

„Bewegung gehört zum Leben wie Atmen“

Christiane Riefler-Karpa: Wie eine dreifache Mutter und Chefin eines 140-Mann-Betriebs zur Triathletin wurde

Ausdauersport und die Leitung eines 140-Mann-Betriebes unter einen Hut zu bringen, hatte bei Christiane Riefler-Karpa einen vollgepackten Terminkalender zur Folge. Ein Jahr lang kämpfte sich die dreifache Mutter gewissenhaft durch Trainings- und Geschäftstermine. Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Die 41-Jährige zählt seit Sonntag zu den Challenge-Finishern.



Ritterschlag hinter der Ziellinie: Chrissie Wellington (re.), die in Roth die Weltbestzeit über die Triathlon-Langdistanz pulverisiert hatte, hängt Christiane Riefler-Karpa die Finisher-Medaille um.
Foto: Giurdanella

SCHWABACH/BÜCHENBACH – Dreifache Mutter, Chefin einer international tätigen Firma für Temperiergeräte und seit Sonntag eine Eisenfrau. Christiane Riefler-Karpa absolvierte die im Landkreis nicht unübliche Triathlon-Karriere sozusagen im Schnelldurchgang. Im vergangenen Jahr der Einstieg als Schwimmerin in der Challenge-Staffel ihrer Mitarbeiter, vor zwei Wochen am Rothsee die Triathlon-Premiere und am Sonntag nun das ganz große Challenge-Erlebnis. Zwischen 8 und 9 Uhr

abends wollte sie finishen. Zehn vor Acht dann der Augenblick, für den die zierliche 41-Jährige unter der Anleitung von Ex-Profi Bennie Lindberg ein Jahr lang intensiv trainiert hatte: Die Runde auf dem Zielteppich im Rother Triathlon-Stadion. Chrissie Wellington, als frischgebackene Weltrekordlerin die Frau des Tages, hängt der Geschäftsführerin der Memmert-Werke in Büchenbach und Schwabach die Finisher-Medaille um.

Christiane Riefler-Karpa war nach knapp 14 Stunden Triathlon noch fit genug, um bis zum finalen Feuerwerk auszuhalten, beziehungsweise das viel zitierte Gänsehaut-Feeling zu genießen. Dass sie in den Stunden zuvor bei vielen Versorgungsstellen auf Mitarbeiter ihres Unternehmens getroffen war, half ihr, die für sie extrem

harte Endphase ihres überhaupt ersten Marathonlaufes zu durchstehen.

Zuvor auf der Radschleife hatte der Solarer Berg („Wahnsinn“) alles andere in den Schatten gestellt. Dass unterwegs vor allem Mitbewerber aus Frankreich nicht mit aufmunternden Worten geizten, fand die Schwabacherin bemerkenswert.

Wichtigstes Requisit im Vorfeld ihrer Challenge-Premiere war für Christiane Riefler-Karpa der Terminkalender. Fitnesscoach Bennie Lindberg hatte seine genauen Vorstellungen. Zehn bis zwölf Stunden Training in der Woche sollten es schon sein. So wurde in aller Herrgottsfrüh im Schwabacher oder Rother Freibad gekraut („in Roth ist das Wasser wärmer“) und in der Mittagspause eine Stunde lang gejoggt. Und am Abend, wenn die die Kinder (neun, sechs und

vier Jahre) im Bett lagen, ging es in das Fitnessstudio. Um fünf bis sechs Stunden am Stück radfahren zu können, musste in der Regel ein Wochenende tag geopfert werden.

„Bewegung gehört zum Leben wie das Atmen“, philosophierte Coach Bennie Lindberg. Die Firmenchefin sprach von einem „tollen Ausgleich“ und vom Stressabbau. Für das Work-Life-Balance-Konzept, das bei Memmert zu einem Teil der Unternehmenskultur werden soll, jedenfalls hat Christiane Riefler-Karpa schon mal ein Beispiel gegeben.

Dass der Belegschaft trotz der auch bei Memmert spürbaren Wirtschaftskrise bislang Kurzarbeit oder gar Entlassungen erspart blieben, führt die Chefin auf das weltweite Geschäftsfeld zurück. Memmert-Produkte sind in mehr als 120 Ländern im Einsatz. Die Krise würde nicht in jedem Land gleich stark durchschlagen, bilanziert die 41-Jährige. Zudem sorge eine Marktbelebung in Fernost für Hoffnung.

Sport als Ausgleich soll bei Memmert von Chefin und vielen Mitarbeitern auch weiterhin großgeschrieben werden. Möglicherweise wird nächstes Jahr nicht nur eine Memmert-Staffel an der Lände bei Hilpoltstein an den Start gehen. Als im vergangenen Jahr ein Schwimmer gesucht wurde, sagte die Chefin, die in ihrer Schulzeit im Sport nie über eine Drei hinausgekommen war, schlicht und einfach „ich mach's“. Ein folgenreicher Beschluss. Trotz schwerer Beine gestern schloss die ehemalige Ballettschülerin einen weiteren Einzelstart nicht aus. Weil Sport Spaß macht und die Atmosphäre beim Quelle-Challenge der helle Wahnsinn sei.

HANS PÜHN