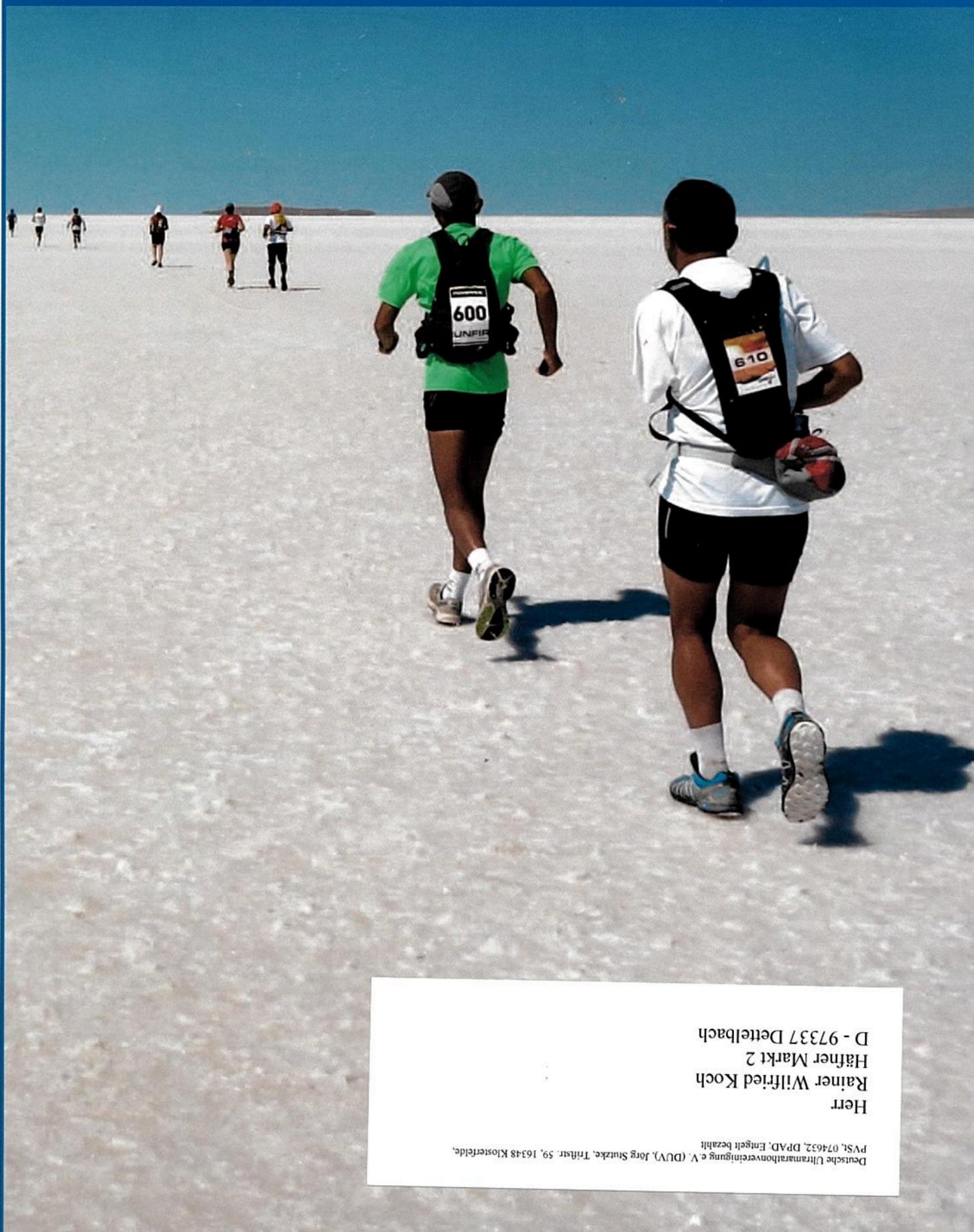


ULTRAMARATHON

Fachzeitschrift und offizielles Organ der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung e. V.

