



Carsten Gereke hat fleißig trainiert und hofft, nach der EM einen weiteren Pokal in die Vitrine stellen zu können. Foto: ca

Uhrslebener fährt zur EM

Wenn rechts mehr zählt als links

Uhrsleben/Ohrekreis (ca). Carsten Gereke aus Uhrsleben sitzt auf gepackten Koffern, am Montag nämlich will er im ungarischen Budapest sein. Wer jetzt an Urlaub bei wohliger-warmen Temperaturen denkt, liegt völlig falsch, der 31-Jährige fährt zur Europameisterschaft, um sich mit Armwrestlern aus ganz Europa zu messen. Qualifiziert für dieses Event hat er sich, als er kürzlich bei den Deutschen Meisterschaften in der Männerklasse bis 90 Kilogramm Vizemeister wurde.

„Ich möchte in Budapest unter die ersten Fünf kommen“, erzählt Carsten Gereke über seine Ziele und weiß, dass das nicht einfach werden wird, da Weltklasseathleten aus Russland, der Ukraine und weiteren Ostblockländern auch am Start sein werden. Doch der Uhrsleber ist ehrgeizig, gezielt bereitet er sich vor – trainiert jeden Tag zwei Stunden lang. „Beim Armwrestling kommt es auf Schnelligkeit, Kraft und Technik an“, sagt er, bevor er mit einer 25 Kilogramm schweren Hantel demonstriert, wie er speziell seine Griffkraft trainiert. „Da aber während des Kampfes der ganze Körper unter Spannung steht, darf man die anderen Partien beim Trainieren nicht vernachlässigen“, betont Carsten Gereke. Deshalb ist es auch wichtig, entsprechende Gegner zu haben. Und genau die trifft der junge Mann aus dem Ohrekreis beim VfL Wolfsburg. „So

kann ich auch an meiner Technik arbeiten“, erklärt er.

Fünf Jahre ist es her, dass sich Carsten Gereke für den Armwrestling-Sport begeisterte. Damals hatte ein Freund bereits Erfolge gefeiert. „Ich habe mir das mal angeguckt und es hat mir gefallen“, erinnert er sich heute und auch an seine erste Deutsche Meisterschaft im Jahr 2001. Er hatte zwar alle Kämpfe verloren, aber der Spaß war so groß, dass er weitermachte. Das kontinuierliche Training hat sich ausgezahlt. Bereits 2002 folgte der dritte Platz bei den Deutschen Meisterschaften und wenn anschließend das Startsignal „Ready go“ bei nationalen Turnieren ertönte, war er auf dem Weg zu weiteren Titeln. Bisheriger Höhepunkt war dann der Vizemeistertitel bei den Deutschen Meisterschaften in diesem Jahr.

„Ich bin besonders stolz, dass ich mit dem rechten Arm den Titel errungen habe, da ein Meistertitel mit rechts höher bewertet wird als mit links“, erklärt Carsten Gereke, der auch ein Dankeschön an seinen Arbeitgeber und Sponsor, die Communication Factory Magdeburg loswerden möchte. „Hier wird mir ermöglicht, dass ich einen Teil meines Trainings im haus-eigenen Fitnessstudio absolvieren kann.“ Vielleicht ist ja das auch der Grundstein für Gerekes Qualifikation zur Weltmeisterschaft, die dann in England stattfindet.