Quelle:

Meppener Tagespost, Emslandsport, 28.01.2008

# Schlangen lief WM-Norm über 3000 m

rs **POTSDAM.** „Nach meinem letztmaligen Start über 3000 m beim Europacup in München (im Juni 2007 Letzter nach Leistungseinbruch) habe ich jetzt wieder Geschmack an der Strecke gefunden", freute sich Carsten Schlangen (Foto), nachdem er bei den Berlin-Brandenburgischen Hallenmeisterschaften am Samstag in Potsdam mit 7:51,90 die WM-Norm über 3000 m (7:52 Minuten) knackte.

„Das ist momentan die sechstschnellste Zeit der Welt", jubelte der Student aus Meppen und führte die ungewöhnlich gute Form auf sein semispezifisches Ski-Trainingslager in Kuusamo (Finnland) zurück. „Das hat seine Wirkung gezeigt." - Die eigentlichen Trainingslager für die Olympiasaison stehen ja alle noch bevor.

Seine Spezialdisziplin wechseln will er gleichwohl nicht. Über 1500 m und 800 m geht er am nächsten Wochenende bei den Norddeutschen Meisterschaften in Hamburg an den Start.

Zusammen mit seinem Teamkollegen Franek Haschke von der LG Nord Berlin hatte er in Potsdam abgesprochen, alle 600 m die Führungsarbeit zu wechseln und so die Tempoarbeit selbst zu übernehmen. Nach 1800 m zog Schlagen das Tempo an, und Zwischenrufe vom Rand, das die WM-Norm möglich ist, stachelten ihn weiter an. „Die letzten 1000 m legte ich in etwa 2:35 Minuten zurück."

**Ein Video** vom Lauf in Potsdam gibt es unter www.carsten-schlangen.de