

# Am Strand ein Foto mit Lars Riedel

## Schlangens längstes Trainingslager: 20 Tage Laufarbeit in Portugal

rs ALBUFEIRA „Es war das erste Mal, dass ich überhaupt so ein langes Trainingslager absolviert habe“, fühlte sich Carsten Schlangen nach 20 Tagen Laufarbeit in Albufeira in der Algarve in Portugal „sehr fit“ und „zufrieden“.

Mit neun Teamkollegen und Trainer Prof. Dr. Roland Wolff hatte sich der Architekturstudent aus Meppen bei angenehmen Temperaturen von 20 bis 26 Grad auf die Freiluftsaison vorbereitet. Die Leichtathleten der LG Nord Berlin bezogen Quartier im Sport Hotel Resort Alfa-

mar in Bungalows direkt an der Steilküste.

Dort und auf der gelenkschonenden Rasenbahn in Vilamoura stimmen sich zahlreiche Athleten auf die Wettkämpfe ein, wie Diskus-Olympiasieger Lars Riedel. Im Bungalow nebenan wohnten Diskus-Ex-Weltmeisterin Franka Dietsch und Kugelstoßerin Petra Lammert. „Am Strand habe ich auch noch ein Foto mit Lars Riedel gemacht“, lebt sich Carsten langsam in die Sportwelt der „Großen“ ein.

Alle kamen ohne Ausfälle durch die zwei täglichen Trainingseinheiten. Erster Formtest ist Anfang Mai die

Deutsche Meisterschaft für die 3 x 1000-m-Staffel, die in der Halle ja den Titel vor Erfurt gewonnen hatte. Schlangen bleibt vorsichtig: „Wir sollten alle die Erwartungen nicht zu hoch schrauben. Sehr viele trai-

*„Sehrviele trainieren auch sehr hart und härter.“*

**Carsten Schlangen**

nieren auch sehr hart und härter“, will der 25-jährige Emsländer erst einmal schauen, wie er so in die Saison hineinrollen kann.

Carsten Schlangen muss ja nebenbei auch noch se-

hen, wie er sein Studium neben dem Sport organisiert bekommt. Da half ihm an der TU Berlin jetzt auch die Aufnahme in den Pool von Spitzensportlern, die einen Sonderkaderstatus haben. Diese „Partnerschule des Spitzensports“ will die Studienbelange stets optimal auf die Trainingsgewohnheiten abstimmen.

So durfte er kürzlich wegen des Trainingslagers auf Lanzarote eine Hausarbeit etwas später abgeben. Die Diplomprüfungen stehen an, und im Herbst ist zudem ein geplantes Praktikum in Rotterdam einzuplanen.



**Laufarbeit** in Albufeira. Im beliebten Touristenziel in der Algarve stimmte sich Carsten Schlangen (r.) auf die Saison ein.