

# Ganz allein

**LEICHTATHLETIK:** Tim Könnel gewinnt auch den 24. Bad Dürkheimer Berglauf.

---

VON CHRISTIAN GAIER

---

**BAD DÜRKHEIM.** Erst kam Tim Könnel und danach lange Zeit nichts. Der Läufer vom TuS Heltersberg, der vor drei Wochen bereits den Nanstein-Berglauf gewonnen hatte, war auch bei der 24. Auflage des Bad Dürkheimer Berglaufs nicht zu schlagen. Nach 33:27 Minuten war er als Erster am Bismarckturm angekommen, der zweitplatzierte Lennart Nies vom TV Maikammer kam deutlich distanziert nach 36:05 Minuten ins Ziel. Dritter wurde Marathon-Pfalzmeister Jens Becker (TV Lemberg), der 37:56 Minuten für die 8,7 Kilometer brauchte.

Könnel war aus drei Gründen glücklich. Zum einen hatte er seine Bestzeit in Bad Dürkheim um 30 Sekunden verbessert, zum anderen hat er „furchtbare Erinnerungen“ mit einem positiven Erlebnis überschrieben. „Ich war hier immer so kaputt nach dem Lauf“, bekannte der 27-jährige Arzt, der sich dieses Mal das Rennen anders einteilte, sich auf der ersten Hälfte der Strecke etwas zurücknahm, um dann „noch Kraft zu haben, um Gas zu geben“. Schließlich war er auch froh, dass der Bad Dürkheimer Berglauf überhaupt stattfand, denn „die richtige Härte holt man sich nur im Wettkampf“. Könnel wird in zwei Wochen bei der deutschen Meisterschaft im Zehn-Kilometer-Straßenlauf in Uelzen starten. Dort könnte er auf Lennart Nies treffen, der mit einem Start liebäugelt. „Aber erst mal

abwarten, wie die Regeneration läuft“, sagte der 35-jährige.

Bei den Frauen musste sich die Seniorenweltmeisterin im Berglauf, Simone Raatz vom ASC Darmstadt, in 41:36 Minuten überraschend Paula Mayer (Laufwunder 2015) geschlagen geben, die in 41:24 Minuten gewann. „Simone hatte mich vor der schweren Steigung überholt, aber später bin ich an ihr vorbeigezogen“, schilderte die in Zürich lebende Läuferin, die mit Bergen bestens vertraut ist. Vor drei Jahren war sie in Dürkheim schon Dritte, zum anderen betreibt sie mit Erfolg Skyrunning, eine Art alpiner Berglauf, bei dem teilweise auch Gletscher zu überwinden sind.



## BERGKÖNIG

Sieger Tim Könnel verbessert seine Bestzeit um 30 Sekunden.

FOTO: GAIER