

21. April 2014

3. Osterlauf am Itzenplitzer Weiher



Teilnehmer: 293

Ort: Heiligenwald

Strecke: 8,25km

Siegerin: 1. Cathleen Goll(Grojos LTF Elversberg) 36:29 Min.(4:25 Min./km)
2. Susan Pierson(-) 42:28 Min.(5:09 Min./km)
3. Celine Rothenbusch(LLG Wustweiler) 42:51 Min.(5:12 Min./km)

Sieger: 1. Florian Neuschwander(Trier Stadtlauf e.V.) 26:46 Min.(3:15 Min./km)
2. Ramon Bernardon(TuS 06 Heltersberg) 29:51 Min.(3:37 Min./km)
3. Tobias Linn(LLG Wustweiler) 29:53 Min.(3:37 Min./km)

Team Männer: 1. Grojos LTF Elversberg 1:32:01 Std.
Sascha Anton, Dirk Salm, Stefan Harig
2. Grojos LTF Elversberg 2 1:35:48 Std.
Christian Groß, Bengt Leibrock, Andreas Holweck
3. Grojos LTF Elversberg 3 1:40:45 Std.
Timo Herrmann, Joachim Groß, Sven Hosemann

Team Frauen: 1. Grojos LTF Elversberg 2:08:37 Std.
Cathleen Goll, Anja Schranz, Eva Mossal
2. Sachsenkreuzsportverein Heiligenwald 2:14:10 Std.
Sarah Schirra, Pia Bick, Claudia Düppre
3. LLG Wustweiler 2:16:21 Std.
Celine Rothenbusch, Marlene Rothenbusch, Naina-Christin Ehwein

Meist. Teiln.: Grojos LTF Elversberg 26 Teilnehmer/innen



Die Sieger/innen 2013

Männer

Tom Heib(LTF Köllertal) 42:43 Min.

MU16: Kilian Darconza(Gangolfrunners) 55:22 Min.

MU18: Mehmet Patriot(ASC Dudweiler Abt. Boxen) 36:05 Min.

MU20: Alessandro Konrad(ATSV Sbr./Special Olympics Saarland) 52:02 Min.

M20: Tobias Linn(LLG Wustweiler) 29:53 Min.

M30: Florian Neuschwander(Trierer Stadtlauf e.V.) 26:46 Min.

!!! Streckenrekord !!!

3:15 Min./km

M35: Ramon Bernardon(TuS 06 Heltersberg) 29:51 Min.

M40: Stefan Harig(Grojos LTF Elversberg) 31:05 Min.

M45: Dirk Salm(Grojos LTF Elversberg) 30:54 Min.

M50: Peter Wagner(LT Rennschnecke Dudweiler) 35:08 Min.

M55: Gerald Reimer(LSG Sbr.-Sulzbachtal) 32:42 Min.

M60: Wolfgang Schaly(Grojos LTF Elversberg) 36:29 Min.

M65: Rudi Vogel(SV Werschweiler) 42:50 Min.

M70: Wolfgang Neurath(LTF Köllertal) 41:06 Min.

M75: Klaus Zender(LTF Köllertal) 47:03 Min.

Frauen

WU16: Vanessa Opp(run is fun) 49:27 Min.

WU20: Lisa-Marie Biehl(Lauffreunde Reden) 1:03:49 Std.

W20: Celine Rothenbusch(LLG Wustweiler) 42:51 Min.

W30: Daniela Hoppe(Laufsport Werner Gebhard) 45:27 Min.

W35: Cathleen Goll(Grojos LTF Elversberg) 36:29 Min.

W40: Aldona Thompson(TV 1861 St. Wendel) 46:03 Min.

W45: Susan Pierson(-) 42:28 Min.

W50: Heike Schwindt(Run4Fun Bübingen) 44:23 Min.

W55: Marlene Rothenbusch(LLG Wustweiler) 43:05 Min.

W60: Gertrud Klein(Mittelpunktläufer SV Habach) 53:06 Min.

W75: Jutta Feller(LTF Marpingen) 1:41:00 Std.

Alles in allem ein rundum gelungener Ostermontag!

