



+Leif efter 500 maratonløb: Jeg har kun snydt en gang

Kun ti danskere har gennemført flere maratonløb end 64-årige Leif Skinnerup. Foto: Jonas Olufson

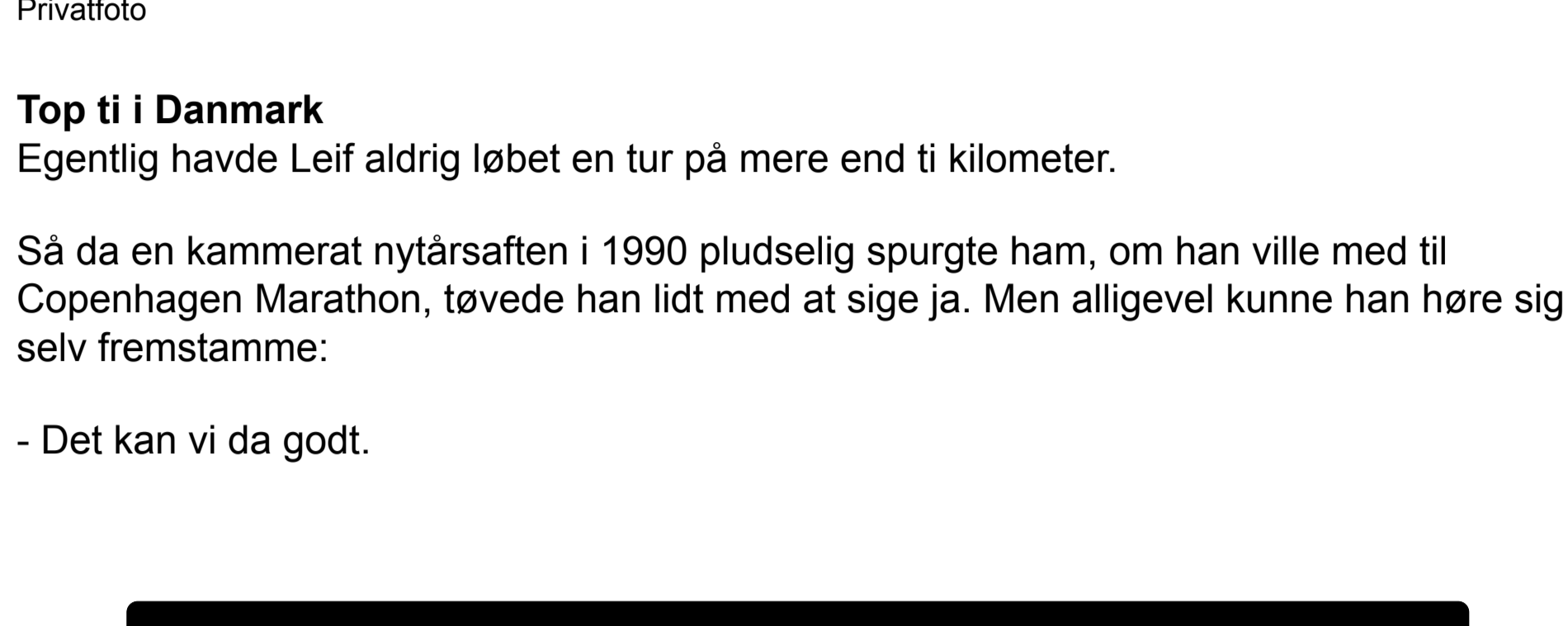
Maraton er ikke bare en passion for 64-årige Leif Skinnerup, men en livsstil. I dag løber han for 28. gang den 42 km lange distance i Københavns gader

Af: **Anders Zacho**

- Jeg tog min t-shirt af og vendte den om, så ingen kunne se løbsnummeret. Så fandt jeg en park i Rom, hvor jeg kunne ligge og blunde lidt i nogle timer, før jeg tog hen til et par kilometer før målstregen. Der tog jeg t-shirten på igen og luskede ind på strækningen for at komme i mål og modtage min medalje, uden at nogen opdagede det.

