



## Laufen ist das neue Golfen

Unter Führungskräften wird Laufen immer populärer. Ein Marathonwettkampf gilt bei Managern sogar als Sinnbild von Disziplin und Konsequenz. Doch wie bringen Manager Job und Sport unter einen Hut?

Von Daniel Schleidt

Es ist spät geworden gestern bei Michael Ilgner. Bis kurz vor Mitternacht hat er noch am Schreibtisch gegessen und Mails bearbeitet, um sich diesen Zeitslot heute freizuhalten. Der Geschäftsführer der Deutschen Sporthilfe steht in seinem Büro am Frankfurter Stadtwald und bindet sich die schwarzen Laufschuhe zu, wirft einen letzten Blick auf das Smartphone, legt es zur Seite und ruft der Assistentin zu: „Ich bin dann mal weg, für eine Stunde.“ Länger geht nicht, aber immerhin. „Mein Terminkalender ist ziemlich voll“, sagt Ilgner auf den ersten Metern seiner zehn Kilometer langen Standardstrecke durch den Stadtwald. Doch auch wenn der Chef von 40 Mitarbeitern der Sportstiftung in der Regel 60 Stunden in der Woche arbeitet und viel unterwegs ist, sind Laufseinheiten bei ihm feste Termine. Verabredungen mit sich selbst. So wie heute.

„Fünfeinhalber Schnitt?“, fragt der frühere Wasserball-Nationalspieler, er meint die Geschwindigkeit für die nächsten

Kilometer. Häufig fragt er Mitarbeiter vor einer Besprechung, ob sie Laufsachen dabei haben, dann dreht er mit ihnen eine Runde durch den Wald. In den vergangenen zehn Jahren absolvierte er drei Ironman-Distanzen, 2017 will er einmal wieder einen Marathon laufen. Sein Ziel: „Unter dreieinhalb Stunden.“

Ilgner ist damit Teil einer immer größer werdenden Bewegung von Marathonmanagern: Führungskräften, die Gesundheit und Fitness als Teil ihrer Lebensphilosophie definiert haben – und das auf ihren Führungsstil übertragen. „Marathonlaufen ist das neue Golfen“, sagt Lauftrainer Andreas Butz, der ein Buch über das Thema geschrieben hat. Etwa jeder zehnte Vorstand börsennotierter Firmen beteilige sich inzwischen an der Massenbewegung Marathon. „Je höher man in Unternehmen schaut, desto größer ist die Dichte der Läufer“, hat Butz festgestellt. Dem Laufcoach zufolge gibt es also nicht nur immer mehr Manager, die regelmäßig die Sportschuhe schnüren

und für die 42,195 Kilometer lange, von allerlei Mythen umrankte Distanz trainieren. Butz sieht darüber hinaus einen Zusammenhang zwischen Erfolg im Beruf und dem beim Laufen.

Karl-Thomas Neumann ist dafür ein gutes Beispiel. „Wenn ich nicht laufe, bin ich unausgeglichen“, sagt der Vorstandsvorsitzende der Adam Opel AG. Zwölf Marathonläufe hat er hinter sich gebracht, jeden in einer anderen Stadt, von New York bis Hongkong. Seine Bestmarke von drei Stunden und 29 Minuten lief er 2005 in Frankfurt, jenem Lauf, der sich traditionell Ende Oktober durch die Mainmetropole schlängelt. Beim Laufen könne er sehr gut Dinge verarbeiten, erzählt Neumann, „da knacke ich schwierige Nüsse“. Und davon gebe es in seinem Job so einige. Als der heute 55 Jahre alte Manager 2013 zu Opel kam, ging es darum, nach 14 Jahren Niedergang wieder Marktanteile zurückzugewinnen. Läufer Neumann wählte ein Bild aus dem Sport, um den Mitarbeitern den weiten

### Lernen Sie die Strothoff International School kennen!

Wir sind eine englischsprachige Ganztagschule mit einem breiten Angebot vom Kindergarten bis zur 12. Klasse (von 3-19 Jahren).