Ausgabe 4/2013



Deutsche Ultramarathonvereinigung e.V. (DUV), Jörg Stutzke, Triftstr. 59, 16348 Klosterfelde,
PVSt. 074652, DPAD, Entgelt bezahlt

Herr
Rainer Wilfried Koch
Häfner Markt 2
D - 97337 Dettelbach

50 KM-DM DER DUV

Bottroper Herbstwaldlauf



Der zweitplatzierte Mirko Berner (Jahrgang 1994)

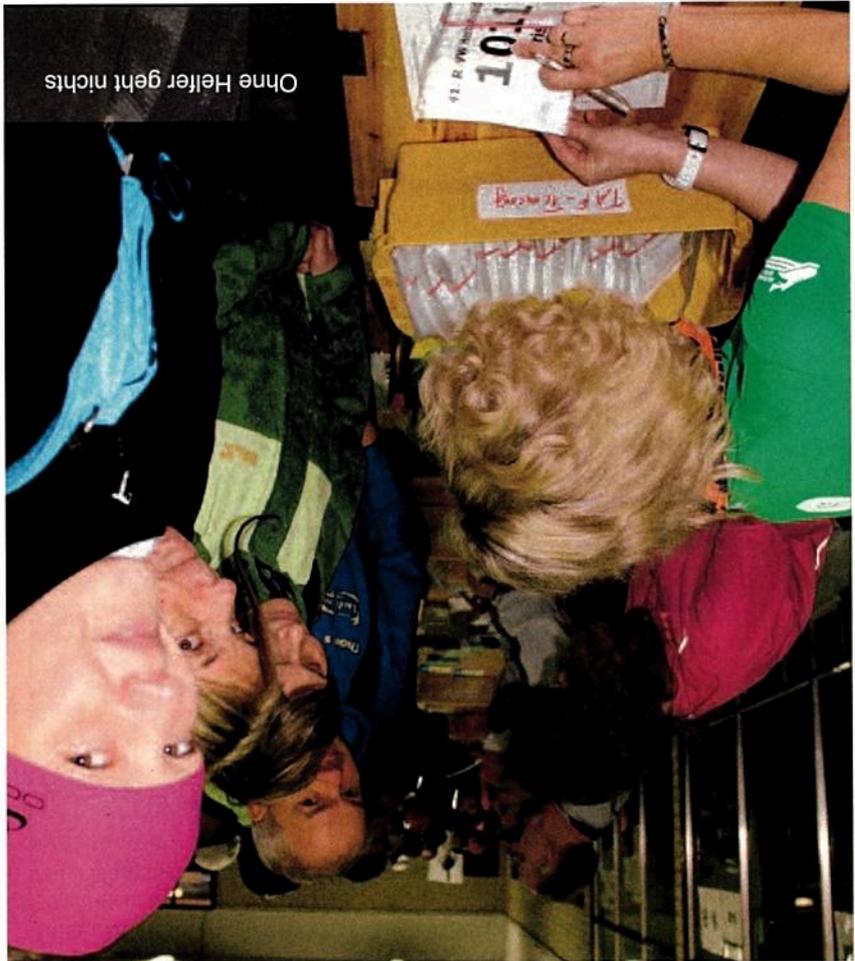
Rekordteilnehmerfeld beim Bottroper 50er, mit weit über 400 Startern und 386 Finishern wurde es für die meisten Ultras auf der langen 25-km-Runde auch beim 2. Durchlauf nie so richtig einsam. Zum gefühlten Saisonabschluss wurden nochmals gute bis sehr gute Leistungen geboten, auch wenn nicht alle spontan mit ihrem Abschneiden 100%ig zufrieden waren.