Det er Leif Skinnerup, som fortæller. Han er 64 år gammel, og han har løbet nøjagtigt 500 maratonløb i sit liv. Eksemplet fra Rom er den eneste gang, at han har snydt, men medaljen for at gennemføre maratonløbet i den italienske hovedstad var så flot, at han måtte have den, selvom han blev skadet efter fire kilometer.

Ellers er der ikke meget andet end oprigtighed at spore i øjnene på sjællænderen, der har løbet hele 499 maratonløb på ærlig vis.



Billedet viser Leif under et maraton i den italienske hovedstad Rom. Her snød han sig i 2006 til en medalje. Privatfoto

Top ti i Danmark

Egentlig havde Leif aldrig løbet en tur på mere end ti kilometer.

Så da en kammerat nytårsaften i 1990 pludselig spurgte ham, om han ville med til Copenhagen Marathon, tøvede han lidt med at sige ja. Men alligevel kunne han høre sig selv fremstamme:

- Det kan vi da godt.

Tip, hvis du skal se maraton i dag

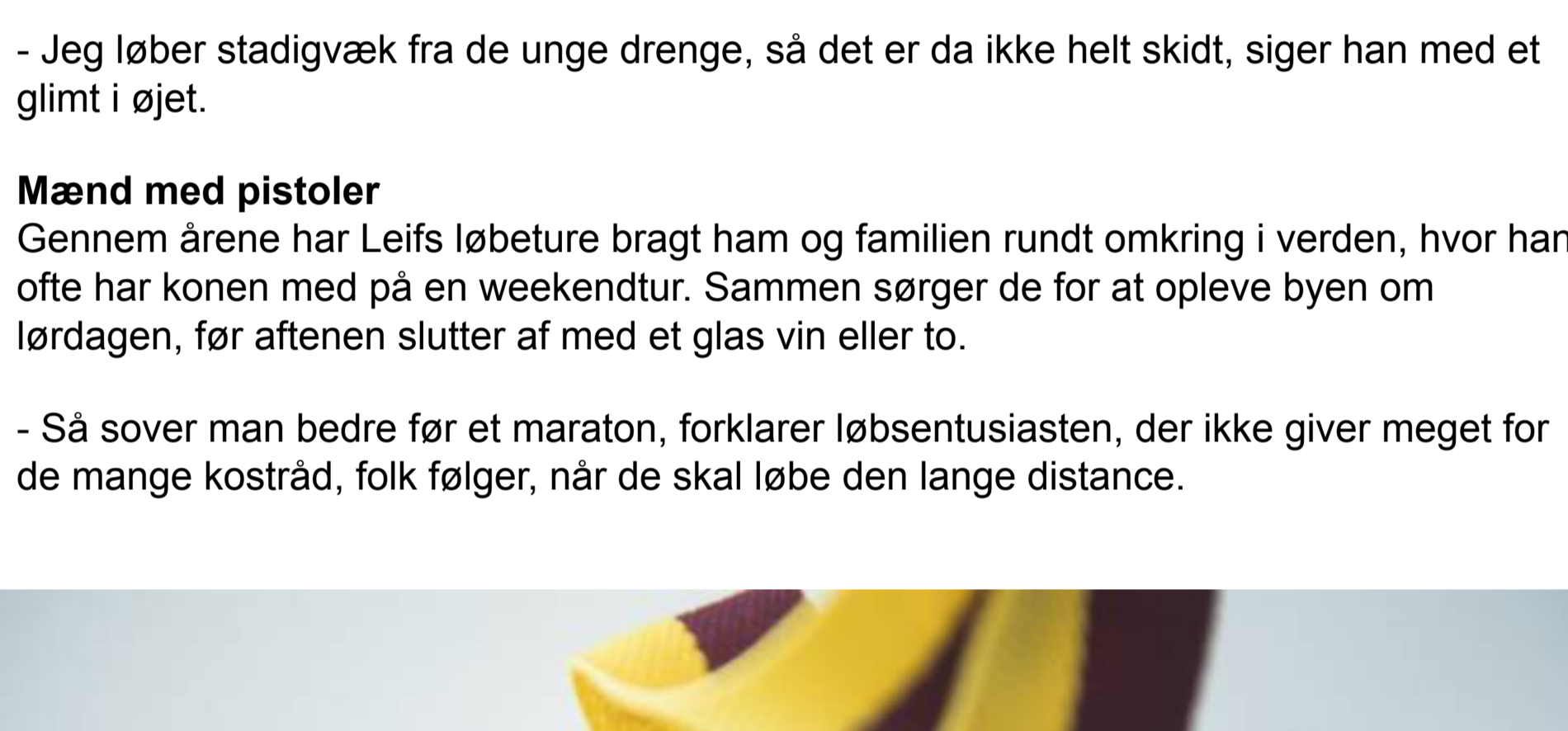
Skal du se maraton i Københavns gader, når det går løs i dag, er der flere ting, du kan være opmærksom på. Bo Lindstrup, som er underholdningsansvarlig i arrangementklubben Sparta, giver her sine tre bedste råd til publikum

