



Marathon & mehr

Die Laufzeitschrift für Landschafts-Erlebnisläufer



**Wie kann man im Winter
für Bergläufe trainieren?**

**Wie viel paar Sportschuhe
braucht man eigentlich?**

**10 Seiten
Termine 2007**

**...mit Berichten von Bottrop
bis Wunsiedel und
von Waxweiler bis Fleckenberg**



BÄRENFELSLAUF

3. Austragung

über 63, 42 und HM km am
22.07.2006 in Hoppstätten-
Weiersbach/RhPf, dennoch ein
VL zu 2/3 im Saarland

Jetzt, im Winter, von einem Wettbewerb zu lesen, der keine Hitzeopfer wegen der schattenreichen Strecke beklagen musste tut doch gut und die Gedanken schweifen Richtung Sommer, kurzer Hose, Mückenstiche und Eis. Am frühen Morgen um 8 Uhr sollten und wollten ca. 200 LäuferInnen die anspruchsvolle Runde ein-, zwei- oder gar dreimal laufen. Im Hinterkopf hatten zu diesem Zeitpunkt sicher schon viele den eigenen Anspruch für diesen Tag reduziert, denn ein Umstieg auf eine andere Streckenlänge war ebenfalls im Angebot und man konnte den Wettbewerb mit Wertung nach jeder Runde beenden. Ein gutes Gefühl!



Allerdings gab es eine Startverzögerung um ca. 40 Minuten, was aber klaglos hingenommen wurde, denn für „Aufregung“ war noch genug Zeit. Die hatten die Veranstalter Feller und Helferlich bereits am Vortag, als sie merkten, dass die vorgesehene Stromversorgung zur Start- und Zielwiese des Bärenfellslaufes nicht ausreichen würde und eine Verlegung mit Sack und Pack noch organisiert werden musste. Aber irgendwie haben die das alles prima hingekriegt und den gleich guten Service wie in den Vorjahren geliefert.

Auch bei der 3. Auflage gab es Streckenkorrekturen und durfte es im Vorjahr etwas mehr sein, so war die Runde in 2006 21 km lang aber immer noch mit über 500 HöM ein anspruchsvoller Trail. Trail heißt natürlich auch Wald, mit „üblichem“ Wegenetz und viel rauf und runter und nur selten freien Blicken.

Die Hitze dieser Tage führte zu einem nachmittäglichen Gewitter und verwandelte den Wald in eine Saunalandchaft, für die aber keine Zuzahlungen gefordert wurden. Zu 3 Runden waren dann nur noch 34 LäuferInnen bereit bzw. in der Lage.

Die nach vielen Veranstaltungen üblichen Lobeshymnen waren hier erneut wirklich angebracht. Nichts gab es aus Teilnehmersicht zu beklagen und die handgemalten Startnummern und Urkunden bleiben außergewöhnlich.

Auszug aus der EL: 34 ZE (55 in 2005), davon 6 Frauen, (7 in 2005), 17,6 % Frauenanteil. Sollzeit 12 h.
Mä: Nach 2004 gelang Daniel Exner, M30, erneut ein klarer Sieg in 4:59:41 h. Rainer Koch 5:27:36, Frank Rieger 5:56:42, Ernst-Josef Blum 6:19:00, Dietmar Pauli 6:30:37, Bertram Wagenblatt 6:53:32, Norbert Ebbert 7:13:24, Wolfgang Neurath 7:30:12, Hans-Jörg König 7:50:09, Werner Mootz 7:54:26, Günther Bergs 8:13:03, Martin Dietz 8:34:46 h.

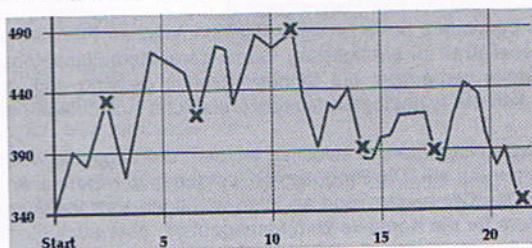
Fr: Juliane Raubuch, LTF Köllertal, W40, gewinnt in 6:57:00 h knapp vor Iris Eschelbach, W40, in 7:05:13 h. Ulrike Kullnick 7:34:48, Andrea Munkes 7:50:34, Christine Kraft 8:58:28 h.

Auszug aus der EL Marathon: 43 ZE, davon 4 Frauen, 9,3 % Frauenanteil.

