17.10.09 - 13. Bad Dürkheimer Berglauf

Der „Dicke“ stürmt den Bismarckturm

Andrew „Chunky“ Liston und Nora Coenen als Erste im Ziel

von Marion Schwarz & Henning Schneehage

„Wie macht Ihr das nur immer mit dem Wetter?“, begrüßte gut zwei Stunden vor dem Start ein Läufer die entspannt in der Sonne stehenden Leute vom Veranstalter. „Wir im Hunsrück haben Regen und bei euch scheint die Sonne.“

Banner anklicken & informieren
Marathon Dt. Weinstraße 2010 im L*R* HIER

Tatsächlich schien auch bei der 13. Ausrichtung des Berglaufs in Bad Dürkheim wie in fast allen Jahren zuvor die Sonne – zumindest vor dem Start. Nicht umsonst zählt die Gegend um Bad Dürkheim zu den sonnenreichsten und regenärmsten Regionen in Deutschland. Der gute Wein, der ringsum angebaut wird, und die zahlreichen Feigenbäume am Rand der Rheinebene, die jedes Jahr reiche Ernte bringen, können das bezeugen.

Diesmal aber war es nicht der „Goldene Oktober“, sondern nur die Sonne, die bei wechselhaftem, fast kaltem Wetter immer wieder zwischen den Wolken hervorkam. Prompt zogen dann auch bald ein paar dunkle Wolken auf, die sich aber nach zwei kurzen Regenschauern rechtzeitig vor dem Start wieder verzogen. „Der erste Regen seit zwölf Jahren, also so lange es diesen Lauf gibt“, wusste der Veranstalter.

Die Zahl der angetretenen Läuferinnen und Läufer blieb dementsprechend hinter der der Vorjahre zurück. Während es in den beiden Jahren zuvor noch 400 oder mehr waren, fanden diesmal „nur“ 309 den Weg in die Kurstadt. Davon gaben drei auf, einer mit umgeknickten Fuß, sodass schließlich die Zahl 306 am Ende der Ergebnisliste stand.

LaufReport.de

Zunächst geht es hügelig durch die Weinberge, "Chunky" Liston setzt sich bereits ab

Die Verfolger bei km 1,2: Tom Heuer (2.), Rafael Bender (3.), Quirin Koch (Nr. 116; 1. mJgd)

Ob des Wetters galt es zunächst, die Kleiderfrage zu klären: kurz oder lang, mit Jacke, Weste oder gar ärmellos? Während die Schnellsten bereits nach einer guten halben Stunde das Ziel am Bismarckturm erreichen und sich Wärmendes aus ihren Kleiderbeuteln holen dürfen, ist Otto Normalläufer gerade mal bei Kilometer 4 oder 5 – und fällt an den Steilpassagen immer wieder vom Lauf- in den Wanderschritt – und das kostet Zeit und man kühlt aus.

Pünktlich um 14.45 Uhr schoss die 2. Vorsitzende des Bad Dürkheimer Laufclubs, Andrea Kost, die Läuferschar auf die Strecke. Bis Kilometer 1 zieht sich der Wirtschaftsweg noch halbwegs gemach bergan durch die Weinberge, dann jedoch geht es gleich richtig zur Sache. Ein wenig glitschig die Pflastersteine, wohl dem, der gute Schuhe hat. Vorbei an Schäferwarte, Kriemhildenstuhl und Teufelsstein, den markanten Punkten des Naherholungsgebietes der pfälzischen Kurstadt, geht es über Treppen und Pfade immer wieder steil bergan aber auch bergab, sodass insgesamt 510 Höhenmeter zusammenkommen. Höhepunkt des Bad Dürkheimer Berglaufs, der als vierter von sechs Läufen zum Pfälzer Berglauf-Pokal zählt, ist der Schlussanstieg am Geiersbrunnen kurz vor dem Ziel, wo, angefeuert von Zuschauern mit Kuhglocken, jeder noch einmal das Letzte aus sich herausholt.