Mit seinem einmaligen Ambiente zieht der Bottroper Herbstwaldlauf nun schon Jahr für Jahr immer mehr Läufer auf das Start-/Ziel-Gelände der Zeche Prosper Haniel, vor allem natürlich auf den kürzeren Distanzen von 6,8, 10 und 25

km. Insgesamt brachten die Bottroper fast 2000 Aktive an den Start vor dem Förderturm. Für mich ist eine Teilnahme in Bottrop immer eine Rückkehr in die alte Heimat Ruhrpott, und beim traditionellen „Glück auf, Glück auf, der Steiger kommt“, von der Grubenwehrkapelle jeweils zum Start der verschiedenen Läufe gespielt, erinnere ich mich an meinen ersten Berufswunsch: Kapellmeister bei der Bergwerkskapelle von Ewald-Fortsetzung, ca. 30km östlich von Bottrop. Außerdem schätze ich die herzliche direkte Kommunikation im Pott - z.B. dieses Jahr eine Spaziergängerin auf dem Streckenabschnitt um den Heidhofsee,

angesichts der mit Matschspritzern bedeckten Aktiven: „Wehe, wennze mitti dreckigen Klamotten bei de Mamma nach Hause kommz!“ Genug der Nostalgie – die DUV-DM brachte am 10. November 2013 jede Menge neuer Gesichter und frischen Wind in die Ultraszene. Apropos Wind: Die Wetterbedingungen waren aus meiner Sicht nicht schlecht, die fast durchgängig im Wald verlaufende Strecke war nur an wenigen Stellen exponiert und der November-Wind hatte gnädig ein paar Stärken zurückgenommen. Die erste der zwei 25 km-Schleifen musste noch weitgehend bei Regen absolviert werden, zum Zieleinlauf aber strahlte

lich von Carina absetzen konnte. Pamela krönte ihre sehr erfolgreiche Laufsaison 2013 mit ihrem 2. Meistertitel nach den 100 km von Kienbaum und Silber bei der Ultratrail-DM. Mit Carina Schipp hat sich eine Ultrarunnerin mit einer 2:51-Marathon-PB gleich im ersten Rennen eine Vizemeisterschaft geholt. Und das, obwohl ihr die letzten 8 km, wie sie mir unmittelbar nach Zieleinlauf gestanden hat, doch viel mehr Mühe als gedacht bereitet haben. Pamela Veith in 3:40:09 mit neuer PB und Verbesserung ihrer eigenen deutschen Jahresbestleistung, Carina Schipp mit 3:46:17 (natürlich PB) und Gabi Kenkenberg 3:48:18 (wieder PB nach ihrem ITC-Sieg in Winschoten) sorgten für die beste Leistung im Frauenfeld einer 50-km-DUV-DM seit 2001. Und alle 3 sind mit ihren Bottroper Ergebnissen auch die Top 3 in der deutschen Bestenliste. Außerdem sicherte sich Pamela vor Gabi den Sieg im DUV-6-Stunden-Cup. Die Männer stellen mit ihren Bottroper Ergebnissen die bisherige Bestenliste auf den Kopf – mit Ausnahme von Platz 1, den unser Ultratrail-Vizeweltmeister Florian Neuschwander mit seinen auf der sulzigen Schneepiste von Rodgau gelaufenen 3:08:48 seit Jahresbeginn innehat. Aber in Bottrop ging es ja in erster Linie um Titel und Medaillen. Gegen Ende nicht ganz problemfrei, aber in immer noch hervorragenden 3:09:17, gewann Lars Rößler gleich in seinem ersten Ultra souverän den 50-km-DUV-DM-Titel. Unmittelbar nach dem Rennen konnte er sich nicht vorstellen, es im nächsten Jahr mal auf den 100 km zu versuchen, aber ein Hoffnungsträger auch für diese Distanz ist er allemal. Gleiches gilt für den Zweiten Mirco Berner, der erst auf den letzten 200 m an Adam Zahoran vorbei lief und in seinem ebenfalls ersten Ultra das Kunststück fertigbrachte, zwei gleich schnelle Hälften zu laufen (1:38:49 plus 1:38:29)! Und der Gute ist Jahrgang 1994 ... Ingesamt 7 Resultate aus Bottrop ste-



