

19.10.2019 – 23. Bad Dürkheimer Berglauf

Hinauf zum Bismarckturm

Am 19. Oktober geht es beim Bad Dürkheimer Berglauf zum 23. Mal hinauf zum Bismarckturm. Auf 8,7 Kilometer Länge sind insgesamt 510 Höhenmeter zu bewältigen, bis das Ziel auf dem 493 m hohen Peterskopf erreicht ist. Zur reinen Höhendifferenz von 370 m kommen 140 Höhenmeter hinzu, die im Auf und Ab zusätzlich erklommen werden.

Die abwechslungsreiche Laufstrecke führt erst auf festen Wegen durch die herbstlich eingefärbten Weinberge, wo die Weinernte eventuell noch im Gange ist, dann auf meist breiten Wanderwegen durch die Kastanienwälder im Naherholungsgebiet der pfälzischen Kurstadt. Zwischendrin erfordern Treppenstufen und schmale, teils steinige und wurzelige Pfade hohe Aufmerksamkeit.



Erst durch die Weinberge, später durch den Wald



Zum Schluss steil hinauf am Geiersbrunnen

Höhepunkt des Bad Dürkheimer Berglaufs, der als fünfter von sieben 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. Die Berglaufspezialisten freuen sich, dass sie nun endlich einmal richtiges Berggelände unter den Füßen haben, während die Flachländer über die Steilheit stöhnen.

Gemeinsam ist ihnen allen, dass hier jeder, abgesehen von ein paar Spitzenläufern, nur noch im mehr oder weniger schnellen Gehschritt vorankommt. Und manches Rennen in den vergangenen Jahren wurde erst an dieser Stelle entschieden, wo echte Bergqualität gefragt ist.

Der Streckenrekord der Männer steht unverändert bei 32:02 Minuten, die Thomas Greger im Jahr 1999 in Superform lief. Den der Frauen hat Melanie Noll 2015 auf herausragende 39:31 Minuten geschraubt. Im Jahr 2018 erreichten 319 Läuferinnen und Läufer das Ziel am Bismarckturm, und es siegte Jonas Lehmann mit 34:20 vor Michael Eder (37:21) und Max Kirschbaum (37:43). Bei den Frauen siegte Simone Raatz mit 42:03 vor Paula Mayer (43:06) und Aoife Quigly (43:29).

Weitere Einzelheiten auf der Homepage des Lauf-Club Bad Dürkheim
www.laufclub.de