Besuchen Sie uns an einem **Informationsabend**, **Tag der offenen Tür** oder **Tag der offenen Klassenzimmer**:

- Informationsabend (18.30 Uhr)**  
26. Oktober 2016
- Tag der offenen Tür (11 - 14 Uhr)**  
19. November 2016
- Tag der offenen Klassenzimmer (8 - 13 Uhr)**  
22. November 2016

Bitte melden Sie sich an unter:  
<https://www.strothoff-international-school.com/de/aufnahme/tag-der-offenen-tuer-informationsabend/>

Frankfurter Straße 160–166  
63303 Dreieich  
Tel: 061 03/80 22-500  
info@strothoff-international-school.de  
www.strothoff-international-school.com

FOTO: NILAS GRÄNTIN

## Laufen ist das neue Golfen

Weg zu beschreiben: Der Turnaround bei Opel, sagte er, sei kein Sprint. Sondern ein Marathonlauf.

Manager wie Ilgner und Neumann tragen viel Verantwortung, haben wenig Zeit. Dennoch seien sie im Vergleich zu anderen Läufern im Durchschnitt erfolgreicher, sagt Lauftrainer Butz. „Topmanager sind stringenter“, sagt er. Sie fragen sich, was ihnen guttut. „Und dann machen sie es.“ Michael Ilgner bestätigt diese Theorie. „Leute, die beruflich erfolgreicher sind, sind häufig auch im Laufen erfolgreicher.“ Warum? „Weil sie konsequenter sind.“ Ein Lauftermin ist ein Lauftermin. Und wird eingehalten. Dafür verzichtet Ilgner häufig auf das Mittagessen. Opel-Chef Neumann, dessen Tag um sechs Uhr beginnt, dreht entweder morgens sehr früh oder spät am Abend seine Runden, an mindestens vier bis fünf Tagen pro Woche.

Ein anspruchsvoller Job und ein zeitaufwendiger Sport: „Natürlich ist das manchmal anstrengend“, sagt Marco Diehl, der bei der Citibank in leitender IT-Funktion tätig ist und als „schnellster Manager Deutschlands“ gilt. Seine Bestmarke in bisher 165 Marathonläufen: 2:28 Stunden. Eine Spitzenzeit, und das als reiner Amateur. Diehl, 47 Jahre alt, sieht den Sport als Ausgleich zum Job. Doch er ist mehr als das. „Laufen erhöht die Leistungsfähigkeit, auch im Beruf. Und Läufer sind seltener krank.“ Wer einen Marathon vor Augen hat, der läuft bei jedem Wetter, „auch im Regen, auch im Dunkeln, auch im Schnee“. Das erfordert Disziplin. Und wer die für den Sport aufbringe, tue das auch im Büro. Der innere Schweinehund, den Manager für regelmäßiges Training im Arbeitsalltag überwinden müssen, ist genauso hartnäckig wie bei anderen Läufern. „Aber sie können ihn einfacher überwinden, weil sie es gewohnt sind“, sagt Butz.

Opel-Chef Neumann ist überzeugt, „dass alle Menschen in Führungspositionen vom Sport lernen können“. Ein aktiver Lebensstil bringe ausschließlich Vorteile, sowohl für das eigene Wohlbefinden als auch im Beruf. Deshalb ist es heute modern, als Manager fit, schlank und gesund zu sein. Und, natürlich, der Lauf selbst ist eine Belohnung. Beim Detroit-Marathon während des Sonnen-



Der perfekte Ausgleich: Manager wie Sporthilfe-Vorstand Michael Ilgner (oben) und Opel-Chef Karl-Thomas Neumann laufen immer und überall.

aufgangs auf der gesperrten Ambassador-Bridge über den Detroit River von den Vereinigten Staaten nach Kanada zu laufen, war laut Neumann „ein einmaliges Erlebnis“.

Auch bei der Mitarbeiterauswahl könne das eine Rolle spielen. Wobei: Wichtig sei nicht, ob ein Bewerber Marathonläufer, Fußball-Ass oder wagemutiger Downhill-Biker sei. „Entscheidend ist ein aktiver und offener Geist“, sagt Neumann. „Man muss die Anstrengung, die zum

Erfolg führt, genauso lieben wie das Feiern dieses Erfolgs.“

Michael Ilgner teilt diese Einschätzung. Eine sportive Lebensweise sei ein anzustrebendes Ziel, das er auch von seinen Mitarbeitern erwarte. Das nutze den Menschen wie dem Unternehmen gleichermaßen, sagt Ilgner am Ende des Zehn-Kilometer-Laufs. Dann schaut er auf seine Laufuhr. Er war schneller als geplant. „Jetzt gehe ich hochmotiviert und frisch zurück an die Arbeit.“

FOTOS FRANK ROTH/OPEL

FOTOS FRANK ROTH/WOLFGANG ELMERS

Der neue Werkstoff weist auf den neuen Besitzer hin: 3C-Carbon-Group, ein bayerischer Karbonhersteller für die Autoindustrie, will die traditionsreiche Motorradmarke Horex aus Bad Homburg zu neuem Leben erwecken.

