

»Der Schmerz geht, der Stolz bleibt«

14 Teilnehmer der Schutterwälder Laufgruppe beendeten gemeinsam den Marathon in München

»Im Team ans Ziel – mit Teamwerk zum Marathon.« Unter diesem Motto bereitete sich genau 365 Tage lang eine Laufgruppe in Schutterwald auf den München-Marathon vor. Vergangenen Sonntag schlug nun die große Stunde: Alle 14 erreichten das Ziel.

VON MICHAELA QUARTI

Schutterwald. Es war ein Versuch – ein sehr erfolgreicher. Genau am 8. Oktober des vergangenen Jahres trafen sich 15 Frauen und Männer in Schutterwald, um sich ein Jahr lang unter professioneller Anleitung auf den München-Marathon vorzubereiten: »Von Null auf 42« – wie in der Kult-Dokumentation aufgezeichnet. Teamwerk-Geschäftsführer Andreas Ritter, der seine München-Ambitionen später wegen einer Knieverletzung begraben musste, hatte in Alexander Hoferer einen Personal-Trainer engagiert und sich mit der Gruppe dem LFV Schutterwald angeschlossen. Jetzt wurde Bilanz gezogen. »Ich bin begeistert. Die, die bis zum Schluss dabei waren, haben meine Pläne zur vollsten Zufriedenheit ausgeführt«, freut sich Hoferer.

Auch für den Ohlsbacher war das Projekt Neuland. Doch als Physiotherapeut, diplomierter Fitnessökonom, staatlich geprüfter Übungsleiter und Ernährungstrainer war er quasi prädestiniert für den Job. Hoferer ging akribisch vor, testete Körperfett, Blutdruck oder Laktatwerte und schrieb jedem einzelnen einen Trainingsplan auf den Leib. Zweimal die Woche wurde gemeinsam gelaufen, ansonsten musste jeder seine »Hausaufgaben« machen.

»Es war für jeden von uns das optimale Training, auch wenn es oft schwer fiel, morgens um 6.00 Uhr aufzustehen, bei minus 14 Grad oder auch in einer tropischen Schwüle am Abend zu laufen«, so Astrid Vetter-Brüderle, die zugab: »Viele hatten im Laufe des Jahres größere und kleinere Probleme,



Erschöpft und glücklich mit ihren Medaillen: Die Teilnehmer der Laufgruppe mit ihrem Trainer Alexander Hoferer (kniend).

doch Alex hatte immer ein gutes Mittel oder einen guten Rat für uns.«

15 Teilnehmer hatte das Projekt zum Start, nach einem Zeitungsbericht im OFFENBURGER TAGEBLATT war die Nachfrage so groß, dass sogar bei 25 Mitgliedern ein Aufnahmestopp erfolgte.

25 am Anfang dabei

Den ersten Schnitt gab's mit dem Halbmarathon in Freiburg am 2. April: Von den 25 waren noch 21 dabei, für München blieben dann noch 16 übrig, wobei zwei nicht starten konnten: Achim Richter war als Organisator des Herbstlaufes in Schutterwald gefordert, Stephan Heuberger war krank. Beide wollen nun aber am letzten Oktober-Sonntag in Frankfurt »ihren« Marathon nachholen. Denn von den 54 München-»Finisshern« war es für elf der erste Lauf über die legendären 42,195 Kilometer.

Die äußeren Bedingungen in München waren bestens, die Gruppe aus Schutterwald hatte ihre eigenen Fans mit Kuhglocken dabei, und Alexander

Hoferer war mit einem Megaphon ausgerüstet. Bei Kilometer eins, zehn und 28 stand er und brüllte, »was das Zeug hielt«.

»Der Schmerz geht – der Stolz bleibt« – dieses Motto hatte sich die Gruppe in München zu eigen gemacht. Erfolgreichste war die 36-jährige Silvia Kromar, die ihren allerersten Marathon in sensationellen 3:38:31 Stunden gelaufen ist. Im wahrsten Sinne des Worte durchbeißen musste sich Andrea Dürrenfeld, die sich, super vorbereitet und toll in der Zeit, bei Kilometer 20 eine Zerrung zugezogen hatte. »Sie hat richtig gekämpft. Profis wären da ausgestiegen«, lobte Alexander Hoferer. »Der Gruppe zuliebe hab' ich es durchgezogen«, sah Andrea Dürrenfeld im Ziel, das sie nach 5:02:07 Stunden erreichte, auch in der Gruppendynamik ein Erfolgsgeheimnis.

Das Ziel war übrigens im Olympiastadion in München, das an diesem Sonntag der Olymp der Schutterwälder Gruppe war. »Man kann dieses Gefühl nicht in Worte fassen, wenn man in den nebelverhan-

genen Tunnel einläuft, dann auf die Bahn kommt und weiß, dass es jetzt nur noch 300 Meter zum Ziel sind«, sagte Astrid Vetter-Brüderle stellvertretende für ihre Laufkollegen.

Mit dem Marathon in München, an dem rund 10000 Läufer und Läuferinnen starteten, endete nun auch das Engagement von Alexander Hoferer beim LFV Schutterwald/Teamwerk. Die Gruppe wird sich künftig selbst organisieren, und der Ohlsbacher denkt schon über eine neues Projekt nach: »Wieder irgendwas mit Marathon.«

Ergebnisse

Frauen:

240. Silvia Kromar 3:38:31 (55. Altersklasse)
400. Bettina Volk 3:51:38 (48. AK)
796. Karoline Burer 4:15:02 (180. AK)
840. Christina Hansmann 4:18:06 (132. AK)
850. Susi Kuhn 4:18:51 (182. AK)
857. Hanni Mannefeld 4:19:00 (70. AK)
1035. Gabi Herr 4:32:13 (86. AK)
1207. Michaela Senderek 4:52:49 (193. AK)
1278. Andrea Dürrenfeld 5:02:07 (206. AK)
1280. Astrid Vetter-Brüderle 5:02:18 (111. AK)

1282. Sabine Gabel 5:02:48 (292. AK)

Männer:

3460. Hans-Dieter Hoferichter 3:57:18 (618. AK)
4482. Hans-Jörg Sachse 4:17:04 (431. AK)
5456. Wolfgang Halter 4:53:47 (979. AK)