…ennsteig-Splitter

…marathon in Familie

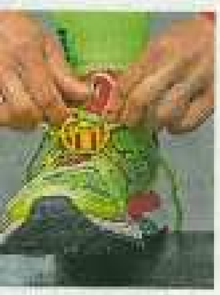
… und nach 1:16:05 Stunden … Kathleen Horn und ihre Söh… …rich (23) sowie Wilhelm (21) … Zum vierten Male hatten sie …nsteiglauf-Halbmarathon in …absolviert. Ihre Bestzeit vom …nden aus dem Vorjahr hat… …Dreiklang zwar verpasst, aber …h waren sie dennoch. „Das …eine beiden Zugpferde“, er… …ie Mutter über ihre beiden …en-Söhne; diese wiederum …: „Wir schirmen sie ein biss… …“ Und da der jüngste Bruder …(18) „gerade zum Laufen er…wird“, dürfte sich das Trio …zum Quartett erweitern…

…e um die halbe Welt

…evor er im Zielraum über… …u Medaille und Getränk vor… …war, schoss Halbmarathon… … Carlos Calderon ein Selfie … mit dem Ziel im Hinter… … und jagte es um die halbe …imlich nach Peru. Seine neun …ister dort sollten sofort wis…s er hier erlebt hatte. Der …ge lebt drei Jahrzehnten als …eenter in Berlin. Sein Start …ennsteiglauf war sein zweiter. …mal hier wandern und habe … Rennsteiglauf kennenge…

…Bau- zum Laufwesen

…sich nochmal Südamerika: …ora in Kolumbien kommen …ria Munoz und Alexandra J… …die erstmals den Rennsteig… …erstmals einen Halbmara… …wältigten. Beide haben in …land Bauingenieurwesen …und hier auch Jobs bekom… …uch ihre Partner waren sie …Rennsteiglauf aufmerksam …n. „So viele Menschen hier – …eindruckend, und es moti…mt“, waren beide begeistert.



Der Zeitnahme-Chip.

…2 Kilo für 600 Euro

… Löschangriff Montag, also …Blich einer Sauerstoff-Fla… …beobachte. Feuerwehrmann …Stollen aus Waltershausen …n-Wanderung von Oberhof …chmiedefeld. Immerhin 22 …m wog diese Ausrüstung. …m mit allerlei Werbung ver…: „Das ist de facto ein Spen… …von mir“, erklärte er. „Ors… … Unternehmen haben 600 … diese Aktion gespendet.“ …ommt sie dem Kindergarten …terhausen.

…t für ein Herzchen

…er selbstgebastelten Fahne …schrift „Danke Claudia – …“ sowie einem Herzchen lief …aler aus Wiesenthal in der …s Ziel. Gemeint waren Frau …hter. „Der Rennsteiglauf ist … schöner Anlass, mal ein … zu zeigen“, meinte der …athoni im Ziel.

…Krux der Startblöcke

…Abdesselam ist gebürtiger Al… …al war zum ersten Mal beim …glauf dabei. Eine Woche zu… …e er noch krank zuhause ge… …d deshalb auch erst kurz vor …bmarathon entschieden zu … „Dass ich aber in Oberhof ganz …warten musste, war ich an… …r damit beschäftigt, andere …u überholen“, sagte er ein …ckmischt. Abdesselam ist ein …ffiase. Lief er doch just ei… …sage im Jahr 1998 die deut… …eistung im Halbmarathon. …en trainiert er eine Lauf… …n Kassel. Im nächsten Jahr …er auf jeden Fall wiederkom… …ann vielleicht einige Start… …ener vorn. *mykl*

Bunter Empfang: Oliver Kerlin wird von Sohnemann Max samt Ballons ins Ziel begleitet.

Fotos: Kliweg, p-s-foto.de, Maier

Siegerkranz: Matthias Schulze nach dem Supermarathon bei der 40. …

„Ess- und Trinkkultur im Thüringer Wal…

Sein Mythos wird dem Rennsteiglauf jedes Jahr durch die Supermarathonis neu eingehaucht. Von den Schnellsten, die das Läuferband auf den 73,3 Kilometern anführen, ebenso wie von denen, die niemals auf dem Siegerpodest stehen.

Von Gert Heilmann

Und, es werden immer mehr Frauen und Männer, die sich auf den kräfteverschleißenden Trip von Eisenach nach Schmiedefeld wagen. Die meisten von ihnen sind Sammler geworden. Längst zählt eine 20-malige Teilnahme nicht mehr viel. 30, noch besser 40 Mal, so wie Charlie Heller aus Schmalkalden, den langen Kanten auf dem berühmten Höhenweg bezwungen zu haben, macht die persönliche Vita erst wirklich attraktiv. Deshalb trainieren sie bei Wind und Wetter für den einen Tag im Mai. „Es ist wie eine Sucht“, gesteht Jürgen Hermann. Sichtlich angeschlagen steht er kurz vor 6 Uhr auf dem Eisenacher Marktplatz. „Es wird diesmal wieder nichts mit meinem 40. Im vergangenen Jahr musste ich aufgeben, diesmal hat es mich vorher erwischt. Ich nehme Antibiotika. Deshalb habe ich mich schon abgemeldet. Aber das Startgefühl inmitten der großen Läuferschar lasse ich mir nicht nehmen. Nach ein paar hundert Metern werde ich aussteigen. Dann wird mein 40er eben auf nächstes Jahr verschoben“, erklärt der 68-Jährige trotzig.