Geschrieben von Dieter Schneider-Holbach

Heiligenwald, 21. April - o.k., Ostern ist schon ein etwas ungewöhnlicher Termin, um einen Volkslauf zu veranstalten. Aber warum nicht, Kirchgängern steht der Sonntag zur Verfügung und an Ostermontag sind schon ganz andere Leute sogar bis nach Emmaus gewandert. Und immerhin gilt es auch, möglichst schnell damit anzufangen, die klassischen Osteründen wieder vergessen zu machen. Denn mit 42 Kalorien pro Stück ist man bei den frechen bunten Dingen zu Ostern schon dabei – und das sind bloß die Kleinen aus Alpenmilch in den vielen bunten Farben. Und dann gibt's noch die 194 Kalorienbomber in Form des Milka-Löffel-Ei Milchcrème als anderes Extrem. Bei Milka sind die Eier übrigens durchschnittlich etwas

kleiner als bei Lindt. Sie liefern so pro Stück auch weniger Kalorien. Allerdings hat man auch weniger im Mund und greift darum wahrscheinlich häufiger zu.



Oh, sorry, worum geht es noch: ach ja, der „3. Osterlauf Saarland“ stand am vergangenen Montag auf dem Programm. Wobei: „3. Osterlauf“ ist etwas irreführend, denn eigentlich ist es der Dritte nach „neuer Zeitrechnung“. Es gab schon einmal einen Osterlauf am Itzenplitzer Weiher. Er wurde bis 1990 sechs Mal ausgetragen. Danach hat der Veranstalter den Lauf ins benachbarte Merchweiler verlegt und eine Art „Citylauf“ daraus gemacht. Aber auch damit war es dann rasch zu Ende. Letzter Sieger des alten „Osterlaufes“ am Weiher war in 33:48 min damals der in der AK M30 laufende Uwe Hartmann (LC Warndt) - immer noch einer der schnellsten Saarländer seiner heutigen AK M55 auf der Straße.

Dreh- und Angelpunkt der Veranstaltung ist der Itzenplitzer Weiher. Er liegt mitten im Heiligenwalder Naherholungsgebiet „Itzenplitz“, dessen Name wiederum der Grube Itzenplitz zu verdanken ist. Der Weiher entstand Mitte des 19. Jahrhunderts durch die Verbindung zweier Gruben mittels einer Zweigbahn, für die ein Damm angelegt wurde, welcher als Trasse für die Bahn diente. Dem Kallenbach und dem Schmiedelbach war dieser „im Weg“, sodass der Damm Wasser aufstaute, das als Speisewasser für die Dampfkesselanlagen beider Gruben genutzt wurde. Eigentlich war es etwas komplizierter, aber am Ende kam eben ein Weiher heraus, der ab den 30er Jahren auch als Badesee genutzt wurde. Heute ist das Baden und Bootfahren verboten, die idyllische Weiheranlage ist aber Anziehungspunkt für viele Spaziergänger, Angler und Naturverbundene ... ach ja, und seit 2012 auch für Läufer.

Bemerkenswert vor allem ist auch, dass der „Osterlauf Saarland“ neben den hierzulande bekannten Läufen der Feller-Familie am Bärenfels der Einzige von über 80 Volksläufen im Saarland ist, der quasi „von privat“ initiiert und ausgerichtet wird. Jenny und Thorsten Mayer – selbst begeisterte Viel-Läufer - haben dabei die halbe Familie mit eingespannt. „Aber natürlich geht gar nichts ohne die Fribi Fun Runners, für deren Farben wir gerne laufen“ erzählt mir Thorsten. „Unser Verein ist nicht nur die Eintrittskarte zur SLB-Genehmigung als „offizieller Volkslauf“, sondern unsere Leute helfen auch tatkräftig mit, ohne sie ginge das gar nicht“. Wobei das mit der Genehmigung schon eine spaßige Sache ist. Denn eigentlich genehmigt Thorsten sich seinen Lauf selbst. Seit 2013 ist er nämlich auch so ganz nebenbei Referent für Straßen-, Volks- und Crosslauf beim Saarländischen Leichtathletikbund und bringt seither dort viele neue Ideen ein. Sympathisch: für Thorsten und Jenny - 2013 auch

Herausgeber eines kleinen, aber feinen Laufbüchleins, in dem es um die Vorstellung einer Laufroute in mehreren Etappen um das volkslaufverwöhnte Saarland herum geht - steht die Sache selbst im Mittelpunkt: Einnahmeüberschüsse aus der Veranstaltung werden stets wieder in den Lauf des kommenden Jahres gesteckt oder kommen kleineren sozialen Zwecken im Ort zu Gute – so z. B. dem Förderverein Itzenplitz. Er pflegt die Industriebinterlassenschaften im saarländischen Bergbauort Heiligenwald. Und so kann dann auch der Osterhase einfach nichts gegen einen solchen Lauf am Feiertag haben!

