

Bestzeiten auf dem Weg nach München

Schutterwälder Laufgruppe absolvierte beim Halbmarathon in Freiburg erfolgreich die erste große Zwischenetappe

VON MICHAELA QUARTI

Ein Sektfrühstück bei wenig über null Grad morgens um Viertel vor acht, dazu im Waldstadion Schutterwald – da muss der Anlass ein besonderer sein. In dem Fall war es auch so: 20 Mitglieder der Laufgruppe des LFV Schutterwald/Teamwerk feierten ihr erstes großes Etappenziel auf dem Weg zum Marathon in München (8. Oktober): Alle 20 sind am vergangenen Sonntag »Finisher« beim Halbmarathon in Freiburg gewesen.

Im Oktober war's, als sich diese ganz spezielle Laufgruppe formierte (wir berichteten). So wie im Fernsehprojekt »Von null auf 42« hatte auch Teamwerk-Geschäftsführer Andreas Ritter die Idee, in einem Jahr marathonfit zu werden. Flugs scharte er ein paar Mitarbeiter um sich, engagierte im ehemals erfolgreichen Orientierungsläufer und Physiotherapeuten Alexander Hoferer einen Coach, schloss sich dem LFV Schutterwald an und geboren war eine Laufgruppe, die nun seit fünf Monaten bei der Stange ist.

»Ich bin positiv überrascht, wie sich das Ganze entwickelt hat«, freut sich Alexander Hoferer. In Freiburg, anerkanntermaßen eine schwierige Strecke, feierten die einen ein gelungenes Halbmarathon-Debüt, die anderen neue Bestzeiten. »Letztes Jahr bin ich den Freiburg-Marathon noch alleine gelaufen, diesmal in der Gruppe. Und ich war viel schneller«, freut sich Christine Hansmann und lobt: »Wir waren bestens vorbereitet.« Mit Teamwerk zum Ziel, denn, so Hansmann: »Man kommt zum Lauf und hat in der Gruppe seinen Spaß. Da muss man sich nicht mal überwinden.«

Dass es in der Gruppe einfacher geht, hat auch Achim Richter festgestellt. Zwei Jahre plagte sich der engagierte Hobbyläufer mit einer Sprunggelenk-

verletzung, fand alleine nicht mehr den Anschluss und stieß dann im Herbst zu den potenziellen »Marathonis«. »Ohne die Gruppe hätte ich das nicht mehr geschafft. Sie wirkte motivierend«, gibt Richter zu.

Ähnliche Erfahrungen machte Michaela Senderek, zuvor im Grunde Einzelkämpferin. »Ich bin immer im gleichen Trott gerannt.« Mit 63 Minuten über zehn Kilometer hat sie im Herbst angefangen, mittlerweile ist sie schon bei 51 Minuten. Den Halbmarathon lief sie in 1:56 Stunden. »Unser Shooting Star«, lacht Alexander Hoferer.

20 Personen umfasst die Laufgruppe derzeit, nur vier sind abgesprungen. Zwei mussten verletzungsbedingt kapitulieren, zwei andere aus beruflichen Gründen. Die Laufgruppe trainiert nach wie vor zweimal

in der Woche gemeinsam unter jeweils individueller Anleitung von Alexander Hoferer, dazu kommt am Wochenende ein privater Ausdauerlauf. Der wird zwischenzeitlich aber auch nicht mehr alleine absolviert. »Es haben sich leistungsmäßig Gruppen gefunden«, erklärt Hoferer. Denn besser ist es allemal, sein eigenes Tempo zu finden und nicht auf die Zeiten der anderen zu schielen.

Nach der Zwischenetappe Freiburg richtet sich nun der Blick auf München: Dort wollen die Schutterwälder am 8. Oktober den Marathon beenden. Zumindest organisatorisch ist alles klar. Die Zimmer sind gebucht, jetzt muss nur noch die Form stimmen. Aber dazu sind noch sechs Monate Zeit und bis dahin kann auch der Sekt wieder kühlen.

■ LFV Schutterwald/Teamwerk (Halbmarathon)

Männer: 163. Alexander Hoferer 1:25:46 Stunden (AK 29.); 3375. Hans-Dieter Hoferer 1:57:24 (AK 513.); 3382. Joachim Strübel 1:57:26 (AK 3382.); 3509. Hans-Jörg Sachse 1:58:26 (AK 3509.); 4287. Stephan Heuberger 2:06:00 (AK 790.), 4741. Achim Richter 2:11:51 (AK 95.), 4872. Andreas Ritter 2:14:05 (AK 4872.), 4912. Wolfgang Halter 2:14:45 (AK 753.).

Frauen: 145. Sylvia Kromer 1:45:00 Stunden (AK 34.); 207. Bettina Volk 1:47:50 (AK 49.); 523. Michaela Senderek 1:56:30 (AK 77.); 654. Karro Burer 1:58:38 (AK 124.); 683. Susi Kuhn 1:59:02 (AK 683.); 737. Christine Hansmann 1:59:46 (AK 737.); 774. Gabriele Herr 2:00:31 (AK 56.); 862. Hanni Mannefeld 2:02:25 (AK 64.); 1174. Andrea Dürrenfeld 2:06:47 (AK 197.); 1215. Pia Hilberer 2:07:13 (AK 97.); 1727 Astrid Vetter-Brüderle 2:15:52 (AK 143.); 1755. Sabine Gabel 2:16:25 (AK 348.).

■ LFV Schutterwald (Halbmarathon): 68. Daniela Dreher 1:39:54 Stunden (AK 20.); 1350. Adam Loch 1:42:41 (9969.); 2021. Christian Beathalter 1:48:04 (194.).

■ LFV Schutterwald (Marathon): Victor Käshammer 3:27:26 Stunden; Raimund Obst 3:44:40; Markus Schwarz 3:14:42.



Die Schutterwälder Laufgruppe, die sich von »null auf 42« auf den München-Marathon vorbereitet, hat mittlerweile schon Sponsoren gefunden.

OT 06.04.2006