LaufReport.de

Sabine Rankel (101) vor Eve Rauschenberg, daneben Peter Jäger (Nr. 26; 1. M55)

Ingrid Hoffmann (1. W65) vor Renate Cöllen (3. W60) neben Giselher Horr

Für Gerhard Jendryschik (53) und Rudi Speer (126) scheint der Laufspaß an erster Stelle zu kommen

Die Naturlaufstrecke war wieder einmal bestens präpariert: Mit rund 70 Helfern stemmt der ausrichtende Bad Dürkheimer Laufclub seit zwölf Jahren seinen Berglauf, jeder kennt seinen Platz, das Team funktioniert. Keiner soll sich verlaufen, hervorstehende Wurzeln sind akribisch mit Sägemehl markiert, soll doch keiner über das Wurzelwerk oder stachelige „Keschde“, wie Pfälzer liebevoll ihre Esskastanien nennen, stolpern – die stopft man dann lieber in den Saumagen oder isst sie heiß zum neuen Wein, der auch diesmal nebst üppigem Kuchenbuffet zum kulinarischen Angebot in der Halle der Berufsbildenden Schule zählte, wo die Siegerehrung stattfindet.

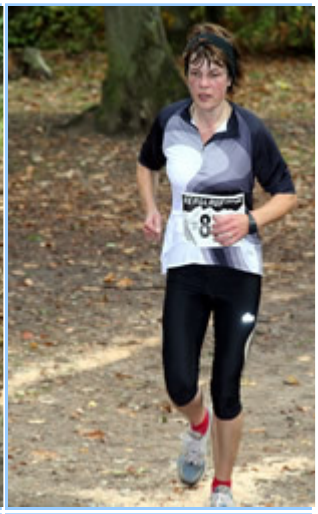
In diesem Jahr machte es das Streckenteam um Axel Bergner, den Sportwart des LC, besonders gründlich. Schließlich war Bergner vor fünf Wochen beim Rietburg-Berglauf auch wie viele andere in die Falle getappt und war, einfach dem Vordermann hinterherlaufend, von der Strecke abgekommen. (Aber er hatte es schnell bemerkt und fand wieder zurück auf den richtigen Weg.) Deshalb fielen die Markierungen mit Sägespänen, die LC-Läufer Steffen Allbach aus seinem Schreinereibetrieb zur Verfügung stellt, in diesem Jahr besonders groß aus. Der LC hat bereits Erfahrung mit Streckenveränderungen, die Witzbolde im Wald fast jedes Jahr anstellen. Da werden die Pfeile aus Sägespänen manchmal so verändert, dass sie in eine andere Richtung weisen. Aber je größer und länger solche Markierungen ausfallen, umso schwerer sind sie wegzubringen, sagte man sich. Bevor jedoch die Streckenmarkierer am Freitag ihren Dienst verrichteten, hatten andere schon die gesamte

Strecke mit einem Laubgebläse frei geblasen und Laub und „Keschde“ zur Seite befördert. Allein dadurch konnte man die Strecke kaum verfehlen.

LaufReport.de

Auf bestens markierten Wegen durch den Wald

Robert Wild ist mit 8 Jahren der Jüngste



Elisabeth Frieß (2. W45)

