

Ultraläufe

Lennartz überlegen

Schwäbisch Gmünd, 44 km
(28.10.)

Jürgen Wiesner und Birgit Lennartz siegten.
Siehe ausführlichen Bericht in diesem Heft.

MHK: 1. Jürgen Wiesner 2:45:32
2. Rudolf Csikos 2:49:28
M30: 1. Eckhard Wagner 2:50:47
2. Michael Sommer 2:53:36
M35: 1. Wieslaw Dubiel 2:56:59
M40: 1. Dr. Dr. Lutz Aderhold 2:57:23
2. Ulrich Heukerth 3:11:13
M45: 1. Rolf Kunze 3:14:44
2. Carsten Hausmann 3:15:01
M50: 1. Wolfgang Neurath 3:29:59
M55: 1. Lothar Thonfeld 3:23:16
2. Gerhard Frank 3:31:09
M60: 1. Dieter Sanitz 3:49:42
M65: 1. Günter Trete 4:24:43

WHK: 1. Anke Drescher 3:35:31
W30: 1. Birgit Lennartz 3:25:08
2. Uschi Wolf 3:35:15
3. Ulrike Steeger 3:37:55
W35: 1. Elke Peitsch 3:39:01
W40: 1. Gudrun Rüh 3:31:55
W45: 1. Theresia Van Wees 3:56:55
W50: 1. Winnie Pennigstorff 3:54:45
W55: 1. Signid Eichner 4:46:36
W60: 1. Toni Wisser 5:01:49

9,4 km
M20: 1. Frank Seidel 40:20
2. Elmar Klotzbücher 40:27
M30: 1. Vassili Borissevich 38:53
M40: 1. Gerd-Joachim Menge 41:12
M45: 1. Fritz Edelmann 41:46
M50: 1. Siegfried Scherer 44:04
M55: 1. Siegmund Müller 42:05

W20: 1. Daniela Adelgoß 48:57
W35: 1. Renate Buchmann 50:20
W40: 1. Hannelore Edel-Göth 1:00:44
W50: 1. Gerd Benda 1:01:05
W55: 1. Signid Weiss 59:35

Schwäbische-Alb-Lauf:

Herrliche Alb-Ausblicke

VON RAINER FRITSCH

Trotz des Frankfurt-Marathon am nächsten Tag und trotz des angekündigten Regenwetters kamen zum 5. Schwäbische-Alb-Marathon nach Schwäbisch Gmünd 581 Langstreckenläufer, um die 44 km lange und mit 1 040 Höhenmetern sehr anspruchsvolle und zum Teil äußerst schwierige Strecke über die Dreikaiserberge in Angriff zu nehmen.

Da für gibt es sicherlich mehrere Gründe. Zum einen die landschaftlich überaus reizvolle Strecke durch die herbstliche Schwäbische Alb, die Kombinationswertung für den Europacup im Supermarathon (zusammen mit dem 100er von Biel und dem Rennsteiglauf) und sicherlich auch die gute Organisation durch die DJK Schwäbisch Gmünd verbunden mit dem noch relativ billigen Startgeld von 40 Mark. Während es bei vielen großen Stadtmarathons für 60 bis 70 Mark nur noch Leitungswasser zu trinken gibt, hat man beim Alb-Marathon noch die „Qual der Wahl“, denn neben Tee, Wasser, Elektrolyt, trinkbarem Haferschleim wird sogar auch noch Cola angeboten.

Dann stellte sich heuer pünktlich zum Startschuß noch herrliches Herbstwetter ein. Eine halbe Stunde vor dem Start in der Staufer-Metropole hatte es noch in Strömen gegossen, so daß die Straßen unter Wasser standen. Von Minute zu Minute besserte sich aber während des Laufs das Wetter, sogar die Sonne kam noch heraus, und man hatte oft einen herrlichen Rundblick über die Berge, Wiesen, Weiden und Wälder.

Nach einem drei Kilometer langen „Aufgalopp“ durch die Straßen von Schwäbisch Gmünd (Start auf 300 m über NN) ging es ab km 3 erstmal zum „Üben“ steil bergauf. Durch schmale Wiesentäler wand sich ein schöner Waldweg hinauf auf 450 m bei km 10. Von hier hatte man einen grandiosen Überblick auf die restliche Laufstrecke mit den drei Bergen Hohenstauffen (684 m), Hohenrechberg (708 m) und als Krönung der Stufen mit 757 m. Auf alle drei Berge führten überaus steile Wege hinauf und auch hinab. Der herrliche Blick über die Schwäbische Alb, an diesem Tag verbunden mit einem farbigen Wolkenwechsel entschädigte für die Mühen. Bei km 18 hatte man den höchsten Punkt erreicht, wobei es die letzten 100 m hinauf durch sehr tiefes und rutschiges Geläuf nur noch im Schritt ging.

Bis km 35 ging es ständig bergab, für so manchen auch mit der Kondition. Die wurde aber noch gebraucht, denn es gab bis km 38 einen langgezogenen Anstieg, ehe man es nach Schwäbisch Gmünd „reinrollen“ lassen konnte.

Als Favorit unter den 581 Startern über 44 km (zusammen mit dem Rechberglauf über 9,4 km und dem Bikeathlon gingen mit 1 066 erstmals über 1 000 in Schwäbisch Gmünd an den Start) galt der Schwaikheimer 100-km-Spezialist Michael Sommer und der aus dem nahen Aalen stammende Jürgen Wieser. Furios startete aber der Ungar Rudolf Csikos, so daß dieser bei km 11 bereits zwei Minuten Vorsprung hatte. Am Rechberg und am Stufen kam aber die Stunde des Jürgen Wieser, der wie losgelöst losstürmte, und bis zum Ziel dem Ungarn sogar noch vier Minuten abnahm und in 2:45 h siegte. Bereits acht Minuten Rückstand auf Wieser hatte Michael Sommer als Fünfter. Bei den Frauen



Schwer zu belaufen auf nassem Boden waren die Anstiege auf der Schwäbischen Alb.

Foto: Fritsch

lief Birgit Lennartz ein einsames Rennen und siegte nach 1991 und 1994 jetzt bereits zum dritten Mal in 3:25 h.

Etwas schneller waren natürlich die Bikeathlone, die nach 26 km meist völlig verdrückt von ihren Bikes stiegen, um die restlichen 18 km zu laufen. In 2:04 h siegte hier Roland Ballerstadt aus Lindenberg bereits nun auch zum dritten Mal.