Ohne Helfer geht nichts

dichter: Wouter Decock aus Belgien, Vinodkumar Shrinivas (LLC Marathon Regensburg), Mirco Berner (TV Jahn Kempten), Moritz Kufferath (TV Reirath), Jan-Hendrik Hans (TSV Kroldorf-Gleiberg), Florian Böhme (Sparda Team Rechenberghausen) und Dirk Kikus (LG Nord Berlin Ultrateam) als erste größere Verfolgergruppe gingen innerhalb von 50 sec. in die zweite Runde. Mit Pamela Veith (TSV Kusterdingen) war bei den Frauen die deutsche Jahresbeste über 50 km und amtierende Deutsche 100-km-Meisterin bei der Hälfte mit 1:49:09 knapp vorn. Wegen eines kurzen Pitsstopps musste sie auf der ersten Runde sowohl Gabi Kenkenberg (LC Olympia Wiesbaden) als auch Carina Schipp (LAZ Leipzig) wieder einholen. Carina war bei Halbzeit nur 100 m hinter Pamela, Gabi folgte mit rund einem halben Kilometer Abstand. Die Entscheidung bei den Frauen fiel auf den letzten 10 km, wo sich Pamela noch deut-

lich von Carina absetzen konnte. Pamela krönte ihre sehr erfolgreiche Laufsaison 2013 mit ihrem 2. Meistertitel nach den 100 km von Kienbaum und Silber bei der Ultratrail-DM. Mit Carina Schipp hat sich eine Ultrarunnerin mit einer 2:51-Marathon-PB gleich im ersten Rennen eine Vizemeisterschaft geholt. Und das, obwohl ihr die letzten 8 km, wie sie mir unmittelbar nach Zieleinlauf gestanden hat, doch viel mehr Mühe als gedacht bereitet haben. Pamela Veith in 3:40:09 mit neuer PB und Verbesserung ihrer eigenen deutschen Jahresbestleistung, Carina Schipp mit 3:46:17 (natürlich PB) und Gabi Kenkenberg 3:48:18 (wieder PB nach ihrem ITC-Sieg in Winschoten) sorgten für die beste Leistung im Frauenfeld einer 50-km-DUV-DM seit 2001. Und alle 3 sind mit ihren Bottroper Ergebnissen auch die Top 3 in der deutschen Bestenliste. Außerdem sicherte sich Pamela vor Gabi den Sieg im DUV-6-Stunden-Cup. Die Männer stellen mit ihren Bottroper Ergebnissen die bisherige Bestenliste auf den Kopf – mit Ausnahme von Platz 1, den unser Ultratrail-Vizeweltmeister Florian Neuschwander mit seinen auf der sulzigen Schneepiste von Rodgau gelaufenen 3:08:48 seit Jahresbeginn innehat. Aber in Bottrop ging es ja in erster Linie um Titel und Medaillen. Gegen Ende nicht ganz problemfrei, aber in immer noch hervorragenden 3:09:17, gewann Lars Rößler gleich in seinem ersten Ultra souverän den 50-km-DUV-DM-Titel. Unmittelbar nach dem Rennen konnte er sich nicht vorstellen, es im nächsten Jahr mal auf den 100 km zu versuchen, aber ein Hoffnungsträger auch für diese Distanz ist er allemal. Gleiches gilt für den Zweiten Mirco Berner, der erst auf den letzten 200 m an Adam Zahoran vorbei lief und in seinem ebenfalls ersten Ultra das Kunststück fertigbrachte, zwei gleich schnelle Hälften zu laufen (1:38:49 plus 1:38:29)! Und der Gute ist Jahrgang 1994 ... Ingesamt 7 Resultate aus Bottrop ste-

hen nun in den Top 10 der Jahresbestenliste. Außer den drei Medaillengewinnern schafften das jeweils mit PB Jan-Hendrik Hans, Dirk Kiwus, Moritz Kufferath und Matthias Wilshusen (LC Blueliner), der aus der 2. Verfolgergruppe heraus eine sehr starke 2. Hälfte ablieferte und Florian Böhme (ebenfalls mit PB) kurz vor dem Ziel noch abfangen konnte.