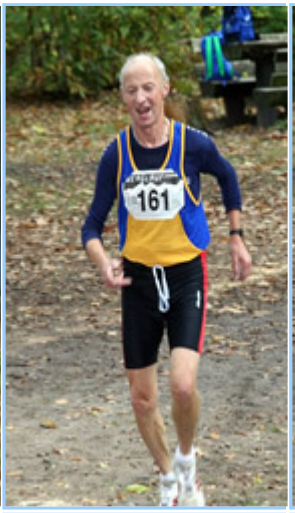
Ob Pfälzer Küche und Pfälzer Wein, von dem der Sieger alljährlich einen dicken Präsentkorb mit zahlreichen Flaschen erhält, mit den Anstoß gaben, in Bad Dürkheim an den Start zu gehen? Der in Gießen lebende Schotte Andrew „Chunky“ Liston hatte im August beim Tegelberglauf in Schwangau bei Füssen, bei dem er als Sieger oben ankam, erstmals vom Bad Dürkheimer Berglauf gehört. Der Vorderpfälzer Jürgen Binder (LG MuLi und TuS Heltersberg) lernte „Chunky“, was so viel heißt wie „Dicker“ – ein netter Spitzname für einen eher Dünnen –, dort kennen und machte Werbung für die Pfälzer Bergläufe und insbesondere den Bad Dürkheimer.

Auch seine junge Vereinskameradin vom TSV Krofdorf-Gleiberg, Nora Coenen, die Liston mitbrachte, ist kein unbeschriebenes Blatt: Die 18-Jährige wurde im September bei den Deutschen Berglaufmeisterschaften am Hochfelln in Bergen Zweite in der Juniorenwertung. Und beim Tegelberglauf hatte sie bei der weiblichen Jugend Platz 1 belegt und war die sechstbeste Frau.

Die Startnummer 1 war reserviert für Matthias Hecktor vom TuS Heltersberg. Er hatte hier schon fünfmal gewonnen und wollte mit seinem diesjährigen Sieg den Pfälzer Berglauf-Pokal vorzeitig gewinnen. Denn nach der Annullierung des Rietburg-Ergebnisses sind in diesem Jahr nur drei Wertungen erforderlich. Man konnte in Bad Dürkheim deshalb auch noch in die Pokalwertung neu einsteigen, denn mit den Läufen auf den Potzberg und die Kalmit folgen zwei weitere Bergläufe im November. Aber wegen einer Erkältung musste Hecktor kurzfristig absagen. Das war zwar schade für den Sport, aber sicher vernünftig. Denn vor einem Jahr lief Hecktor in Bad Dürkheim trotz einer Infektion, gewann mit 33:32 Minuten in dennoch ansprechender Zeit, fiel aber anschließend – gesundheitlich – auf die Nase. Eine Herzmuskelentzündung mit anschließender längerer Pause war die Folge – und ihm wohl eine Lehre.

LaufReport.de

Christoph Lind hat auch seinen Spaß am Bad Dürkheimer Berglauf und startet für die LG Riesling-Schorle Freinheim



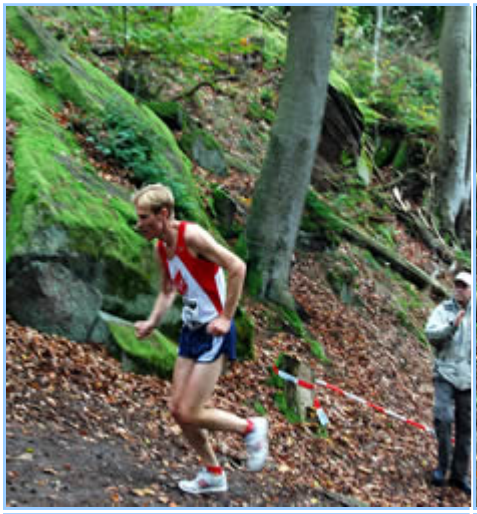
Robert Hinkel (1. M70)

Anna Hennemann (1. W45) neben Günter Faust

Mit Startnummer 2 ging sein Vereinskollege Tom Heuer ins Rennen, der nach einer langen Verletzungspause von 21 Monaten inzwischen seine Form wiedergefunden hat. Die Startnummer 3 trug der Bad Dürkheimer Rafael Bender, der am Rande des Waldes wohnt und die Strecke kennt, wie kein anderer. Aber die Favoritenrolle ging nun, nach der Absage von Hecktor, klar an den 31 Jahre alten Schotten, der perfekt deutsch spricht und als Englischlehrer an der Uni in Gießen tätig ist.

