielt einigermaßen. Nur ein Schauer sorgte zwischendrin für Wasser von oben.

„Die Stimmung, die die Zuschauer an der Strecke verbreiteten, war super. Es gab viel Musik und sowohl an der Straße als

auch auf den Grachten feierten die Leute uns Läufer. Das war sehr motivierend“, erinnert sich Deutsch. Leider sei die Strecke für die große Anzahl Läufer aber sehr eng abgezaunt gewesen, sodass es immer wieder zu Kollisionen gekommen sei. Bei Kilo-

meter acht erwischte es auch die Pastorin: Ein verstauchtes Handgelenk war die Folge.

„Ich konnte aber weiterlaufen und war sehr froh darüber. Mein Ziel war es, die 42,2 Kilometer in viereinhalb Stunden zu laufen. Als ich im Stadion direkt nach dem Finish von meinem Trainer Stefan Heinrichsmeier angerufen wurde, war ich total baff, als er meinte: ‚Vier Stunden und 19 Minuten – du Rakete!‘“, schildert sie diesen Moment. Nach dem ersten Marathon in Hamburg im Frühjahr war das eine neue Bestzeit für die passionierte Läuferin. Gefeiert wurde später im indischen Restaurant und auf dem Hotelzimmer mit Chips und Waffeln, um die verbrauchte Energie wieder aufzufüllen.

Winterpause ist jetzt noch nicht angesagt: Im November steht für Katrin Deutsch ein Ultra-Marathon in Bottrop auf dem Programm.

Gesundheit

ANZEIGE

Thema: Sexuelle Schwäche

Lust statt Frust!

So kann es im Bett wieder aufwärts gehen

Fühlen Sie sich häufig durch Ihren Arbeits- und Familienalltag gestresst? An Zweisamkeit mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner ist kaum zu denken? Oder hat Ihnen der Alltag im Bett die Lust und Leidenschaft geraubt? Das muss nicht sein! Ein rezeptfreies Arzneimittel namens Deseo hilft Ihnen, sexuelle Schwäche zu bekämpfen und Ihr Sexleben wieder genießen zu können.

Stress, Alltagsstress und Erfolgsdruck wirken sich oft auf das sexuelle Verlangen aus. Das Sexualleben bleibt häufig auf der Strecke und die Beziehung leidet. Dabei müssen Sie sexuelle Unlust nicht in Kauf nehmen. Denn: Mit Deseo (rezeptfrei) gibt es Hilfe aus der Apotheke!

Neuer Schwung für das Sexleben

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff Turnera diffusa, der seit Langem als Aphrodisiakum verwendet wird. Laut Arzneimittelbild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird hauptsächlich bei sexueller Schwäche angewendet.



Sich wieder spontan der Lust hingeben

Da die Tropfen regelmäßig und unabhängig vom Geschlechtsakt eingenommen werden, kann die so wichtige Spontaneität und Leidenschaft erhalten bleiben. Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



Abbildung Betroffenen nachempfunden

Deseo. Wirkstoff: Turnera diffusa Dil. D4. Deseo wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. www.deseo.net • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

27717101_002423

Cannabis CBD Gel aus der Apotheke

Von der Qualitätsmarke Rubaxx gibt es ein Cannabis Gel als Kosmetikum mit ~600mg CBD erhältlich in der Apotheke (Rubaxx Cannabis CBD Gel).



Heute gilt Cannabis als zukunftsweisende Pflanze, die in der modernen Forschung in verschiedensten Bereichen zum Einsatz kommt. Insbesondere der nicht berauschende Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) begeistert Wissenschaftler und Verbraucher gleichermaßen.

Das CBD Gel enthält Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln.

Reines CBD, aufwendig isoliert

Auch Experten der Qualitätsmarke Rubaxx haben sich intensiv mit Cannabis beschäftigt. So ist es ihnen gelungen, eine spezielle Cannabispflanze der Sorte sativa L. mit hohem CBD-Gehalt zu finden. Aus ihr wird mittels eines komplexen CO₂-Verfahrens reines CBD isoliert und aufwendig im Rubaxx Cannabis CBD Gel aufbereitet. Neben ~600mg CBD enthält das Gel zudem Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln.

Geprüfte Qualität von der Pflanze bis zum Produkt

Die Herstellung des Gels findet unter höchsten deutschen Qualitäts- und Sicherheitsstandards statt. Das Gel wurde für die tägliche Anwendung entwickelt und ist dermatologisch getestet. Verbraucher können das CBD Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Es wird ganz einfach auf die betroffene Stelle einmassiert.

DAS PRODUKT HAT IHR INTERESSE GEWECKT?

Scannen Sie diesen Code für mehr Infos!



Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Cannabis CBD Gel
(PZN 16330053)



www.rubaxx-cannabis.de

Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildung Betroffenen nachempfunden