Ralf Preibisch, zwar nicht in der DM-Wertung, rettete mit soliden 3:22:55 einen knappen 5-Minuten-Vorsprung in der DUV-50 km-Cupwertung, die er damit vor Jan-Hendrik Hans und Dirk Kiwus gewann. Schon aus Eigeninteresse darf ich nicht vergessen, dass DMs immer auch interessanten und hochwertigen Sport in den Altersklassen liefern. In Bottrop war das nicht anders. Aus meiner Sicht hervorzuheben: Edgar Morschhäuser als M50-Sieger in 3:26:52 (PB um 2 min. verbessert), Anton Gawlik (Geldern) mit 3:43:02 in der M55 souverän vorn trotz einer ebenfalls prima Leistung von Nico Adam, Paul Kleinmanns (ASC Ulm Neu-Ulm) überlegener Sieg in der M65 in 4:08:48 sowie der erneute Sieg von Norbert Hoffmann in seinem letzten DM-Lauf in der AK 70 mit 4:28:27 – seine Tochter Sigrid Hoffmann (ebenfalls LG Westerwald) steuerte eine weitere Goldmedaille in der W45 als Gesamtvierte in 4:10:46 zum Familienschatz dazu. Mit 4:14:42 gar nicht so weit hinter Sigrid sicherte sich Ullika Schulz (LTC Berlin) den W50-Titel.

Am knappsten ging es an diesem Sonntag im Revier bei der Teamwertung zu: Hier trennten nur 20 Sekündchen das Meisterteam vom TV Jahn Kempten in der Besetzung Mirco Berner, Bernhard Munz und Jörg Schreiber vor den jungen Wilden vom TSV Krofdorf mit Jan-Hendrik Hans, Philipp Müller und Philipp Nickel. Deutlicher fiel der Sieg des Frauenteam vom PSV Triathlon Witten aus: Conny Dauben, Anke Libuda und Marlies Steffen ließen in der Summe ihrer Endzeiten die LC Blueliner-Damen Anke Meinberg (1. W55), Daniela

Die Deutschen Meister 2013 im 50 km-Lauf

50 km-Lauf Bottrop, 10.11.2013

Medaillengewinner Männer und Frauen

					Gesamt-Rang
1	3:09:17	Röbler, Lars	1984	LAZ Leipzig	1
2	3:17:18	Berner, Mirco	1994	TV Jahn Kempten	2
3	3:17:27	Zahoran, Adam	1986	LG Würzburg	3

1	3:40:09	Veith, Pamela	1973	TSV Kusterdingen	25
2	3:46:17	Schipp, Carina	1981	LAZ Leipzig	32
3	3:48:18	Kenkenberg, Gabriele	1970	LC Olympia Wiesbaden	34

Altersklassensieger

					Gesamt-Rang
MJUN	3:17:18	Berner, Mirco	1994	TV Jahn Kempten	2
MHK	3:09:17	Röbler, Lars	1984	LAZ Leipzig	1
M35	3:23:33	Böhme, Florian	1978	Sp.-Team Rechberghsn.	8
M40	3:21:43	Kiwus, Dirk	1973	LG Nord Berlin Ultrateam	5
M45	3:30:13	Schäfer, Jürgen	1967	LUT Aschaffenburg	14
M50	3:26:52	Morschhäuser, Edgar	1960	LAZ Obernburg-Miltenber	11
M55	3:43:02	Gawlik, Arnold	1958	*Geldern	27
M60	4:12:15	Schaffranek, Wolfgang	1953	Spvgg Groß Bülden	71
M65	4:08:48	Kleinmann, Paul	1945	ASC Ulm/Neu-ulm	58
M70	4:28:27	Hoffmann, Norbert	1939	LG Westerwald	124
WHK	3:46:17	Schipp, Carina	1981	LAZ Leipzig	32
W35	4:13:22	Dauben, Conny	1975	PV Triathlon Witten	73
W40	3:40:09	Veith, Pamela	1973	TSV Kusterdingen	25
W45	4:10:46	Hoffmann, Sigrid	1965	LG Westerwald	63
W50	4:14:42	Schulz, Ullika	1962	LTC Berlin	77
W55	4:30:01	Meinberg, Anke	1954	LC Blueliner	129
W65	7:14:00	Bauer, Edda Hanna	1944	DUV	342

Albrecht und Ilka Friedrich um fast eine Dreiviertelstunde hinter sich. Insgesamt 3 Frauen- und 16 Mänerteams fanden sich in der Wertung. Und bei den Senioren 50+ gab es einen klaren Teamerfolg für die LG DUV vor der Spvgg. Groß-Bülden. Während der Siegerehrung reklamierten zwei Teams Platz 3, aber letztlich war dann den LC Blueliner-Senioren die Bronzemedaille gewiss, knapp vor dem 50+ Team der LG Würzburg.