Doch wie gut war der Schotte nun wirklich? „Ab Kilometer 1 lief der sein eigenes Rennen“, erzählte Rafael Bender. Meter für Meter setzte sich Chunky von seinen Verfolgern ab und verschwand aus deren Blickfeld. Selbst die Steilstufe am Geiersbrunnen meisterte er leichtfüßig und lief schließlich in 34:32 Minuten als Sieger durch die Zeitmessung auf der Höhe des Bismarckturms. „Es ist eine sehr harte Strecke und man musste immer Gas geben. Schade, dass Matthias nicht dabei war, wenn man alleine laufen muss, ist es doch heftig“, gab er bei der Presse zu Protokoll.

LaufReport.de



Am Geiersbrunnen läuft Chunky leichtfüßig hinauf, wo andere gehen müssen

Stefan Hinze (5. ges. und 1. M45)

Nora Coenen (schnellste Frau und 1. wJgd) knapp vor Sabine Rankel

Tom Heuer, der zunächst Seite an Seite mit Bender und Jonas Lehmann (TV Limbach) unterwegs war, hatte auf der fast einen Kilometer langen Bergabpassage nach Kilometer 3 den längeren und schnelleren Schritt und setzte sich von Bender und Lehmann ab. Als es am Schluss immer steiler wurde, vor allem am Geiersbrunnen, konnte Bender seinen Mitläufer Lehmann schließlich abschütteln und bis zum Ziel noch 14 Sekunden Vorsprung herauslaufen. Und er kam immer näher an Tom Heuer heran, der in 36:19 Minuten Zweiter wurde (und 1. M35). Bender benötigte als Dritter (und 2. M30) 36:35 Minuten. Lehmann

folgte als Vierter (und 1. M20) in 36:49. Knapp eine Minute später, in 37:43 Minuten, erreichte Stefan Hinze (LG DUV) das Ziel als Fünfter (1. M45) noch vor dem M40-Sieger Thomas Heider vom LC Hassloch (8. in 38:21).

Banner anklicken - informieren
Infos im L*R* zum Rockie-Mountain-Lauf 2010 HIER

Der 46-jährige Hinze ist Chefarzt für Innere Medizin im Westpfalz-Klinikum in Rockenhausen, nebenbei Präsident der DUV, also der Deutschen Ultraläufer-Vereinigung, und veranstaltet im kommenden März den neuen Berglauf in Rockenhausen hinauf auf den Donnersberg, der als „Rockie-Mountain-Lauf“ firmiert. Man darf gespannt sein.

Bei den Frauen trat wieder einmal Sabine Rankel (LC Bad Dürkheim) als Favoritin an. Die 41-Jährige hat den Lauf bereits sechsmal gewonnen, hatte aber im Frühjahr noch mit Rückenproblemen zu kämpfen und kam erst spät in Form. Nachdem es in Edenkoben keine Punkte für den Berglaufpokal gab, muss sie nun hier in Bad Dürkheim und im November am Potzberg und an der Kalmit zeigen, dass sie auch weiterhin die Nummer eins in der Pfalz ist. Das wäre dann ihr zehnter Pokalsieg in zwölf Jahren.

Weil die 35-jährige Eve Rauschenberg (TV Maikammer), ihre wichtigste Konkurrentin in der Pfalz, gleich mächtig aufs Tempo drückte, ging sie das Rennen wohl zu schnell an und fand nicht ihren eigenen Rhythmus. So lief sie bergab schneller als es ihr gut tat und bekam dann bergauf – eigentlich ihre Stärke – Probleme. Während sie Rauschenberg abschütteln konnte, musste sie sich aber am Ende noch von der jungen Nora Coenen überholen lassen.

