

OL INFORM

Das bayerische Orientierungslauf-Magazin.
Ausgabe Eins 2015.



Jugend forscht

Es tut sich was beim Nachwuchs: Der D-Kader der Bayern ist bei den Junioren der beste in Deutschland und auch bei den ganz Kleinen reifen einige Talente wie hier Ole Baath heran. Das Ergebnis sind starke Resultate beim Jugend- und Juniorenländervergleichskampf, der Titelgeschichte dieser Ausgabe.

In Deutschland

„Adler sollen fliegen“, dröhnt die Pop-Band „Pur“ für die Skispringer. Der D-Kader zeigte an der Skispungschanze ganz andere Höchstleistungen. Der JLVK in Hinterzarten: Seite 4

Äußerst diffzil stellte sich die Situation bei den Meisterschaften um die Mitteldistanz dar. Petra Lange aus dem „hessischen Sibirien“: Seite 8

Das man in diesem hessischen Sibirien auch Titel gewinnen kann, zeigte Katrin Lorenz-Baath. Im Interview blickt sie auf das Rennen Seite 10

Platz 1-4 bei der DM Sprint für die OLG Regensburg! Der Trainer ist überglücklich: Seite 12

24-h-OL = 24 Stunden Familientreffen: Seite 13

In Bayern

Ein neues Format in der OLI: Die Routenanalyse der Herren-Elite zur BM Sprint in Passau: Seite 14

Nach dem Wochenende in Coburg dürften sich alle Teilnehmer wieder daran erinnern, dass Blaubeeren nicht immer ein Genussmittel sind: Die Bayerischen Staffelmesterschaften und tolle Bilder aus dem Blaubeerparadies: Seite 17

Eine traurige Nachricht: Katharina und Fritz Blumensaat sind verstorben. Ein Nachruf. Seite 18

In der Welt

Siggi Liebl aus Osterhofen kennt sich aus mit Bergen und dem steten Auf und ab. Warum er das auch beim Alpen-Adria-Cup erlebt hat, beschreibt er hier: Seite 20

Immer wieder schön: Berichte bayerische Jugendläufer von Europameisterschaften: Seite 22

Familie Meißner erklärt in ihrer mittlerweile zur Rubrik gewordenen Auslandsberichterstattung, wie man den Winter im Februar austrickst: Seite 23

Nochmal Meißner, dieses Mal Britta in Dänemark. Sie fragt sich: Warum sind die so gut? Seite 24

Ebenfalls weg aus Deutschland wollten einige bei den Lipica Open. Hat mit der Wärme nicht ganz so gut funktioniert, tolle Wettkämpfe gab es aber trotzdem: Seite 25

Immer drin

Editors Letter	Seite 2
Meldungen	Seite 3
Regionales	Seite 26
Impressum	Seite 27
Zielwiese	Seite 28

Editors Letter

Verspätungen lassen sich selten gut erklären, deshalb hier ein kurzes „Pardon“, dass sich auch diese Ausgabe wieder etwas verzögerte.

Als Entschuldigung gibt es aber ein prall gefülltes Heft, mit einigen Inhalten, auf die ich mich sehr freue, zu durchblättern. Zum einen die Titelgeschichte über den D-Kader, der sich mehr und mehr als zweitstärkste Kraft bei den Jugendlichen und Junioren hinter den Sachsen etabliert. Zu sehen war das wiederum

beim JLVK in Hinterzarten. Einen schönen Bericht von dort und vom Trainingslager im März findet ihr ab Seite 4. Einen wichtigen Baustein dieses Kaders bilden die Mädels aus Burgweinting. Zu was sie in der Lage sind, zeigten sie bei der DM Sprint, als die ersten vier Plätze nach Regensburg gingen. Der Trainer Valerio wat stolz wie Oskar, verlor aber die Wette mit den Mädels und musste für uns den OLI-Artikel schreiben. Weitere Highlights dieser

Ausgabe sind das spannende Interview mit Katrin Lorenz-Baath, die über ihre Goldmedaille bei der DM Mittel spricht und erklärt, wie man einen neuen OL-Verein aufbaut. Und die Routenanalyse der BM Sprint in Passau, die zeigt, warum Teo Yordanov immer gewinnt.

Traurig hingegen ist der Tod zweier OL-Pioniere: Katharina und Fritz Blumensaat. Wolfgang Arneth blickt zurück.

Viel Spaß wünscht euer Fabian Scheler!