Spätestens hier zeigte sich ein Vorteil der Stundenrennen, nämlich dass alle zur exakt gleichen Zeit das Rennen beenden. Bei den großen Zeitdifferenzen im Zieleinlauf der 50 km in Bottrop wurde die Siegerehrung gestartet, bevor alle Finisher ordnungsgemäß ausgewertet waren. Das führte hier und da zu leichter Verwirrung und Hektik, besonders bei den Mannschaftswertungen. Da müssen noch Verbesserungen her, um ei-

INFOBOX

Veranstaltung	15. Herbstwaldlauf Bottrop
Veranstalter	Adler Langlauf Bottrop
Ort	Bottrop
Webseite	www.adler-langlauf.de
Wettkämpfe	50km; 25km; 10km; 6,8km
Strecke	2 flache Runden a 25km
Finisher	304m; 75w
Sieger	Lars Röbler 03:09:17h Pamela Veith 03:40:09h
Startgeld	25 Euro
Besonderheiten	DUV-Cup 2014
Nächster Termin	02.11.2014

Team in einem internationalen Vergleichswettkampf von „Talent-Nationalmannschaften“: Schon damals lief mir beim Lesen des Artikels das Wasser im Munde zusammen, doch hätte ich niemals zu hoffen gewagt, dass auch ich zu der Zielgruppe der Talentförderung gehören könnte. So legte ich fast schwermütig meine Ultramarathon beiseite und das Thema war für mich erst mal abgeschlossen. Es sollte noch einige Monate dauern, bis es mir wieder ins Gedächtnis gerufen wurde. So geschah es Mitte Juli, dass mich unsere DUV-Stützpunktverantwortlichen Jens und Maya Lukas an dem LSG-Sommerfest fragten, ob ich nicht Interesse hätte, meine Ultralaufqualitäten etwas mehr auszubauen und mich als Talent bei der DUV zu melden. Sie würden es mir zutrauen. Ob ich Lust hätte? So schnell im Leben hatte ich noch nie meine bis dahin hoch priorisierten beruflichen und privaten Ziele über den Haufen geworfen. Einmal im Leben die Chance zu haben, jetzt „mal ernst

In der Ultramarathonausgabe 2/2013 wurde bereits in einem Artikel die neue Talentförderung der DUV dargestellt. Hier konnte der wissenschaftliche Ultraformer erfahren, dass es in diesem Jahr erstmalig eine Talentförderung der DUV geben würde. Durch diese Talentförderung starten „erkannte Talente“, sprich 5 Männer und 5 Frauen, die einen Nachweis über eine überdurchschnittliche Leistungsfähigkeit erbracht haben, als



Die erste INTERNATIONAL TALENT CHALLENGE

14.09.2013

AUTORIN: NATASCHA BISCHOFF

nersichts die von weither Angereisten nicht über Gebühr lange warten zu lassen und andererseits eine sauber qualitätskontrollierte Rangfolge in allen ausgeschriebenen Wertungen gewährleisten zu können. Alles in allem war Bottrop ein würdiger Abschluss des Meisterschafts-Meisterschaft hin oder her, auch wenn. Und nebenbei war Bottrop, Einzel gingen an Ultra-Debutanten. 3 der 6 Treppchenplätze im falls in Bottrop wieder bestätigt worden. Ultraanstrengen zu locken, ist jeder Marathonist auf die Organisation von Adler Langlauf Bottrop, die nicht nur eine prima Strecke, ein unschlagbares Ambiente und in der Regel leistungsfördernde Witterungsbedingungen liefern. Und nebenbei durch die Gesamtveranstaltung Herbstwaldlauf und ihre DUV-Förderstützpunkt-Aktivitäten unseren schönen Sport vorbildlich auf den kürzeren Distanzen unter-