LaufReport.de

Am Geiersbrunnen: Sonja Velten (2. W20)

Jürgen Binder (4. M45) vor Peter Jäger (1. M55)

links: Bianca Waldmann (3. W35), rechts Eleonore Fischer (1. W55)

Die 18-Jährige, die die Strecke nicht kannte, sich aber vorher das Streckenprofil genau angeschaut hatte, ging mit dem nötigen Respekt vor den Schwierigkeiten der Strecke ins Rennen. Kurz nach Kilometer 1 hatte sie noch einen Rückstand von 18 Sekunden auf Rankel und Rauschenberg. Erst am Fuße des Geiersbrunnen lief sie auf Rankel auf und überholte sie schließlich in der Steilpassage. Während man der 18-Jährigen, die in 42:08 recht locker siegte, die Anstrengung nicht ansah, waren Sabine Rankel die Strapazen ins Gesicht geschrieben: „Am Ende hat mir die Kraft gefehlt, meine Oberschenkel haben dicht gemacht.“ Aber mit 42:30 – im Vorjahr siegte sie in 42:03 – war sie noch „ganz zufrieden“. Eve Rauschenberg lief als Dritte (1. W35) in 43:18 über die Ziellinie, knapp eine Minute später folgte Jessica Kammerer (TuS Heltersberg) als Vierte (1. W30) in 44:14 Minuten.

Unter den Seniorinnen ragte die 58-jährige Eleonore Fischer (1. W55 in 50:53) vom LC Bad Dürkheim heraus, die sogar eine Minute vor Inge Hormuth (51:58), der W50-Siegerin vom LCO Edenkoben, das Ziel erreichte. Fischer dominiert seit Jahren ihre Klasse W55, und keine war in zwölf Jahren bisher schneller als sie, wie die Statistik der Altersklassen-Siegerzeiten zeigt. In den weiteren Altersklassen lagen wieder die üblichen Verdächtigen vorn: Maria Joachim (TV Herxheim) 1. W60 in 59:34 und Ingrid Hoffmann (TV Offenbach) 1. W65 in 59:19.

Bei der männlichen Jugend gab Quirin Koch (LC Bad Dürkheim), der Zweite der diesjährigen Süddeutschen B-Jugendmeisterschaften über 3000 Meter, nicht alles wegen einer noch nicht ganz auskurierten Verletzung. Dennoch reichten 39:14 zum klaren Sieg. Sein 15 Jahre alter Bruder Leon Koch gewann in 42:05 bei den Schülern.

LaufReport.de

Zieleinlauf des Siegers Chunky Liston

Die drei schnellsten Männer (von links: Rafael Bender, Chunky Liston und Tom Heuer)

So sehen Sieger aus (Chunky Liston und Nora Coenen)

Bei den Senioren fiel der M55-Sieger Peter Jäger (Tri-Sport Saar-Hochwald) mit einer überragenden Leistung auf. Der 59-Jährige lief als 19. des Gesamtfeldes in 40:30 Minuten ins Ziel – so schnell wie noch kein anderer in M55 auf dieser Strecke seit 1997, solange es diesen Berglauf gibt. Mit Werner Schimpf (TV Bad Bergzabern), der in 45:55 in M60 siegte, und Robert Hinkel, mit 50:33 in M70 vorn, sah man altbekannte Gesichter auf dem Siegertreppchen. Der 74-jährige Ludwig Mesel, der mit 49:03 den M70-„Rekord“ im Jahr 2005 aufstellte, musste sich diesmal mit 54:02 und dem zweiten Platz in seiner Altersklasse begnügen. Er freut sich schon darauf, dass er nächstes Jahr in M75 antreten kann.

