

# Portrait



# Ingrid Meier

Geb.: 01. April 1947

**Leichtathletik seit:** 1990

**Verein:** LAC Quelle Fürth im TV Fürth 1860 e.V.

**Hobby:** Ski alpin, Volleyball, Reisen und Enkel betreuen

**Auszeichnungen:**

- 2005 Deutsche Seniorensportlerin des Jahres
- 2012 Deutsche Seniorensportlerin des Jahres
- 2013 BR-Fernsehen Sozialmagazin: Fit im Alter
- 2014 Bayern-Star Gala
- 2015 Focus spezial: Im Alter gut umsorgt:  
Höher - Schneller - Weiter
- 2016 Sportpreis Mittelfranken 60+

---

## **Das Wichtigste ist die Gemeinschaft**

55 Jahre ist es her, dass Ingrid Meier bei den Bundesjugendspielen angesprochen wurde, in einen Sportverein zu kommen. Die damals 15-jährige trat in den TSV Sonthofen ein und seitdem ist der Sport in ihrem Leben nicht mehr wegzudenken.

Zur Leichtathletik kamen später Volleyball, Tanzen und Skifahren hinzu. Die Leidenschaft zum Sport machte Ingrid Meier ebenso wie ihr handwerkliches Geschick zum Beruf und wurde Fachlehrerin für Sport und Werken. Über 40 Jahre konnte sie ihre Begeisterung für Bewegung und Handwerk an junge Menschen weitergeben. Neben dem Beruf widmete sie sich ab 1979 intensiv ihrem Sohn Florian, der schon bald seine Freude am Fußballspielen entdeckte. In dieser Zeit war sie sportlich kaum aktiv und verbrachte als Zuschauerin viele Stunden am Fußballplatz. Dort lernte sie im Laufe der Zeit glücklicherweise Gleichgesinnte kennen mit denen sie begann, den Wald und das Laufen erneut für sich zu entdecken. Nicht lange danach stand Ingrid Meier wieder auf der Tartanbahn, 1990 nahm sie dann

erstmals an einer bayerischen Seniorenmeisterschaft teil und von da an ging es steil bergauf.

## **Die Erfolgsgeschichte**

Bei ihrer ersten WM-Teilnahme in Turku holte sie 1991 ihre erste internationale Goldmedaille und den ersten Weltrekord mit der 4x100m-Staffel. Viele weitere Wettkämpfe auf der ganzen Welt folgten. Die Reisen in die verschiedenen Kulturen, die Menschen vieler Nationalitäten, die sich alle freundschaftlich treffen, um gemeinsam Sport zu treiben, begeistern Ingrid Meier bis heute. Ihre Spezialgebiete sind die Kurzstrecken, Staffeln und Weitsprung. Besondere Highlights waren die WM 1993 in Japan, die beeindruckend organisiert war, und bei der WM 2015 in Lyon blieb der 4x100m-Staffel Weltrekord gepaart mit dem unverhofften 4x400m-Staffel-Sieg, bei dem das Team als Außenseiter an den Start ging, in Erinnerung.

Seit 1991 gewann Ingrid Meier unzählige Goldmedaillen und stellte dabei 17 Weltrekorde auf, von denen noch 8 bestehen. 49 Mal wurde sie

Deutsche Meisterin und ein Ende ist noch nicht in Sicht.

## **Körperliche und mentale Fitness**

Neben Titeln und Rekorden ist der Sport aber vor allem ein wertvoller persönlicher Gewinn für Ingrid Meier. Durch viel Bewegung und gute Ernährung hält sie sich körperlich gesund und fit, dabei hilft ihr das Training und die idealen Strukturen, die sie in ihrem Verein vorfindet. Zur Gesundheit gehört für sie neben der körperlichen auch die mentale Fitness und ein gutes emotionales Gleichgewicht.

Ein wichtiger Anker ist dabei die Familie. Sohn Florian, Schwiegertochter Ruth und die beiden Enkelkinder Lilli und Isa freuen sich mit Ingrid Meier über ein harmonisches Miteinander. „Die schnellste Omi der Welt“ nennen die Enkelinnen sie stolz und genießen es, ihre Omi jede Woche zu sehen. Gerne spielen, lachen und basteln die beiden mit ihrer kreativen Omi, der nie die Ideen ausgehen. Und manchmal gehen sie dann auch zusammen auf den Sportplatz.

## Gemeinschaft und Freundschaft

Das Wichtigste für Ingrid Meier ist aber, dass sie im sportlichen Miteinander viele Menschen kennengelernt hat. Aus Begegnungen mit gleichgesinnten Sportlern und Sportlerinnen sind tiefe Freundschaften gewachsen. Seit 2010 organisiert Ingrid Meier ein Sportlerinnentreffen, zu dem sich acht Frauen aus unterschiedlichen Teilen Deutschlands jedes Jahr für ein paar Tage zu einem fröhlichen Austausch und entspannten Zusammensein treffen. So freuen sich die Freundinnen bereits jetzt auf das achte Treffen, das dieses

Jahr im September in Regen im Bayerischen Wald stattfinden wird.