Das Programm des Tages ist schnell aufgelistet, der erste Lauf ist auch der Letzte. Am Ende des Starterfeldes dürfen sich seit letztem Jahr aber noch die Walker einreihen, für die es eine eigene Wertung gibt. Noch (?) gibt es keinen Bambini- oder Schülerlauf, es geht also ohne Umschweife gleich zur Sache. Und noch (dazu später mehr) meiden „große Zugpferde“ den Osterlauf bisher. Liegt vielleicht auch an der krummen, vermeintlich „nichtssagenden“ km-Zahl von 8,25 und dem Wesen des Laufes als profilierter Waldlauf, der zu allem Überfluss auch noch fast 120 Höhenmeter aufweist. Nichts ist es dort also mit einer Jagd auf eine „PB“ oder ähnlichen, vom Ehrgeiz getriebenen Unternehmungen. Auch nichts mit viel Schnickschnack. So ist in der Ausschreibung zum Thema Zeitmessung nur kurz und knapp zu lesen: „Zeitmessung - Individualzeitmessung bei Zieleinlauf. Keine Zeitmess-Chips nötig“. Basta!

Also schlichtweg laufen, o.k.- schnell laufen ist auch erlaubt und dann am besten noch gewinnen. „Wir setzen aber generell auf das Thema „Naherholungsgebiet“ und „Laufen im Grünen“ und möchten der breiten Masse einen schönen Lauf-Ostermontagsmorgen bieten“ erklärt Thorsten Mayer zur eigenen Veranstaltungsphilosophie. Da tut es auch nicht sonderlich weh, dass der Veranstalter das Feld kurzerhand auf 350 Läufer limitiert hat, weil man die Wegeführung rund um den Weiher für ein größeres Feld als zu schmal befindet. Quote muss nicht sein, die familiäre Atmosphäre der Editionen 2012 und 2013 soll unbedingt erhalten bleiben. Kann man so sehen, wenn ich selbst da auch nicht ganz folgen kann: der Leinpfad in Saarbrücken beispielsweise bietet bei den vielen dort stattfindenden Läufen innerhalb eines Jahres auch nicht gerade optimale Startbedingungen für größere Felder. Ich selbst fand es jedenfalls nicht allzu eng rund um den Weiher. Aber wie immer alles Geschmacksache. So kam es jedenfalls, wie es kommen musste: Das Teilnehmerlimit war schon eine Woche vor dem Lauf erreicht und das Meldeportal wurde geschlossen. „Irgendwas um die 450 wären es bestimmt geworden, ich habe die Absagen, die wir machen mussten, nicht gezählt“ bekomme ich auf Anfrage von Thorsten Mayer erzählt. Schade für diejenigen, die die Deadline traf. In jedem Fall aber zumindest bemerkenswert die Entwicklung, denn 2012 waren 150 Gäste am Itzenplitzer Weiher, 2013 dann 252 ... und 2014 jetzt nach Voranmeldeschluss ein grandioses „Full House“!

Ein Blick vor dem Lauf auf die Starterliste ließ als Favoriten übliche Verdächtige vermuten: Bei den Männern sicherlich allen voran Berglauf- und Trail-Spezialist Martin Schedler sowie Ramon Bernardon und Sascha Anton, vielleicht noch Tobias Linn, Dirk Salm, Bengt Leibrock und Stefan Harig. Bei den Frauen lag die Vermutung nahe, dass Cathleen Goll, Tanja Wilhelm und Sabine Busch erste Geigen im Laufkonzert spielen würden. Und dann zog Thorsten Mayer noch „kurz vor Knapp“ einen weiteren echten Ass aus dem Ärmel: Florian Neuschwander, in Trier lebender „Exil-Saarländer“ verspürte Lust auf einen Heimatlauf, bevor er seine nächsten größeren Wettkämpfe angehen wird. Dies sollen sein: der Ultramarathon des Transvulcania am 10/11. Mai auf La Palma und der Marathon du MontBlanc im Juni. Da boten sich natürlich Ostern und die Verbindung mit einem Feiertagsbesuch im Elternhaus bei Neunkirchen an. Grünes Licht war aber erst kurz vor Knapp möglich und so gab es den „Last-Minute-Wild-Card-Deal“ trotz Teilnehmerlimit-

Überschreitung mit dem Ultratrail-Vizeweltmeister 2013. Damit waren mit ihm und Schedler gleich 2 WM-Medaillengewinner in einem Volkslauf am Start – ich glaube, das gab es im Saarland wohl noch nie?

