



Jörg Quentin und seine Mitstreiter überwand beim Karwendelmarsch insgesamt 2500 Höhenmeter. Foto: Privat

52 Kilometer durch den Karwendel

Jörg Quentin erreicht nach 7:19 Stunden das Ziel

Scharnitz/Bienenbüttel. 52 Kilometer und 2500 Höhenmeter liegen beim Start um 6 Uhr vor den rund 400 Läufern – darunter Jörg Quentin vom Lauftreff des TSV Bienenbüttel – und 2100 Marschierern: Der Karwendelmarsch ist eine der größten Lauf- und Wanderveranstaltungen in Tirol. Er führt von Scharnitz (Mittenwald) quer über das Karwendelgebirge nach Pertisau am Achensee. Drei schwere Anstiege und genauso viele steile Bergabpassagen waren zu bewältigen. Star-

ker Regen machte den Läufern zusätzlich zu schaffen und verwandelte die Bergtrails zu rutschigen Schlammwegen. Viele Läufer mussten daher an den Talstationen nach 17 oder 35 Kilometern erschöpft aufgeben. Rund 344 Läufer erreichten dann das Ziel am Achensee – der erste schon nach 4:42:23, der letzte benötigte 12:46 Stunden. Quentin überquerte nach 7:19:51 Stunden als 186. die Ziellinie am Achensee. Er gehörte damit zu den besten zehn norddeutschen Startern.



Elfter in der Altersklasse TM 40: Mark-Michael Schütze.



Landesmeisterin in der TW 50: Meike Gutberlet.

Gegen Wind und Wellen

Triathlon: Meike Gutberlet Landesmeisterin

Wilhelmshaven/Bad Bodeiteich/Wieren. Beim Nordsee-Man-Triathlon in Wilhelmshaven hat Meike Gutberlet vom TuS Bodenteich auf der Mitteldistanz den Landesmeistertitel in der Altersklasse TW 50 gewonnen, in der sie als einzige startete. In der Gesamtwertung belegte sie den guten 10. Platz.

Unter schwierigen Wetterbedingungen mussten die Triathleten Strecken von 1,9 Kilometern Schwimmen, 93 Kilometern Radfahren und 21 Kilometern Laufen absolvieren. Der starke Wind ließ die Athleten im Hafendecken kämpfen. Auch auf der Radstrecke zehrte der Wind zusätzlich an den Kräf-

ten. Zudem verwandelte ein heftiger Regenguss die Straße auf den letzten zehn Kilometern der Laufstrecke in einen Bach.

Da Gutberlet nur auf die Hälfte der Rad- und Laufstreckenkilometer (Olympische Distanz) trainiert ist, zeigte sie mit ihrer Zeit 5:10:49 Stunden sehr zufrieden (Schwimmen 0:33:17, Rad 2:58:00, Laufen 1:39:00).

Mark-Michael Schütze (TuS Wieren) als zweiter Uelzener Starter durfte ebenfalls stolz auf seine Zeit sein. In 4:53:51 Stunden (0:33:46/2:47:55/1:32:10) überquerte er die Ziellinie. Schütze wurde Elfter in seiner stark vertretenen Altersklasse TM 40 sowie 58. der Gesamtwertung.

SG Stadensen zieht Team zurück

kl **Wrestedt/Uelzen.** Wenige Tage vor dem Saisonstart am kommenden Sonntag haben der SV Stadensen, TuS Wieren und TSV Wrestedt/Stenderoff ihre gemeinsame Mannschaft aus dem Spielbetrieb der Fußball-Kreisliga der

Altherren abgemeldet. Die Vereine erklärten, dass plötzlich ein akuter Spielermangel herrsche, so dass auch der Spielbetrieb der Alltliga gefährdet wäre, sollte die SG Stadensen/Wrestedt/Wieren die Altherren aufrecht erhalten.

Schmerz und Striptease

4179 Kilometer: Trans Europe Foot Racer auf Station in Bienenbüttel

Von Oliver Huchthausen

Bienenbüttel. Laufen, sich bewegen gilt als gesund. Einmal auf den Geschmack gekommen, möchte so manch ambitionierter Hobbyläufer mehr: Nachdem die ersten zehn Kilometer geschafft sind, heißt nicht selten das große Ziel: einen Marathon bestreiten, nach meist jahrelanger Vorbereitung die 42,191 Kilometer bewältigen.

Ein Ziel, über das die 49 Teilnehmer des Trans Europe Foot Race 2012 längst weit hinaus sind. Auf der Strecke vom dänischen Skagen bis zu La Linea auf Gibraltar gilt es für sie, 4176 Kilometer abzuspulen; das entspricht einem durchschnittlichen Tagespensum von rund 69 Kilometern, 62 Tage lang, jeden Morgen aufs Neue! In Bienenbüttel hat die Gruppe einen Zwischenstopp eingelegt und übernachtet.



