



20.10.18 - 22. Bad Dürkheimer Berglauf

Jonas Lehmann zum siebten Mal Spitze am Bismarckturm

von Wilfried Raatz

- Heltersberger Laufass gewinnt bereits vorzeitig den Pfälzer Berglauf-Pokal
- Mit drei Minuten Vorsprung wird der Rosenheimer Michael Eder Zweiter
- Simone Raatz ebnet mit Tagessieg den Weg zum erneuten Gewinn zum Pfälzer Berglauf-Pokal
- Paula Mayer: Frühere Mittelstrecklerin debütiert als Zweite vor Aoife Quigly
- Integrierte Pfalzmeisterschaften sorgen beim 22. Bad Dürkheimer Berglauf für starken Zuspruch

Zugegeben, so mancher klagte beim 22. Bad Dürkheimer Berglauf über eine gewisse Saisonmüdigkeit, nach den persönlich gesetzten Highlights natürlich verständlich. Dennoch gab es mit 350 Meldungen eine starke Resonanz, sicherlich nicht zuletzt durch die erneute Integrierung der Pfälzer Berglaufmeisterschaften. 319 LäuferInnen wurden final am Bismarckturm notiert, ein kleiner Schwund, und das wissen die Veranstalter, ist immer drin. So oder so, auf dem Zielplateau Peterskopf war das Gedränge beträchtlich, schließlich lockte das herrliche Herbstwetter so manchen Zaungast zusätzlich zum 493 m hohen Ziel.

LaufReport



Aus den Weinbergen in den herrlich gefärbten Herbstwald geht es hinauf Richtung Bismarckturm

Auf dem selektiven Schlusspart hatte allerdings jeder bereits seinen Platz gesichert, sodass packende Duelle bis auf die Ziellinie Mangelware waren. Vorweg stürmte dabei einmal mehr Jonas Lehmann, der seit 2012 dominierende Bergläufer der Pfalz. Der 29jährige Heltersberger lief praktisch vom Start weg an der Berufsbildenden Schule ein einsames Rennen - und lag im Ziel satte drei Minuten vor den ersten Verfolgern. Mit 34:20 Minuten ließ es Jonas Lehmann dabei sogar noch etwas "gemächlicher" angehen als bei seinen sechs Siegen der Vorjahre. Siebter Sieg in Folge, Pfalzmeister 2018 und vorzeitiger Sieg beim Pfälzer Berglauf-Pokal, einem aus insgesamt sieben Läufen bestehenden Circuit mit der Wertung der vier besten Ergebnisse - und das ebenfalls zum siebten Mal.



Aoife, Fabio und Simone (v.l.) im lockeren Vorstartplausch



Erster Verfolger des bereits früh enteilten Jonas Lehmann diesmal Michael Eder und (dahinter) Lennart Nies



Mit Heimvorteil unterwegs: Alexander Kriegel mit Mut zum Tempo

Langeweile jedenfalls wollte Jonas Lehmann bei seinem überlegenen Sieg dennoch nicht gelten lassen. "Dazu ist die Strecke abwechslungsreich und besitzt schon Passagen, bei denen man absolut aufpassen muss", gesteht Jonas Lehmann, der seinen Saisonhöhepunkt mit zwei überragenden Resultaten beim Bienwald-Marathon in Kandel über die Halbdistanz und als Sieger des Deutsche Weinstraßen-Marathon schon früh in der Saison gesetzt hatte. "Natürlich werde ich auch noch die beiden ausstehenden Bergläufe am Potzberg und an der Kalmit laufen, aber so langsam reicht es für diese Saison!"



Eine starke Gruppe mit Marcel Job (111), Tom Heuer (22), Ramon Bernardon (14) und Max Kirschbaum (3)



Siebter Sieg am Bismarckturn: Jonas Lehmann



Ein Nobody in der Pfalz: Der Rosenheimer Michael Eder wird Zweiter

Drei Minuten nach Jonas Lehmann tauchte mit Michael Eder ein in der Pfalz absoluter Nobody auf. Kein Wunder, schließlich startet der 31jährige für den PTSV Rosenheim. Aber wie kommt letztlich ein Bayer, der freilich andere Bergläufe gewohnt ist, in die Pfalz? "Ich war vor zwei Jahren, als ich bei Freunden in Landau war, schon einmal hier, bin Vierter geworden - und es hatte mir sehr gut gefallen. Obwohl ich eigentlich Trailpassagen nicht mag...!" Für den gelernten Buchhalter ist Laufen eine Art Lebenselixier, ist im

Sommer viel unterwegs und dabei nicht nur am Berg, sondern auch auf der Bahn oder der Straße. "Ich mag besonders allerdings Bergläufe, die nicht zu lang sind und eine Höhendifferenz von 500 bis 800 m haben!" Damit lag er sicherlich in Bad Dürkheim goldrichtig, denn die Strecke ist 8,7 km lang und weist 510 Höhenmeter auf (370 m Höhendifferenz zuzüglich Zwischenanstiege und -gefälle).

