

Sieht edel aus!

Gemeint ist das Buch „Blockhaus-Vision“ von LéonWood. Es brachte die letzte Entscheidung. Heute ist das Ehepaar Kühn genauso begeistert von ihrem eigenen Holzblockhaus „Virginia“, jenes mit Doppelwand und Korkdämmung. Seit zwei Jahren wohnen die Heimerzieherin und der Fitnesstrainer/Ernährungsberater nun schon darin. Auch wenn ringsherum noch nicht aller fertig ist, bereuen sie ihre Entscheidung für LéonWood nicht. „Wer mit denen baut, kann sich darauf verlassen, das es klappt. Alles hat gepasst, die Qualität stimmt und das Auftreten der Leute ist super,“ lobt Carsten Kühn.

Auch deshalb hat er LéonWood weiter empfohlen an andere Blockhausinteressierten.

Wenn man vom Kaffeetisch aus durch das große Fenster in den Garten schaut, sieht man dort überdimensionale Betonkugel. Carsten Kühn deutet auf sie, als das Gespräch darauf kommt: „Die sind unterschiedlich schwer. Manche im Inneren mit Styropur gefüllt. Das sind die Leichtereren. Die ganz Schweren haben dagegen haben eine Bleikern.“ Die sind Trainingsgerät von Carsten Kühn - er ist Strogman, ein Kraftsportler und dieses Jahr Weltrekordinhaber im Umwerfen von Autos geworden. 10 Stück Ford Fiesta legte er in 59 Sekunden auf die Seite (s.a. Rubrik „News“). Kühn zählt zu den stärksten Männern Deutschland (www.carsten-kuehn.de) und seine Augen leuchten, wenn man vom berühmten Milo Baros aus dem Mühlal im Holzland spricht. Und Koffer tragen, die über 100 Kilogramm wiegen, an jeder Seite einen gleichen Kalibers, ist für Kühn kein Problem und solche benutzt er im Training. Im Wettkampf können diese schon mal 185 oder gar 205 Kilogramm pro Koffer auf die Waage bringen.

Angefangen hat alles zwei Jahre vor der Jahrtausendwende. Ein regional bekannter Studiobesitzer hatte 1500 DM für den Sieger in einem Koftsportwettbewerb ausgesetzt, der mehrere Disziplinen umfasste. Eigentlich wollte Carsten Kühn da gar nicht mitmachen, die Freunde aber drängten und überzeugten ihn. Am Ende wurde der damals noch fast Untrainierte der Sieger. Ein Jahr später schon wurde er der sechsstärkste Athlet in Deutschland.

Jedoch nicht nur wegen der Erfolge blieb er diesem Sport nach wie vor treu und verbessert sich Jahr für Jahr. „Den Sport macht man aus Überzeugung und für das eigene ego“, meint der Athlet aus Klettwitz. In der Zwischenzeit weiß er genau, was sein Körper am meisten gut tut und achtet vor allem auf die richtige Ernährung. Sein Wissen gibt er gern weiter und Krankenkassen engagieren ihn für die Durchführung von Ernährungsseminaren.