Im bereits zweiten Anlauf, der 2015 begonnen hat, bestimmt der leichte wie teure Werkstoff Karbon das Aussehen und die Technik der Maschinen – am Scheinwerfer, am Instrumentenhalter, am Rahmen sowie am Vorder- und Hinterradflügel und am Heck.

Überhaupt, es ist zu empfehlen, sich nur in eines der Serienmodelle zu vergucken. Denn die sind mit 38 500 (Modell Classic) und 42 500 Euro (Café Racer) preislich nicht nur etwas ziviler als die Sondermodelle, sondern vor allem überhaupt noch zu haben. Das Sondermodell Silver Edition, das 64 500 Euro gekostet hat und von dem es nur 33 Exemplare gibt, ist längst ausverkauft. Für die Black Edition kann man sich wohl noch vormerken lassen.

Sicher zu sagen ist das nicht, weil Versuche der Kontaktaufnahme in der Dependence in Bad Homburg nicht unbedingt von Erfolg gekrönt waren – aber das wird sicher noch.

Weitere Exklusiv-Händler sollen mit eigenen Horex-Lounges in Deutschland und dem deutschsprachigen Ausland einen vollen Service garantieren. Am Ende werde jeder Kunde Betreuung in „praktikabler Entfernung“ finden. Im Moment ist der Horex-Laden in Bad Homburg nur freitagnachmittags und samstags geöffnet. Exklusiv im engsten Sinne des Wortes eben.

Wenn man zum Kreis der Erwählten gehört und eines der kostbaren Motorräder tatsächlich kaufen darf und kann, dann gibt es ein besonderes Motorrad mit einem

## Neustart mit Karbon

Schon zweimal ging die legendäre Motorradmarke Horex unter, nun ist sie in Bad Homburg wiederbelebt worden. Eine der schicken Maschinen zu kaufen ist aber gar nicht so einfach.

Von Jochen Remmert

außergewöhnlichen Motor. Es ist ein Sechszylinder mit 170 PS, dessen Zylinder in V-Form angeordnet sind, allerdings in einem kleinen Winkel von 15 Grad. So kommt das Treibwerk mit nur einem Zylinderkopf und einem Zylinderblock aus – genau genommen also kein echter V-Motor, daher auch die Bezeichnung VR6 für V-Reihe.

So exklusiv die Motorräder heute sein mögen, so einfach ist der Ursprung des legendären Namens 1923: „Ho“

steht für den Gründungsort Bad Homburg und „Rex“ für die Marke der Einmachgläser aus der Fabrik der Eltern von Fritz Kleemann, dem Horex-Gründer. 1960 kam das erste Aus für Horex, die in den früheren Jahren des Wirtschaftswunders so gefragten Motorräder fielen dem Trend zum Auto zum Opfer. Die Daimler-Benz AG, inzwischen Inhaber des Unternehmens, machte die Tore dicht. Vor sechs Jahren versuchte Clemens Neese mit der in Augsburg neu gegründeten

Horex GmbH dem Namen zu altem Glanz zu verhelfen, ging damit aber 2014 insolvent. Bald darauf übernahm die 3C-Carbon Composite Company das Unternehmen.

Horex-Liebhaber, die ihrer Sammlung ein Exemplar aus der Zeit des Neustarts in



Augsburg hinzufügen möchten, finden in einschlägigen Internetplattformen zwei bis drei Jahre alte, fast ungebrauchte Exemplare der Horex VR6 bereits für um die 20 000 Euro.

Und wer keine Sammlung besitzt, aber die schönen Urnahmen der neuen Boliden einmal im Original sehen will, der sollte das Horex-Museum gegenüber dem Flagship-Store besuchen.

### Der Standort:

Horex Flagship-Store  
Horexstraße 3  
61352 Bad Homburg  
info@horex.com  
Öffnungszeiten bis Dezember:  
Freitag 12 – 20 Uhr,  
Samstag 10 – 18 Uhr.  
www.horex.com



Von der VR6 Silver Edition gibt es nur 33 Exemplare. Oben: eine S35 von 1935 mit Horex-Logo.