LaufReport



Wie gewohnt mit furiosem Starttempo unterwegs: Frauensiegerin Simone Raatz (dahinter Wolfgang Wäger)



Neues Gesicht in der Berglaufszene: Paula Mayer wird Gesamtzweite



Diesmal "nur" Dritte: Trailspezialistin Aoife Quigly



Natascha Hartl wird als Gesamtvierte Pfalzmeisterin

Im spannenden Duell um Rang drei und die weiteren Podiumsplätze bei den Pfalzmeisterschaften duellierten sich lange Zeit Tom Heuer, Marcel Job, Lennart Nies und Max Kirschbaum, der allerdings in der Schlussphase trotz seiner Orientierung zu Ultra-Trailläufen den größten Speed in den Beinen hatte. Zwei Sekunden trennten ihn von Marcel Job. Tom Heuer fehlte nach längerer Verletzungspause etwas die Tempohärte, so blieb ihm Rang fünf im Gesamtklassament, aber mit Jonas und dem siebtplatzierten Ramon Bernardon der Mannschaftstitel. Erfreulich, mit Johannes Ullrich (8.) und Maximilian Schulz (9.) platzierten sich gleich zwei 20jährige unter den Top 10. Jünger waren allerdings mit 16 Jahren Clemens Balzulat als 24. und U18-Sieger, der jüngste Bergläufer ist allerdings mit Jahrgang 2008 Paul Will, der das Ziel nach gut siebzig Minuten schaffte. Einen Tick schneller war allerdings der mit 83 Jahren älteste Teilnehmer Ludwig Mesel.

LaufReport



Weitgereist: Der Allgäuer Wolfgang Wäger wird M40-Sieger



Volker Lintz gewinnt die M50



Begeistert vom Berglaufen: Clemens Balzulat gewinnt die U18-Klasse

"Eigentlich ist das nicht meine Strecke", bekannte Simone Raatz, "deshalb war ich überrascht, dass mich selbst in den Trailpassagen niemand mehr eingeholt hat!" Die

Karlsruherin war wie gewohnt pfeilschnell ins Rennen gestartet, lief einen beruhigenden Vorsprung heraus - und kam bei ihrem ersten Start in Bad Dürkheim nach 42:03 Minuten sogleich zum klaren Sieg. "Leicht gefallen ist mir der Lauf natürlich nicht, schließlich war dies das sechste Rennen innerhalb von nur sieben Wochen!" Nach ihren beiden Erfolgen am Donnersberg (Donnersberglauf, Rockie-Mountain-Lauf) fehlt der 42-jährigen nunmehr noch ein guter Lauf bei einem der beiden noch folgenden Wettbewerben, um den Pfälzer Berglauf-Pokal nach 2017 auch 2018 zu gewinnen.

LaufReport



Im Herbstwald flott unterwegs sind Matthias (234) und Joel (346)



Eva Katz wird Pfalz-Vizemeisterin und zugleich W40-Zweite

Während mit Anna Clipet wegen Rückenbeschwerden eine starke Läuferin nur unter den Zuschauern gesichtet wurde, die schon am Donnersberg Zweite gewordene Aoife Quigly nach einer intensiven Trailsaison die Laufambitionen etwas zurückgeschraubt hatte, rückte mit der 21-jährigen Paula Mayer eine Läuferin als erste Verfolgerin von Simone Raatz auf, die wohl niemand richtig ausmachen konnte. "Als Jugendliche bin ich beim USC Mainz eher 1500 m gelaufen, aber jetzt durch mein Studium in Zürich habe ich neben Klettern, Trailläufen und Skitouren auch einige Bergläufe absolviert. Durch meine Mutter bin ich heute zum Start gekommen - und kann mir vorstellen, öfters Bergläufe zu bestreiten!" Die einstige Mittelstrecklerin aus dem rheinhessischen Jugenheim ist inzwischen mit einer deutlich entspannteren Einstellung unterwegs - und genießt die Lockerheit und Freude an der Bewegung in der Natur. Mit Erfolg, wie letztlich der zweite Platz in 43:06 Minuten beweist. Dann Aoife Quigly mit 43:29, die wie auch Simone die Gesamtwertung im Pfälzer Berglauf-Pokal im Auge hat.

LaufReport



Die Top 3 der Männer beim 22. Berglauf mit v.l. Max Kirschbaum (3.), Jonas Lehmann (1.) und Michael Eder (2.)...



... und der Frauen mit (v.l.) Paula Mayer (2.), Simone Raatz (1.) und Aoife Quigly (3.)

Auf Rang vier lief mit Natascha Hartl die Pfalzmeisterin ins Ziel und sorgte damit für einen weiteren Titel für TuS 06 Heltersberg. In 44:21 Minuten verwies die 30jährige sowohl Eva Katz (44:55) als auch Silke Herrgen (45:57) auf die weiteren Podiumsplätze. Der Pfälzer Berglauf-Pokal wird mit dem Potzberg-Lauf (10.11.) und dem Kalmit-Berglauf (17.) abgeschlossen.

Werben im
LaufReport



Preise & Angebote
klick [HIER](#)

Bericht und Fotos von Wilfried Raatz

Ergebnisse www.laufinfo.eu - Info
www.laufclub.de

Zu aktuellen Inhalten im LaufReport [HIER](#)



LaufReport ist für Leser gratis. Finanzierbar werden die Reportagen dank der eingefügten Bannerwerbung.

Hier im Überblick alle Werbeflächen dieses Beitrags im Miniaturformat direkt zum Anklicken:

© copyright

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