Mä: Daniel Gidumbanda/TAN/ASC Darmstadt, M30, ein Spitzenmarathonler, war nach der ersten Runde in 1:20:15 h für alle außer Sichtweite und nicht mal ein Sturz konnte ihn am Marathonsieg, wohl aber am Ultramarathonsieg hindern. Er siegte in 2:48:10 h.

Markus Krempchen 3:27:58, Matthias Rosenkranz 3:32:36, Ralf Waldmann 4:11:32, Markus Jaich 4:23:03, Gerald Schumann 4:24:41, Franz Höner 4:35:58, Peter Gründling 4:46:01, Jan Otto 4:58:01, Klaus Beuschold 5:08:24, Bernhard Hertinger 5:13:11 h Fr: Erika Chaari, W40, gewann in 4:41:35 souverän. Kerstin Fuhrmann 4:58:01, Ursula Müller 5:29:08 h.

Foto, Grafik: Veranstalter. Text: Redaktion.



Der Bärenfellslauf ist ein sehr anspruchsvoller Trail über steinige Waldwege, Gras, Waldboden und Sand. Es ist der einzige Ultramarathonlauf des Saarlandes. Obwohl Start und Ziel in Rheinland-Pfalz liegen, ist der Saarländische Leichtathletik Bund die „Genehmigungsbehörde“. Zwei Drittel der Strecke führen durch Gemarkungen der saarländischen Gemeinde Nohfelden. Man möchte die Wege durch den Misch- und Tannenwald, die oft von Ästen verhängen sind, keinem Auto zumuten. Für die Läufer, die wissen oder zumindest ahnen, was auf sie zukommt, sind sie genau recht.
Peter Wagner

Europas schnellster Geistlicher gesucht - Motto „PRIESTS United – Marathon for a United Europe.“ Internationaler Pfarrer-Lauf im Rahmen des ING-Europe Marathons Luxembourg am 19. Mai 2007

Der Lauf ist mit einem gemeinsamen Spendenzweck verbunden. Der Erlös geht an ein Projekt im Rahmen der 3. Ökumenischen Versammlung in Sibiu/Hermannstadt.

Zum ersten Mal laufen Pfarrerinnen und Pfarrer aus den verschiedenen christlichen Kirchen – und aus verschiedenen Ländern – gemeinsam bei einem Marathon. Die Geistlichen starten unter dem Motto „PRIESTS United – Marathon for a United Europe.“ Damit wollen sie zeigen, dass sie sich für ein Zusammenwachsen Europas einsetzen und dass Kirche auch außerhalb von Kirchenhäusern stattfindet.

Unser Angebot:

Wir bieten Geistlichen kostenlose Unterkunft und Verpflegung in Gastfamilien vom 18.-20. Mai 2007 sowie Stadtführung, Stadtrundfahrt und ein einheitliches T-Shirt. Möglich sind sowohl die Teilnahme am Marathon, am Halbmarathon oder einer Teilstrecke beim Staffelmaraathon (zwischen 7,6 km und 12,2 km). Der Lauf ist mit einem gemeinsamen Spendenzweck verbunden. Der Erlös geht an ein Projekt im Rahmen der 3. Ökumenischen Versammlung in Sibiu/Hermannstadt.

Die Teilnehmenden suchen Spender im Vorfeld, mit denen sie einen Vertrag über eine Spendensumme aushandeln. Veranstalter ist der Rat christlicher Kirchen im Großherzogtum Luxemburg. Mitglieder sind:

Katholische Kirche Luxemburg, Griechisch-orthodoxe Kirche Luxemburg, Serbisch-orthodoxe Kirche Luxemburg, Rumänisch-orthodoxe Kirche Luxemburg, Anglikanische Kirche Luxemburg, Protestantische Kirche Luxemburg und Paroisse protestante francophone, Protestantisch-Reformierte Kirche von Luxemburg H.B., Evangelische Gemeinde deutscher Sprache in Luxemburg (EKD-Auslandsgemeinde), Nederlandse Protestantse Gemeenschap (NPG), Den Danske Kirke i Luxemburg

Kontaktperson für weitere Auskünfte: Pfarrer Jens Krohmer, Evangelische Gemeinde deutscher Sprache in Luxemburg.

Rat Christlicher Kirchen im Großherzogtum Luxemburg, 35, av. Gaston Diderich, L-1420 Luxembourg
http://come.to/evgmlux, Fax: 00 352-44 23 52