Ihren 70. Geburtstag im April konnte Ingrid Meier gemeinsam im Kreis ihrer Lieben feiern. Neben ihrer Familie, den Freunden vor Ort und einer Flüchtlingsfamilie, die sie seit ihrem Ankommen begleitet, kamen auch zwei ihrer besten Freundinnen den weiten Weg aus Berlin und Paderborn. Freundinnen, die sie ohne den Sport nie kennen gelernt hätte und die ihr Leben ungemein bereichern.

**Der Sport bedeutet für Ingrid Meier neben Erfolg, Fitness und Gesundheit vor allem Begegnung, Gemeinschaft und Freundschaft. Von dieser Energie getragen wird sie sicher noch viele Jahre weiter auf Goldkurs bleiben können.**

Zusammenstellung/Layout: Bernhard Riedel

Stand: 11. August 2017



EM 2004 Aarhus (DEN)  
hier mit Ugo Sansonetti



WM 2015 Lyon (FRA)  
Außenseiter-Sieg mit der 4x400m-Staffel  
Petra Zörner-Rita Buchholz-Ingrid Meier-Ute Kappei



EM Indoor 2016 Ancona (ITA)  
60m-Sprint Siegerehrung  
am Geburtstag



1. Sportlerinnentreffen  
im Jahr 2010

# Alle Medaillengewinne

## Weltmeisterschaften

Stadion

Gold	20
Silber	8
Bronze	6

## Europameisterschaften

Stadion

Gold	19
Silber	4
Bronze	-

## Deutsche Meisterschaften

Stadion

Gold	37
Silber	8
Bronze	3

## Weltmeisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	15
Silber	1
Bronze	1

## Europameisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	14
Silber	-
Bronze	-

## Deutsche Meisterschaften

Halle / Winterwurf

Gold	12
Silber	-
Bronze	-

## Rekorde (zur Zeit bestehende)

Weltrekorde	13
-------------	----

Europarekorde	11
---------------	----

Deutsche Rek.	8
---------------	---

Stand: 11. August 2017

Ingrid Meier im Internet:

### **LAC Quelle Fürth**

<http://www.lacquelle.de/homepage/news-kategorien/senioren/1719-medailles-regen-fuer-leichtathletik-senioren>

<http://www.lacquelle.de/homepage/news-kategorien/senioren/1574-ueberragende-ingrid-meier-wurde-5-fache-senioren-weltmeisterin-in-lyon>

### **Bayerischer Leichtathletik-Verband (BLV)**

07. März 2013

[http://www.blv-sport.de/index.php?id=377&tx\\_ttnews%5Btt\\_news%5D=1315&cHash=972b18b0373e71a37bd92073987b47ce](http://www.blv-sport.de/index.php?id=377&tx_ttnews%5Btt_news%5D=1315&cHash=972b18b0373e71a37bd92073987b47ce)

17. Januar 2013

[http://www.blv-sport.de/index.php?id=377&tx\\_ttnews%5Btt\\_news%5D=1264&cHash=d80b5908c2512803e59bc96a41a414fe](http://www.blv-sport.de/index.php?id=377&tx_ttnews%5Btt_news%5D=1264&cHash=d80b5908c2512803e59bc96a41a414fe)

### **Leichtathletik-Datenbank**

Stand: 13. Februar 2016

<https://beta.ladb.de/vereine/deutscher-leichtathletik-verband/suddeutschland/bayrischer-leichtathletik-verband/mittelfranken/nurnberg-furth-schwabach/lac-quelle-furth/athleten/51179-ingrid-meier>

### **Deutscher Leichtathletik-Verband (DLV)**

Karl-Heinz Flucke | 03. Juli 2017

<http://www.leichtathletik.de/news/news/detail/senioren-dm-tag-3-ingrid-meier-laeuft-weltrekord-nummer-zwei/>

Jörg Reckemeier | 05. Mai 2017

<http://www.leichtathletik.de/news/news/detail/ingrid-meier-laeuft-zwei-europarekorde/>

Jörg Reckemeier | 10. September 2013

<http://www.leichtathletik.de/news/news/detail/damm-finale-ingrid-meier-stellt-w65-rekord-ein/>

Karl-Heinz Flucke | 14. Juli 2013

<http://www.leichtathletik.de/news/news/detail/ingrid-meier-knackt-den-200-meter-europarekord/>

### **Höchster Kreisblatt**

25. August 2015

<http://www.kreisblatt.de/regionalsport/main-taunus-kreis/Frankreich-war-eine-Reise-wert;art800,1555315>

### **Nürnberger Nachrichten**

13. Mai 2013

<http://www.nordbayern.de/sport/ingrid-meier-ist-aushangeschild-des-lac-1.2902512>