Schon vor dem Startschuss war aber klar, dass es nicht zu einem wirklichen Kräfteressen der Beiden kommen würde. Denn Schedler kehrte erst am Tag vor dem Osterlauf von einem einwöchigen Trainingslager in Kroatien auf der Insel Krk zurück. Neben mehr als 200 km mit rund 11.000 Höhenmetern in den Beinen brachte er auch eine Bronchitis mit nach Hause. Und so zog er es nach dem Rückreisestress von vorneherein vor, seine Freundin Manon Mathis (W30, Lauftreff TV Ottweiler), die später sogar erstmals in ihrem Läuferleben als Dritte ihrer Altersklasse einen Podiumsplatz erlaufen sollte, über die 8,25 km zu begleiten. Der Ausflug nach Heiligenwald war für ihn also eher als sicher verdiente und durchaus vernünftige Regenerationseinheit einzustufen.

Dass der Osterlauf in Heiligenwald bereits nach zwei Auflagen über die saarländischen Landesgrenzen hinweg Interessenten findet, zeigen Meldungen aus Kreuzlingen in der Schweiz, Holzkirchen und Penzberg bei München, Höchststadt bei Nürnberg und aus Leonberg. Und der Wettergott? Er spielt bereits seit Wochen im Saarland mit – ja er läuft in diesem Frühjahr zu wahrer Höchstform auf: seit 1 ½ Monaten schon Bilderbuch-Laufwetter, das auch über Ostern hielt. Die Sonne schraubte kaum merklich zurück und nur selten schoben sich ein paar Wölkchen davor. So waren bei am Ende 18° C die „Knapp-über-Null-Temperaturen“ des 2. Osterlaufes schnell vergessen – 2013 war Ostern aber auch ein gutes Stück früher im Jahr.

Start ist direkt am See auf dem Werner-Altmeyer-Platz, der mit kleinen Verkaufsbuden ausgestattet ist. Wäre nicht Ostern, könnte man sich genauso gut auf einem kleinen Weihnachtsmarkt wähnen. Liebevoll dekoriert ist die Zielgerade mit einem Saum aus Laufschuhen, die die „Dame des Osterlaufes“, Jenny Mayer und ihr Team samt Familie zu Vasen für Ostersträußchen umfunktioniert haben. Neben den Buden noch drei Zelte für alle „Wetter-Fälle“, ein Bierpavillon und los kann‘ s gehen.

2013 durfte ich schon einmal zu Gast sein und auch diesmal war wieder so, dass man hinten im Feld stehend gar nicht so richtig mitbekommt, dass es endlich los geht. Ist aber auch kein Beinbruch. Und wo und wie geht‘ s dann entlang? Nach dem Start flach und zum Eingewöhnen eine halbe Runde um den Weiher, dann beginnt der „eigentliche Spaß“, der sich zu 95% auf gut befestigten Waldwegen mit abspielt. Die Weiherpromenade gabelt sich, es geht links ab und aufwärts in den Wald. Dies tendenziell ausschließlich, wenn auch mit kleineren Wellen im Profil. Das Ganze bis ungefähr zu etwas mehr als der Hälfte der Distanz. Da sich das Ziel wieder unten am Weiher befindet, ergibt sich der Rest, der zwangsläufig auch beim Laufen leichter fällt, ganz von selbst. Etwas gemein: wähnt man sich schon wieder im Ziel am Ausgangspunkt, wird man noch einmal komplett rund um den Weiher geschickt – sicher bloß des Genusses der schönen Aussicht zur Liebe.