Vis mere

Sådan begyndte 28 års passion for landstanceløb. Nu er et maratonløb en smal sag for Leif Skinnerup, der til dagligt er 'regnskabsmand', som han kalder det. I dag løber han sit 28. maraton i København i træk.

Efter det første i 1991 havde han så ondt i benene, at han ikke kunne gå ordentligt i to uger, men i dag er kroppen vant til det. Han kan sagtens gennemfører to maratonløb på en weekend.

- Først løb jeg af pligt, men med tiden er det blevet en ren nydelse for mig. Jeg føler ikke smerte længere. Jeg tror, at man kan programmere sin hjerne til ikke at føle smerte. Jeg fokuserer altid på at bruge alle mine kræfter på at tænke over de små ting, der distraherer mig som at løbe i skygge eller i læ for vinden.



Leif Skinnerup bærer sin Klub 100-uniform, selv når han træner. Her en trøje med fire stjerner. Foto: Jonas Olufson

Med i eksklusiv klub

Leif Skinnerup indtager med 500 løb en flot 10. plads på listen over danskere, der har gennemført flest maratoner. Da han for mange år siden rundede 100 løb, kom han med i den eksklusive klub-100. Han løber i dag stolt rundt i tøj med fem stjerner på brystet fra - en for hver 100 maraton han har gennemført.

- Der er ung gut på små 23 år, som bliver overhaler mig på listen, men næste år overhaler jeg en af de andre, så der bliver der igen balance i regnskabet, fortæller en stolt Leif Skinnerup, som ikke lægger skjul på, hvad det betyder for ham at være medlem af klub-100 i Danmark.

Siden passionen for maraton opstod i begyndelsen af 90'erne, har han løbet 21.000 kilometer i konkurrenceløb. Eller fra huset hjemme i Greve til Rio de Janeiro i Brasilien og tilbage igen. Men trods de mange kilometer i benene og den fremskredne alder kan Leif fortsat holde et højt tempo.

- Jeg løber stadigvæk fra de unge drenge, så det er da ikke helt skidt, siger han med et glimt i øjet.

Mænd med pistol

Gennem årene har Leifs løbeture bragt ham og familien rundt omkring i verden, hvor han ofte har konen med på en weekendtur. Sammen sørger de for at opleve byen om lørdagen, før aftenen slutter af med et glas vin eller to.

- Så sover man bedre før et maraton, forklarer løbsentusiastens, der ikke giver meget for de mange kosttråd, folk følger, når de skal løbe den lange distance.



Den fæmøse medalje fra Rom - påklistret seddel med indrømmelsen: Mini-maraton 4 km. Foto: Jonas Olufson

Søndagen bliver brugt på løbene, og det er især her, at han har haft sit livs bedste oplevelser, fortæller han.

