

22. Steinenberger Waldlauf am 15.07.2007

15. Juli 2007

ein Bericht von Uwe Zaubitzer

Am vergangenen Sonntag trafen sich bei strahlendem Sonnenschein leider nur 6 Sportler vom TSV Neustadt zum gemeinsamen Ausflug ins idyllische Steinenberg, um beim dortigen Waldlauf zu starten. Die 170 Teilnehmer hatten bei sommerlich warmen 37°C die Wahl zwischen der 9 km langen Walkingstrecke und Laufstrecken über 11,6 km und Halbmarathon mit 21,1 km.

Das Profil war zwar schwierig aber man wurde mit einer wunderschönen Laufstrecke belohnt. Der größte Teil der Strecken verlief im Wald, so dass die Hitze nicht ganz so extrem war. Nach der ersten Steigung zum Kirschenwasenhof gab es eine Erfrischung, bevor es gleich wieder den Berg hoch ging zum Edelmannshof. Vorbei am Berghofsee und am Steinenberger Freibad ging es zum Ziel an der Steinenberger Turnhalle. Insgesamt legten die Halbmarathon-Läufer ca. 400 Höhenmeter zurück.

Bei der anschließenden Siegerehrung retteten wieder einmal unsere schnellen Damen die Ehre des TSV mit ihren tollen Platzierungen. Karin Klitzke als 1. ihrer AK im Halbmarathon und Susanne Steyer als AK 2. über 11,6 km strafte damit jene bösen Zungen Lügen, welche vom Trainingstempo voreilig auf das Wettkampftempo schließen wollten. So wird man wohl vorerst auf kleine satirische Giftpfeile verzichten müssen.

AH-Legende Dieter Unger bewies mit seinem 3. Platz beim 9 km Walking, dass die AH noch lange nicht am Stock geht. Uwe Zaubitzer und Torsten Rümelin (HM) sowie Andrea Unger (Walking) komplettierten das Neustadter Team.

Nach dem Lauf waren sich alle in einem einig: Der Steinenberger Waldlauf stellt hohe Ansprüche und so kommt das Beste erst nach dem Rennen. Anschließend gemütlich mit Kollegen in die Sonne setzen, ein Bierchen trinken und nach einer kalten Dusche entspannt den Sonntag beginnen, wer kann da schon nein sagen Vielleicht lässt das ja auch den einen oder anderen über den Muskelkater hinwegsehen.

Fazit: Der Lauf ist gut organisiert, es ist eine anspruchsvolle Strecke durch eine herrliche Landschaft. Ich kann nur jedem empfehlen, im nächsten Jahr mitzulaufen und den Lauf zu genießen.

Ergebnisse:

Halbmarathon

19.	Uwe Zaubitzer	1:40:32	9. AK M40
32.	Karin Klitzke	1:49:44	1. AK W40
36.	Torsten Rümelin	1:54:30	19. AK M40

11,6 km

36.	Susanne Steyer	1:00:50	2. AK W40
-----	----------------	---------	-----------

9,0 km Walking

3.	Dieter Unger	1:02:11
14.	Andrea Unger	1:08:29