

Traditionslauf in orange

Beim Mordkammerlauf war unser Mitarbeiter nicht nur dabei, sondern mittendrin

VON MARKUS LÖSCHNER

HELMARSHAUSEN.

Der Redaktionskollege vom Lokalsport ist stur. Dass ich beim Waldlauf vor meiner Haustür gerne selber mitlaufen würde nachdem ich ein paar Jahren mit Block und Kamera an der Strecke stand, versteht er. Den Bericht soll ich aber trotzdem machen. Also, fragt er, wie sieht es während des Traditionslaufes in der Mordkammer auf der Strecke aus? Die Antwort ist einfach: orange.

Schon bei der Startaufstellung sehe ich orange. Würde Fußball gespielt, wüsste man dass man sich in den Fanblock der holländischen Nationalmannschaft verlaufen hat; aber hier liegt das an der LAG Wesertal und dem LT Hofgeismar. Die einen sind mit zwölf, die zweiten gar mit 17 Läufern vertreten und beide haben die gleiche Trikotfarbe: orange. Und weil die Farbe so schön ist, tragen gleich noch ein paar weitere Läufer Orange. Ich falle in meinem Schwarz auf wie ein bunter Hund.

Während sich die anderen warm laufen, mache ich noch Fotos. Bilder werden schließlich auch gebraucht und Warmlaufen ist sowieso nur etwas für Leute, die vor dem



Unser Mann zwischen Läufern in orange: Markus Löschner zwischen (von links) Rene Schröder, Dirk Hansen, Fritz Koch und RainerSchütz.

Foto: zlö

Start nervös sind. 54 Läufer machen sich auf die Elf-Kilometer- und die Halbmarathonstrecke. Mehr als die Hälfte von ihnen in Orange. Ich sortiere mich in der zweiten Gruppe ein, wechsele ein paar Worte mit meinem Nachbarn Michael Ketzler. Der trägt zwar Rot, läuft mir aber trotzdem weg, ist am Ende sieben Minuten früher im Ziel und schnappt sich bei der Tombola dann auch noch den Gutscheine für die Therme. Überhaupt - die Nervösen laufen viel lockerer. Kein Kunststück, wenn man nicht arbeiten muss und Zeit hat, sich aufzuwärmen. Vorne sehen wir die Gruppe mit den stärksten Läufern, die erst einmal zusam-

men bleibt. Unsere Gruppe hält nicht lange, am Ende der ersten Steigung hat jeder sein eigenes Tempo gefunden.

Dann kommt nach und nach Orange von hinten. Erst mit Rene Schröder ein weiterer Nachbar, dann mit freundlichem Gruß Steffi Klosse. Beide laufen ein gleichmäßiges konsequentes Tempo und werden den Halbmarathon in gut 1:40 absolvieren. Nachdem die 21-km-Läufer abgebo-gen sind herrscht im Holzapa-tal Einsamkeit, bis mich drei Damen überholen. Ich hoffe auf den steilen Berg und hole zwei von ihnen zurück, Gudrun Lang kennt sich offensichtlich auch mit Bergen aus-sie hält ihren Vorsprung.

Oben angekommen droht noch knapp ein Kilometer leichtes Gefälle ins Ziel: nichts für mich. Elke Frätkdorf und Lea Gerland sind die besseren Sprinter und ich weise später die Organisatoren darauf hin, dass die Steigungen verlängert und das Ziel nach oben verlegt werden müsste. Doch auch so bin ich mit meiner Zeit (eine Stunde, 21 Sekunden) und meinem achten Platz zufrieden

Fazit: Landschaftlich ein Genuss, perfekter Ablauf an Start, Ziel und auf der Strecke und wer hier ohne Aufwärmen und ausschließlich mit Radtraining in den Beinen startet, hat mit Muskelkater zu rechnen.

Hirschstange für Meder

„Stauben wird es heute nicht“, sagte Revierförster Erwin Ackerbauer in seine Begrüßung mit Blick auf den Regen am Vorabend des 44. Mordkammerlaufes. Am Sonntag war das Wetter dann angenehm - optimale Laufbedingungen also für 133 Athleten mit der bewährten Organisation der Leichtathleten des MTSV Helmarshausen und der Revierförsterei Trendelburg. Das sollte sich auch auf die Laufzeiten auswirken.

Jörg Meder war bei seinem dritten Halbmarathonsieg in Folge eine Minute schneller als bei der Regenschlacht im vergangenen Jahr - die Hirschstange, die als Wanderpokal

dient, gehört damit endgültig ihm. Auch über 5 km klappte die Titelverteidigung: Daniel Blumenstein (LAG Wesertal) war in 18:44 erfolgreich, gefolgt von seinen Mannschaftskameraden Achim Schaake und Dirk Mathias. Bei den Damen gewann Julie Meder (MTSV Helmarshausen) in 22:43, die damit fünf Minuten schneller war als bei ihrem fünften Platz im Vorjahr.

Auf der Halbmarathondistanz war Vorjahressiegerin Conchita Welker in 1:37:15 zwar ebenfalls deutlich schneller als 2012 - zum Sieg reichte das aber nicht. Auf Platz eins lief Norma Santos (PSV Grün-Weiß Kassel) in 1:35:53. Eben-



Siege bleiben in der Familie: Jörg Meder (rechts) auf dem Weg zum dritten Halbmarathonsieg in Folge, auf den letzten Metern begleitet von Tochter Julie (Siegerin über 5 km bei den Frauen) und Sohn Fynn (Zweiter in der U14).

so erging es Silke Dolstra über 11 Kilometer. Die Titelverteidigerin verbesserte ihre Zeit um eine Minute auf 53:43 und kam

damit auf Platz zwei hinter Petra Freudenberger-Lötz (LG Kaufungen, 48:39). Weiter Ergebnisse folgen. (zlö)