Christian Fattou

Un glaublich, zu welchen Fähigkeiten der menschliche Körper in der Lage ist. Dabei ist der diesjährige Lauf eher kurz, wie „Race Director“ Ingo Schulze trocken feststellt. Der ebenfalls von ihm organisierte Lauf von Lissabon nach Moskau vor neun Jahren umfasste 5036 Kilometer, das entsprach Etappen von rund 80 Kilometer Laufen pro Tag.

79 Kilometer hatten die Läufer auf ihrer neunten Etappe des Trans Europe-Foot Race 2012 von Ahrensburg nach Bienenbüttel zu bewältigen. Von 49 gestarteten Athleten schafften das 39. „In der ersten Woche des Laufes ist die Ausstiegsrate am größten“, weiß Schulze. Dabei sind die Leistungen höchst unterschiedlich: Während die schnellsten Läufer mit durchschnittlich elf Stundenkilometern unterwegs sind, liegt die Norm bei sechs km/h. Das erklärt auch das geringe Zuschauerinteresse. Wer die Läufer am Etappenziel erwarten möchte, muss Geduld mitbringen. Bis zu sechs Stunden Differenz liegen zwischen den ersten und den letzten Läufern.

Einer der Läufer im Etappenziel: Christian Fattou aus dem Val de Travers in der französischen Schweiz. Der 53-jährige trainiert bis zu 10 000 Kilometer im Jahr, hielt mit 2:31 Stunden lange den Marathonrekord in seiner Region. Auf dem Trans Europe Foot Race ist er derzeit Siebenter. Aber eine Schilddrüsenerkrankung macht ihm zu schaffen: „Spätestens ab Kilometer 50 tut mir jeder Schritt so weh, als ob mir ein Hund in den Muskel beißt“ erklärt der Schweizer. Trotzdem läuft er weiter, auch für den guten Zweck. Denn sein persönlicher Lauf ist gleichzeitig auch ein Spendenlauf für ein Krankenhaus in Nepal.

Erschöpft sind die ankommenden Läufer zwar schon, aber richtig kaputt geht anders. Während sich manche Athleten ein kleines Nickerchen auf der Iso-Matte gönnen, finden andere sogar noch Zeit für einen Einkaufsbummel in Bienenbüttel. Im Teilnehmerfeld finden sich auffallend viele Franzosen, einige Japaner und insgesamt acht Deutsche, darunter auch Henry Wehder. Der gebürtige Deutsche, der in Norwegen lebt, ist vom Nordkap aus gestartet und in den Lauf eingestiegen: Beim Auftakt in Dänemark hatte er bereits erstaunliche 2400 Kilometer in den Beinen.



Erschöpft sind die Läufer im Ziel zwar schon, aber richtig kaputt geht anders: Die Franzosen Jean-Benoit Jauen und Jean Pierre Richard.



Auf den letzten 200 Metern zur Ilmenauhalle: der Japaner Asa Yasuhiro.

Eine besondere Herausforderung ist das TransEurope Foot Race auch für „Route Marker“ Joachim Barthelmann. Täglich ist er mit dem Fahrrad rund 100 Kilometer unterwegs, um die Strecke zu kennzeichnen. „Ich muss da schnell sein, sonst holen mich die ersten Läufer ein“, erläutert er schmunzelnd.

Weiter ging es nach der Nachtruhe in der Ilmenauhalle

bereits am nächsten Morgen ab 6 Uhr: 77 Kilometer am Elbe-Seitenkanal entlang bis nach Stüde in der Gemeinde Sassenburg. Die beiden Etappen um Bienenbüttel zählen zu den längsten des gesamten Rennens.

Bis zum 21. Oktober heißt es für die Ultra-Marathonis noch laufen, laufen, laufen. „Es gibt Phasen im Rennen, da sehen die Läufer nichts mehr“, erklärt Race Director Ingo Schulze, „da könnten rechts und links der Strecke Striptease-Tänzerinnen stehen, die würden das nicht mitkriegen, ein Verlaufen kommt daher öfter vor.“

Wer an einem Trans-Europa Lauf teilnehmen möchte, muss neben absoluter Fitness auch Zeit und Geld mitbringen. 6000 Euro beträgt das Startgeld. „Ein echtes Schnäppchen“, meint Ingo Schulze, „man muss bedenken, dass die Teilnehmer über zwei Monate rundumverpflegt und untergebracht werden müssen.“

Bleibt abzuwarten, wie viele Läufer am 21. Oktober das Ziel La Linea erreichen werden. Genügend Pokale hat Ingo Schulze jedenfalls vorsichtshalber mit im Gepäck.



Gruppenbild in der Bienenbütteler Ilmenauhalle: Im Teilnehmerfeld finden sich auffallend viele Franzosen, einige Japaner und insgesamt acht Deutsche. Rechts Organisator Ingo Schulze. Fotos: Oliver Huchthausen