Auf den Letzten bzw. die Letzte, die vom „Besenläufer“ begleitet und betreut wurde, konnte der Veranstalter, der über Mikrofon und Lautsprecher fast jeden mit seinem Namen im Ziel begrüßte, diesmal nicht mehr warten, sonst hätte sich die Siegerehrung verspätet. Denn die langsamste Teilnehmerin erwanderte sich die gesamten 8,7 Kilometer und erreichte erst nach 1:35 Stunden das Ziel, allerdings nicht minder ausgepowert als andere. Ob diese „Bergwanderung“ im Sinne der Veranstaltung war, sei dahingestellt. Vermutlich wird im nächsten Jahr ein Zeitlimit in der Ausschreibung stehen. Dass trotz dieser Zeitverzögerung bereits wenige Minuten nach der letzten Zieleinläuferin die Ergebnisliste unten in der Halle aushing, war der Routine des Baumann-Teams zu danken. Während bereits alle Ergebnisse im Computer in der Sporthalle steckten, wurde die Zeit der letzten Teilnehmerin per Telefon übermittelt und nachgetragen.

Und im Ziel schnell einen warmen Tee …

… und dann den Kleidersack mit den warmen Klamotten holen

Läufer des LC Donnersberg im Ziel vor dem Bismarckturm

Zu Fuß, auf direktem Weg etwa 4,5 km, oder per Bus ab Parkplatz Lindemannsruhe, 700 Meter vom Zielbereich entfernt, geht es zurück in die Halle zur Siegerehrung. Wer den Bus nimmt, verpasst eine mittlerweile zur Legende gewordene Einrichtung des Berglaufes: Bei Kilometer 1 hat ein „Fanclub“ des Berglaufs, Anwohner der Strecke und deren Freunde, seit einigen Jahren einen Sektstand für die Läufer eingerichtet. Man bekommt ein Gläschen Sekt nebst Knabbereien spendiert, darf Fotos vom vergangenen Jahr mitnehmen und kann den Lauf im Gespräch mit den anderen noch einmal Revue passieren lassen. Wann hatte man den ersten Einbruch, wo lief’s dann wieder richtig gut? Und hat einer den wunderbaren Ausblick vom Teufelsstein wahrgenommen?

Die meisten stürmten wohl halb blind daran vorbei, deshalb zum Abschluss wenigstens kurz die dazugehörige Sage: Als einst auf dem Berg gegenüber des heutigen „Teufelssteins“ das Kloster Limburg errichtet wurde, engagierten die eifrigen Mönche den Teufel als Bauhelfer. Um ihn zu gewinnen, spiegelten sie ihm vor, ein Wirtshaus bauen zu wollen. Der Teufel legte sich daraufhin mächtig ins Zeug, und erst als nach Fertigstellung des Bauwerks die Glocken zur Weihe der Basilika erklangen, bemerkte der Teufel, dass er betrogen worden war. Voller Wut wollte er daraufhin einen gewaltigen Felsblock auf das neue Kloster schleudern. Gott jedoch ließ den Stein weich wie Butter werden. Da setzte sich der Teufel darauf. Die Abdrücke seines Hinterteils, seines Schwanzes und seiner Füße sind noch bis zum heutigen Tage sichtbar… Dies für den Hinterkopf für alle, die im nächsten Jahr wieder mit dabei sein wollen, wenn der LC Bad Dürkheim am 16. Oktober 2010 zu seinem 14. Berglauf lädt.

Bericht von Marion Schwarz & Henning Schneehage
Fotos von Christina Schneehage, Gerd Hammel & Ruprecht Meißner

Ergebnisse www.laufinfo.de - weitere Infos www.laufclub.de

Zu aktuellen Inhalten im Lauf*R*eport HIER

Wo läuft’s wie?

© copyright
Die Verwertung von Texten und Fotos, insbesondere durch Vervielfältigung oder Verbreitung auch in elektronischer Form, ist ohne Zustimmung der **Lauf*R*eport.de** Redaktion (Adresse im IMPRESSUM) unzulässig und strafbar, soweit sich aus dem Urhebergesetz nichts anderes ergibt.