Korbinian Lehner bei der Junioren-WM in Norwegen

„So nervös war ich noch nie“

Korbinian Lehner wurde für die Junioren-WM in Rauland (Norwegen) nominiert. Für ihn war es die erste Erfahrung mit dem schweren skandinavischen Sumpfgelände. Der Regensburger Nachwuchsläufer nahm an allen Entscheidungen teil und durfte bei der Staffel für das Team Deutschland 1 als Schlussläufer an den Start gehen. Dies führte zum Zitat in der Überschrift.

Die Woche begann mit der Entscheidung über die Sprintdistanz. „Sowohl Bahnlegung als auch Gelände waren mir völlig neu“, erklärte Lehner nach der WM, deshalb habe er in dieser Disziplin die geringsten Erwartungen gehabt. Am Ende wurde es der 123. Platz und fast fünf Minuten Rückstand. „Auch wenn ich mir nicht viel erhofft hatte, das war eindeutig der

schlechteste Lauf der ganzen WM“, resümierte Lehner. Sieger wurde der Neuseeländer Tim Robertson.

Danach ging es auf die Qualifikation für die Mitteldistanz, die Disziplin, auf die sich Lehner speziell vorbereitet hatte. Bei Posten drei verlor er aber die Richtung und zusammen mit einem weiteren Fehler wurden es am Ende vier Minuten Rückstand. Zu viel, um ins A-Finale zu kommen. Im B-Finale ging es dann vor allem darum, Erfahrungen zu sammeln. Ein unnötiger Fehler in einem grünen Hang am Ende des Rennens zerstörte aber eine gute Platzierung, am Ende war es der 20. Rang im B-Finale. „Mit ein bisschen Abstand jetzt war es aber trotzdem ein starker Lauf.“ Vor der Königsdisziplin über die Langstrecke (10,7 Kilometer) war Lehner locker

und entspannt, am Tag zuvor lief es bei einem Trainingslauf richtig gut. Posten 1 und 15 kosten aber elf Minuten, „danach war ich ziemlich breit“. Es wurde Rang 115 von 157 mit einer Zeit von 96:16 Minuten, Sieger wurde der Finne Olli Ojanahao, der auch die Staffel und die Mittel gewann und in der Woche vorher die JEM aufmischte. Bei der Staffel fabrizierte der zweite deutsche Läufer leider einen Fehlstempel am Sichtposten, sodass Lehner für Deutschland 1 am Schluss nur noch zu Ende laufen konnte. Was bleibt ist ein selbstkritischer Rückblick („Muss so große Fehler wie auf der Langdistanz einfach vermeiden) und ein großer Ausblick: „Mein großes Ziel ist und bleibt die Junioren-WM in der Schweiz 2016.“ Wir freuen uns darauf.

Fabian Scheler

Traditionell dienen die Wettkämpfe am Anfang der Saison als erster Gradmesser einer langen Saison. Manche bemerken, dass noch etwas mehr trainiert werden muss, andere sehen sich bereits sehr gut in Form.

Eindeutig zur zweiten Kategorie gehörte dieses Jahr Riccardo Casanova (OLG Regensburg). Sowohl bei den Deutschen Bestenkämpfen durch die Nacht als auch bei den Bestenkämpfen über die Ultralangdistanz gewann der junge Regensburger den Titel in der H16. Erst seit diesem Jahr läuft Casanova bei den 16-jährigen und gewann prompt beide Bestenkämpfe. Mitte März ging er zusammen mit 300 weiteren Startern in die Nacht von Coswig. Erst im Herbst 2014 waren dort die deutschen Meistertitel auf der Langstrecke ausgetragen worden, auch dort gewann Casanova den Titel. Damals allerdings noch bei den Herren bis 14.

Nun schlug er wieder zu. Komfortable sechs Minuten betrug am Ende sein Vorsprung, 46:10 Minuten reichten für den überlegenen Sieg. Amelie Nürnberger gewann bei den Damen bis 14. Korbinian Lehner mit Platz 2 in der Herren 20 und Marei Lehner mit Rang 3 bei den Damen 16 rundeten das starke Ergebnis des Regensburger Nachwuchses in dieser Nacht ab. Fast genauso las sich das Ergebnistableau einen Monat später bei den Bestenkämpfen über die Ultralangdistanz in der Sächsischen Schweiz. Riccardo Casanova war wieder der beste baye-

Tolle Szenen bei der DBK Nacht und DBK Ultralang

Casanova erobert die Titel



Foto: Casanova

rische Läufer und gewann erneut die H16. Während in der Elite - und Juniorenklasse die Titel im Massenstart vergeben wurden, kämpfte sich Casanova alleine über seine Bahn. Isabel Seeger (Baiersdorfer SV) lief in der D18 auf den dritten Platz, unmittelbar gefolgt von Linda Indola (OLG Regensburg), die ebenso undankbare Vierte wurde wie ihre Vereinskameradin Marei Lehner in D 15-16. Die weiteren Podiumsplätze für die Bayern holten Katja-Christine Böhme (OLG Regensburg) in der D40 und Rudolf Lorenz (OLA TSV Deggendorf) in der H75: Beide schafften Bronze.

