



Portrait

Dr. Horst Hufnagel

Geb.: 06. März 1935

Leichtathletik seit: Der Jugendzeit

Auszeichnungen: - Hamburger Senioren-Leichtathlet des Jahres 2016

Verein: LG Alsternord Hamburg

Hobby: Filmen, Zeichnen und Malen, Alpin-Ski

Motivation für den Sport

„Mein größtes Vorbild war mein großer Bruder. Er war ein sportliches Allround-Talent, - vom Turnen, Schwimmen über Alpin-Ski bis zum Starkwind-Surfen.

Durch ihn wurde ich in meiner Jugendzeit motiviert, Sport zu treiben.“ Sagt Horst Hufnagel, und . . .

inzwischen zieren zahlreiche Gold-, Silber-, und Bronzemedailen seine Wohnung in Wellingsbüttel.

Wie alles begann

Schon in seiner Jugendzeit in Stralsund war Horst aktiver Leichtathlet. Er war in Mecklenburg-Vorpommern Landesjugendmeister über 200 und 400m. Das war, bevor Wettkämpfe

und Meisterschaften in der damaligen DDR nur noch Kaderathleten vorbehalten waren. Fitgehalten hat er sich durch Ausdauerläufe; u.a. Massenveranstaltungen, wie den Rennsteiglauf über 45 km, an dem er zweimal teilnahm.

Nach seiner Pensionierung fragte er sich, welche Laufleistung er wohl noch erreichen könnte, wenn er ernsthaft trainiere. Nicht lange überlegt, - gesagt, getan, begab er sich im Alter von 64 Jahren auf den Trainingsplatz und lief los. Jedoch brauchte es noch ein ganzes Jahr intensiver Vorbereitung, bis er wieder an den Start gehen konnte.

Geholfen haben ihm dabei vor allem seine Sportfreunde der Leichtathletikgemeinschaft Alsternord Hamburg.

Die Mühe des harten Trainings lohnt sich offensichtlich; - hat Horst doch inzwischen viele

sportliche Erfolge zu verzeichnen:

„Sowohl in der Einzelwertung als auch mit der deutschen Staffel in verschiedenen Altersklassen, habe ich bei Welt- und Europameisterschaften der Senioren zahlreiche Medaillen gewonnen“, berichtet er.

Die Highlights

Mein schönstes Sporterlebnis war, nach über 40-jähriger Wettkampfpause, der Gewinn der Silbermedaille über 400m und der Gewinn der Goldmedaille mit der 4x400m-Staffel der AK65, bei der EM 2000 in Jyväskylä (FIN).

Ein weiteres Highlight war der Hallen-Weltrekord mit der deutschen 4x200m-Staffel der AK75 bei der Hallen-WM 2014 in Budapest (HUN), der noch Heute Bestand hat.

Familie und Hobby

Viel Zeit für Hobbys und Familie bleibt da nicht, doch meistens begleitet seine Ehefrau den „Profi“sportler zu seinen internationalen Wettkämpfen. „Oft kombinieren wir dann das sportliche Ereignis mit einer Urlaubsreise und bereisen nach dem Wettkampf noch das jeweilige Land“, erzählt Horst.

Während seiner Reisen geht er noch einer weiteren Leidenschaft nach: eines seiner Hobbys ist das Filmen. Er ist Mitglied in einem Ham-

burger Filmclub und nimmt erfolgreich an deutschen und internationalen Amateur-Filmfestivals teil.

Wie geht es weiter?

Ungeachtet seiner derzeitigen sportlichen Erfolge hat Horst Hufnagel seine persönliche Bestzeit im 400-m-Lauf mit 16 Jahren erzielt. „Damals habe ich die Distanz aus dem Stand heraus in 52,8 sec. geschafft“, erinnert er sich. Heute braucht er „ein paar“ Sekunden mehr

für diese Distanz. „Natürlich nimmt die Leistung mit steigendem Alter ab. Im Jahr 2015 war ich mit 81,67 sec. deutlich schneller als heute, vor 10 Jahren brauchte ich 69,77 sec. und vor 16 Jahren nur 62,19 sec. – aber Spaß macht es trotzdem noch immer ...“ und

**„so lange ich gesund bin,
bleibe ich sportlich aktiv“,**

verspricht er.

Zusammenstellung/Layout: Bernhard Riedel

Stand: 14. Februar 2017



© B. Riedel

Landesmeisterschaften Hamburg 2011
4x400 m-Weltrekord-Staffel M70
H. Knorr, P. Busse, H. Hufnagel, A. Wendt
Dieser Rekord hielt leider nur wenige Wochen, bis er von einer US-Nationalstaffel unterboten wurde.



© Tom Philipps

Hallen-EM 2015
Torun (POL)
Lauf zum Titelgewinn
über 400m M80



© privat

Hallen-WM 2014
Die glücklichen Weltmeister und Weltrekordler
der 4 x 200m-Staffel M75
Guido Müller, Adolf Nehren, Horst Hufnagel, Hermann Beckering

Alle Medaillengewinne

Weltmeisterschaften

Stadion

Gold	2
Silber	4
Bronze	3

Europameisterschaften

Stadion

Gold	5
Silber	2
Bronze	1

Deutsche Meisterschaften

Stadion

Gold	2
Silber	8
Bronze	8

Weltmeisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	4
Silber	1
Bronze	-

Europameisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	10
Silber	3
Bronze	6

Deutsche Meisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	7
Silber	5
Bronze	3

Rekorde (zur Zeit bestehende)

Weltrekorde 1

Europarekorde 1

Deutsche Rek. 1

Stand: 02. Februar 2017

Dr. Horst Hufnagel im Internet:

LG Alsternord Hamburg

04. April 2016

<http://www.lgalsternord.de/tag/hufnagel/>

Leichtathletik-Datenbank

Stand: 27. August 2016

<https://www.leichtathletik-datenbank.de/vereine/deutscher-leichtathletik-verband/norddeutschland/hamburger-leichtathletik-verband/hamburg/lg-alsternord-hamburg/athleten/99003-dr-horst-hufnagel>

<https://beta.ladb.de/vereine/deutscher-leichtathletik-verband/norddeutschland/hamburger-leichtathletik-verband/hamburg/lg-alsternord-hamburg/athleten/99003-dr-horst-hufnagel>

Hamburger Abendblatt

18. Februar 2016

http://www.abendblatt.de/region/norderstedt/sport_135/article207057653/Staffel-der-LG-Alsternord-verpasst-in-Erfurt-ihr-Goldjubilaeum.html

04. März 2015

http://www.abendblatt.de/region/norderstedt/sport_135/article138027941/Horst-Hufnagel-holt-sich-Gold-Silber-und-Bronze.html

LADV

03. September 2016

<http://ladv.de/leistungsdatenbank/athletenprofil/128998/Dr.-Horst-Hufnagel.htm>

Laufen in Hamburg

21. März 2011

<http://www.laufen-in-norderstedt.de/145739?sessionid=&language=de&targettype=0>