- Jeg kan huske alle mine 500 maratonløb. Måske ikke hele ruten, men jeg erindrer små detaljer fra hvert løb. Det er minder, jeg værdsætter utrolig højt. Jeg elsker at løbe rundt i europæiske storbyer, og bagefter er det skidesjovt, når man ser stederne på fjernsynet og kan sige, at man har løbet der.

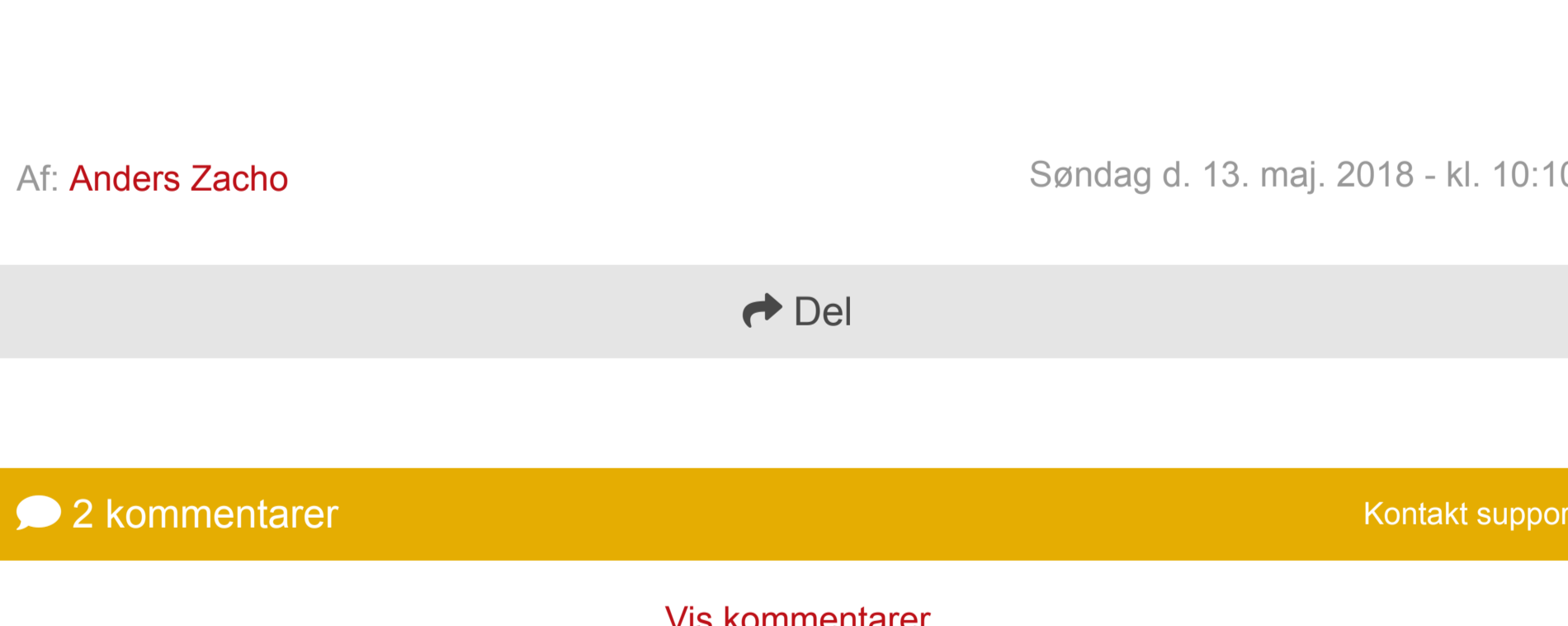
De mange maratonløb har også bragt andre, sjove oplevelser med sig.

- Første gang, jeg løb Lillebælt Maraton, var kronprins Frederik med, men min makker og jeg havde ikke set ham. Lige pludselig arrangerer meget bedre. Nu bliver der båret om løbet rundt med pistoler. Der tænkte vi: Hvad fanden sker der her, men så kom Frederik, og så gav det lidt mere mening.