„Meister des Genusses“ war am Ende - man muss fast schon „natürlich“ sagen - Florian Neuschwander (M30, Trierer Stadtlauf e.V.). Von Anfang an war die Spitze eine One-Man-Show, die schon recht früh zu Ende war: 26:46 min bedeuteten am Ende nicht nun über drei Minuten Vorsprung vor dem Zweitplatzierten Ramon Bernardon (M35, TuS 06 Heltersberg) sondern auch einen pulverisierten Streckenrekord, der bis dato noch bei über einer halben Stunde (30:12 min) lag. Auch der Dritte, Tobias Linn (MHK, LLG Wustweiler, 29:53 min) hätte diesen sogar noch unterboten – vorne war es also eine ganz starke Vorstellung in diesem Jahr.

Die gab auch die Siegerin in der Damenwertung, Cathleen Goll (W35, Grojos LTF Elversberg) ab, wenn sie auch mit ihren 36:29 min die bis dato schnellste Zeit im „Heiligenwalder Osterwald“ von Andrea Karl aus dem Jahr der Erstveranstaltung 2012 um 17 Sek. verfehlte. Susan Pierson (ohne Verein, W45, 42:28 min) lag dann schon über der 40 Minuten-Grenze. Den Kampf um Rang 3 entschied dann Celine Rothenbusch (LLG Wustweiler, W20) mit 42:51 min für sich, 1 Minute später folgten Sita Fuchs (LAG Saarbrücken, W20) und Marlene Rothenbusch (LLG Wustweiler, W55) im 6 Sekunden-Abstand.

Mit dem traditionell größten Läuferkontingent – ich erlaube mir einmal nach 3 Jahren von „Tradition“ zu sprechen - waren die Grojos LTF Elversberg zu Gast. Aus dem Läuferportfolio des Elversberger Teams entstammte dann auch das Siegerteam in dieser Wertung. Die erste Garnitur in der Besetzung Anton – Salm – Harig belegte die Gesamtplätze 4, 6 und 7. Eine gesonderte Wertung für die Teilnehmer/innen aus der eigenen Gemeinde gibt es auch. Sie ist Ansporn und Fun-Faktor für Ortsansässige zugleich, die vielleicht auch „nur“ hin und wieder laufen. Die Wertung entschieden „die Gastspieler“ Roland Küster – Alexander Wolfanger und Julian Marx (Ges.-Plätze 47, 71 und 120) für sich. Und wer sich dann noch als „echter Osterläufer“ outet, bekommt zur Belohnung im Rahmen der Siegerehrung für die originellste Osterlaufkostümierung selbstgebackene Osterlämmer mit nach Hause.

Für das Rennen weniger ambitioniert angehende Osterläufer war neben der tollen Strecke an sich garantiert auch Verpflegungsstelle Nr. 2 auf der Strecke ein Highlight: 6 Flaschen Crémant waren deutlich zu wenig, v. a. wenn sich eine geschlossene, rund 15 Mann und Frau starke Truppe wie die Mittelpunktläufer aus Habach heuschreckenschwarmartig über den V-Punkt hermacht und sich anschickt, sich dort mit Unterstützung einiger „Heggstorzer“ gesellig einzunisten. „Motiv par Excellence“ war diese Szene natürlich auch für Hansmartin Schweizer, der wieder fleißig hunderte Bilder von der Strecke machte, die er der Läuferchaft immer rasch nach dem Lauf im Netz (www.1000-fotos.de) zur Verfügung stellt und auch gerne für eine kleine, freiwillige Spende zugunsten eines von ihm unterstützten karitativen Zweckes in Top-Auflösung persönlich zukommen lässt. Zurück zum „Zaubertrank“: „Mindestens das Doppelte hätten wir heute ausschenken können“, hörte man später vom Verpflegungspersonal.

Die „Merchweiler Seelöwen“, die bisher immer beim Osterlauf dabei waren, alljährlich zum Jahreswechsel in die Fluten des Itzenplitzer Weihers springen und dies auch 2013 und 2012 nach dem Osterlauf taten, durfte ich nicht mehr erleben. Ob sich dieses Schauspiel wiederholte, ist mir nicht überliefert. „Hierzu ist aber auch jeder andere herzlich eingeladen“ erzählt mir Thorsten Mayer noch und schmunzelt. Ich lehne dankend ab und entscheide mich lieber für einen zweiten Wettkampf an diesem Ostermontag: die Kalorienrallye - zuerst am Kuchenzelt des Itzenplitzer Weihers und dann zu Hause bei der Familie