Ein Freundliches Guten Morgen: Ex-Skilangläufer Axel Teichmann ist einer der Ersten auf dem Inselberg.

Solch eine Leidenszeit hat auch Günter Ehrenfried durchgemacht. Schon in den Anfangsjahren war der Leimbacher beim Supermarathon mitgerannt. Bis ihm die Achillessehne riss. Viele Jahre war der 68-Jährige nur Zuschauer. „Da standen mir oft die Tränen in den Augen“ verhehlt der Bad-Salzunger nicht. Günter Ehrenfried hat sich zurückgekämpft, läuft seit Jahren wieder den Supermarathon, diesmal seinen 24.

Die Vorfreude auf ihren dritten Start war auch vier Frauen vom Rhöner WSV ins Gesicht geschrieben. Andrea Hopf, Steffi Zamzow, Gabi Hoffmann und Ina Melzer gibt es beim Supermarathon nur im Paket. „Wir werden bis nach Schmiedefeld zusammen laufen. Wenn wir nach zehn Stunden dort ankommen ist es gut, wenn es etwas länger dauert, ist es auch gut“, sagt Andrea Hopf amüsiert. Nachdem das „Hulapalu“ von Andreas Gabalier aus den Lautsprechern verklungen war, machte sich die Dame aus Langenfeld gemeinsam mit mehr als 2000 anderen Läuferinnen und Läufer auf den Weg zum schönsten Ziel der Welt.

Rennsteigläufer sind keine Hasardeure. Sie haben trainiert und sind auch mental auf die anstehenden Strapazen vorbereitet. Haben sich die Strecke gedanklich eingeteilt. Das ist einfach, denn es gibt Etappenziele. Etwa alle fünf Kilometer ist für sie ein Versorgungspunkt bestens eingerichtet. Am Anfang, nahe der Hohen Sonne, am Ascherbrück oder auch noch an der Glasbachwiese, genügen oft ein Schluck Tee, Wasser oder Cola. Schon anders sieht es am Kleinen Inselberg aus. Man hat gerade dessen 919 Meter hohen „großen Bruder“ überwunden und ist froh über den freundlich gereichten Haferschleim und ein paar aufmunternde Worte der Helferinnen und Helfer vom WSV Brotterode. Auch der einstige Weltklasse-Skispringer Dietmar Aschenbach gehört zu den Mutmachern, wahrend dem er leere Pappbecher aufsammelt. Ein anderer Großer des Thüringer Wintersports, Axel Teichmann, war unter den Aktiven, die als erste den Inselberg passierten. Anfeuerungsrufe der Zuschauer quittierte der eher wortkarge zweimalige Langlauf-Weltmeister mit einem freundlichen Guten Morgen.

Bier, Wurst und Tränen

Richtig aufgeheizt wird die Stimmung wieder am Possenröder Kreuz. Die Seligenthaler Versorger haben die Rosataler Blaskapelle im grünen Wald platziert. Mit deren Klängen werden die Läufer zur Ebertswiese verabschiedet. Ein besonderes Etappenziel, denn die halbe Strecke ist geschafft, und freilich wissen sie alle, dass es dort den besten Haferschleim und die schmackhaften Wiener Würstchen gibt. Dennoch, je mehr Zeit verstreicht, umso mehr wird das Laufen zum „Hangeln“ von Stützpunkt zu Stützpunkt. Das wissen natürlich die erfahrenen Rennsteiglauf-Helfer. So warnen sie an der Neuen Ausspanne vor dem anstehenden Spechtsrügel oder raten zu ausreichender Flüssigkeitsaufnahme. Immer vorsichtig und freundlich… …steigläufer nehmen jede… …auch jedes gut gemeinte… …wohlwollend auf. „Uns k… …mehr schocken, egal wie… …mt an“, sagt eine Dame… …Alters im schwäbischen … …den Hinweis, dass noch… …schwere Anstiege auf sie w…

Herzliche Worte findet… …einstige Biathlon-Juni… …meister René König am G… …tag Stein, für die schon st… …müdeten: „Lasst es euch s… …das ist Ess- und Trinkkult… …ringer Wald.“ Die wird d… …sonders auch noch einm… …Schmücke offeriert, nach… …letzte hohe Hürde, den Ge… …berg, bezwungen haben. …belegte Fett- und Wurst… …sollen die „dünne Luft“ lin…

Am Kreuzweg wird end… …der lang ersehnte Schluc… …nicht. Nur wenige hund… …weiter, am Skilift, ist sich… …auf und gibt den fantastis… …auf den Zielort Schmied… …Spätestens jetzt weich… …Schmerzen, es wird gern… …schließen. Freudentränen… …Augen. Gleich, ja gleich ha… …geschafft. Wieder einmal… …einlauf unter dem Beifa… …schauer, die Medaille und… …fang durch die Angehörige… …Salutschüsschen auf dem… …taumel.

So allein: Er hat sich wohl verlaufen.

Fußspitzen über Schlammpfützen: Das Wetter hält fast durchgehend.

Lohn für die Mühen: Die Läufer „genießen“ den Blick auf den Zielort Schmiedefeld.

Voll verausgabt: Eric Möller vom WSV Asbach auf den letzten Metern des Juniorcrosses der AK Jugend 13.

Siegerstartnummer: von 19… Wiedemann und das ganz S…

Verkehr: Das Konzept geht… hend auf.