I dag går det løs i Københavns gader, når omkring 10.000 deltagere fra klokken 9.30 løber ud på ruten til Copenhagen Marathon 2018 fra startområdet på Islands Brygge.



Arrangerer sit eget maraton 16 gange om året



Leif Skinnerup træner flere gange om ugen på atletikbanen på Greve stadion. Foto: Jonas Olufson

I mange år blev der kun afholdt et maratonløb i Danmark. Det huede ikke manden fra Greve, der gerne ville løbe mere end blot et par gange om året herhjemme og i andre byer end København, Aarhus og Odense.

Derfor besluttede han i 2010 at arrangere sit eget maraton, som skulle være for alle, der gerne ville deltage i mindre løb henover sommerperioden.

- I starten skulle man selv notere sin tid, fordi vi ikke havde så mange ressourcer,. Men efterhånden har vi fået det hele arrangeret meget bedre. Nu bliver der båret om løbet rundt med pistoler, vand, slik, medaljer og diplomer, fortæller han.

Skinnermaraton, som han kalder det, finder sted 16 gange om året og har typisk ikke mere end 40 deltagere. For Leif Skinnerup er det ikke så vigtigt, hvor mange der deltager, men at oplevelsen bliver god for dem, der kommer.

- Danmark er det land i verden, hvor flest mennesker per indbygger løber maraton. Derfor er det også fedt at være med til at arrangere løb for andre, som elsker det. Og nu kender jeg efterhånden de fleste af de andre, forklarer han.



Læs mere om danskere, der er bidt af deres passion

Kendte
+ Hun har fulgt ham tæt i 20 år: Inger er Danmarks største prins Henrik-fan

Tips og guides
+ Vin til vanvittige priser: En flaske til 100.000 kr

Tæt på
+ Thomas sejlede jorden rundt med familien: Sådan gør du selv drømmen til virkeligt

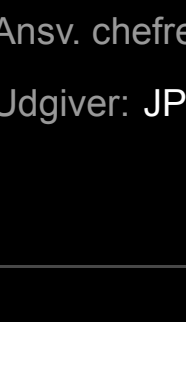
Tæt på
+ Slægtsforskning: Per er i familie med krigshelte, landsforviste og 'landssvage'

Af: **Anders Zacho** Sendt d. 13. maj, 2018 - kl. 10:10



2 kommentarer Kontakt support

Vis kommentarer



+Seneste historier

Kendte
+48 år og 'MILF': Sådan endte Julia i porno

Krop og træning
+Helt konkret: Sådan taber du fedt på maven

Tilbageblik
+Mysterium blusser op: Død kvinde får verden til at gruble

Tips og guides
+Danskerne beholder efterløn

Politik
+Engell: EU-afstemning, Løkke? Lad vær!

Meninger
+Thisted: Giv dog tronen til Frede, Margrethe!

Sport og Spil
+Voldsomt millionbeløb: Her er prisskiltet på Mukhtar

Krimi
+Aishas helvede: Fik tæsk og trusler af kæresten og familien

Sport og Spil
+Kevin får topkarakter: Han havde savet Grosjean midt over

Plus
+Scorer rapkassen: Sådan blev Suspekt millionærer

Hent flere

Ved du noget? Tip Ekstra Bladet - E-mail 1224@eb.dk | SMS til 1224 | Tlf: 33111313

Abonnement	Kontakt	Annoncer	Info
Kontakt +	Skriv til redaktionen	Online-annoncering	Om Ekstra Bladet
Avisabonnement	Skriv læserbrev	Print-annoncering	Ophavsret
Problemer med avisen	Send pressemeddelelse	Tast-selv-annoncer	Persondata politik
eBladet	Skriv til webmaster	Message annoncer	CVR nr. 26 93 36 76
Kontakt eBladet	Klag over Ekstra Bladet		

Nyhedsredaktør: Jonas Skov Nielsen

Ansv. chefredaktør: Poul Madsen

Udgiver: JP/Politikens Hus A/S

Søg sektion, artikel...

