



ERFOLGREICH: Mit gutem
Fleisch
zum Erfolg: Ernst-August Becker, Senior der Fleischerei Becker in Nörten-Hardenberg, nahm im jährlichen Sommerurlaub im Kleinwalsertal (Österreich) erneut am Widdersteinlauf teil. 2007 lief auch seine Frau Ulrike Becker mit, die im vergangenen Jahr wegen einer Verletzung aussetzen musste. Er selbst lief erstmals im Jahr 2006 mit. Der Widdersteinlauf ist ein Berglauf von 15 Kilometer Länge mit ungefähr 850 Höhenmetern. Ausgerichtet wird der jährliche Lauf vom tri-team Kleinwalsertal. Das familiäre Klima und die außerordentliche Gastfreundschaft lasse viele Läufer immer wieder kommen, erklären die Beckers. Der Lauf führt vom Bergdorf Baad (liegt auf circa 1200 Meter) aus

durch das Gemsteltal auf den Widderstein (2053 Meter) über die Widdersteinhütte und den Hochalppass geht es auf der anderen Bergseite wieder herunter durch das Bärunttal zum Ausgangspunkt in Baad. Unter 166 Teilnehmern belegte Ulrike Becker in ihrer Altersklasse den dritten Platz in zwei Stunden und 40 Minuten. Ihr Mann, Ernst-August Becker, den siebten Platz in zwei Stunden und elf Minuten. Durch Ernährungsumstellung, Gewichtsabnahme und natürlich das richtige Training konnten diese Leistungen ohne Probleme erbracht werden. Das Active-beauty-Studio Anja Flink in Eddigehausen hat mit Ernährungs- und Trainingstipps zum Erfolg beigetragen, erklärt das Nörten-Hardenberger Ehepaar Becker stolz gegenüber
HALLO SONNTAG. *me*