Fabian Scheler



Im Höhenflug

An der Skisprungschanze Hinterzarten trumpfte der D-Kader wieder auf und untermauerte mit dem zweiten Platz beim JJLVK seine besondere Stellung in Deutschland.

Von Petra Jamischowksy

Der OL ist ein Sport voller Abkürzungen. DBK, H2IE, WKZ, das sind nur die leichtesten. Was aber war „bf3d“? Von JJLVK hatte ich ja seit meine Familie OL macht schon des Öfteren gehört (Jugend und Junioren Länder Vergleichskampf). Immer gab es dabei strahlende Gesichter und tolle Berichte von unvergesslichen Siegerehrungen, Staffeln, Kuhglocken-Getöse und wehenden Bayernfahnen. Das wollte ich doch auch alles einmal miterleben, zudem Fabian und Daniel heuer das letzte Mal starten durften.

Die für die Bayern vorgeschriebene Kleiderordnung für den Samstagabend bedurfte allerdings bei uns diverser Ausleihaktionen bei vier verschiedenen Familien, bis schließlich ein Dirndl und vier Lederhosen nebst karierten Hemden gefunden waren. Nach einer langen Fahrt in den Schwarzwald empfing uns in Freiburg Regen und

vom Stadtsprint kamen alle triefend nass zurück. Endlich im Trockenen hielt uns der Regen dann auch davon ab, der netten, historischen Altstadt mit vielen Gässchen noch einen Spaziergang abzustatten. Mittlerweile hatte ich dazu gelernt, was „bf3d“ zu bedeuten hatte. Schließlich war dieses Logo ständig zu sehen: Auf T-Shirts, auf Plastikbechern, die man am letzten Tag sogar geschenkt bekam. Für diejenigen, die es immer noch nicht wissen: bf3d = blackforest3days; Der große 3-Tageslauf im Schwarzwald Anfang Mai, für alle, die aus Altersgründen nicht am JJLVK teilnehmen durften, der gleichzeitig stattfand.

Am Freitag Abend stürmten 70 Bayern die Nudelparty in Hinterzarten, bevor es zur Abschlußbesprechung ins Schulquartier ging. Die letzten Infos zum Lauf am nächsten Tag wurden von Uwe und Daniel

gegeben und auch die Fahrten wurden eingeteilt, da von Hinterzarten nach Titisee mit dem Zug gefahren werden sollte.

Für jede Fahrt wurden Betreuer bestimmt und am Samstag kamen alle ohne Schwierigkeiten auf der Zielwiese

an. Der Regen hatte nachgelassen und erst am Nachmittag, als der JLVK-Einzellauf schon vorbei und der „bf3d“ in vollem Gange war, setzte der Regen wieder ein. Zurück im Quartier war Duschen, Umziehen und bei den Mädels Haareflechten angesagt, bevor fast alle in bayrischer Tracht zur Siegerehrung in den Kultursaal marschierten, die Bayernflaggen schenkend.

Dort erlebte ich dann zum ersten Mal die Präsentation der Bundesländer, die von Regenkleidung („Wir gehen jetzt alle BADEN!“) über

Schwarzwaldmädelhüte (Saarland) bis zum grünem Outfit (Sachsen) reichte. Schlachtrufe, Gesänge, Tröten und Kuhglocken ertönten in voller Lautstärke und während aus der einen Ecke „Bayern! Bayern!“ erscholl, kam aus der anderen „Wir ziehn den Bayern die Lederhosen aus!“ Tolle Stimmung war vor und in der Halle angesagt, bis schließlich alle 360 Läuferinnen und Läufer auf dem Boden Platz genommen hatten. Mit lustiger Moderation wurden die Urkunden durch den ortsansässigen Olympiasieger und Weltmeister Georg Thoma überreicht. Nur unterbrochen von allerlei Schlachtrufen, wenn eine Läuferin oder ein Läufer auf das Podium gerufen wurde. Für die Bayern konnten wir uns freuen mit Katrin (1.), Antonia (3.) und Ines (5.) in der D14, mit Isabel (3.) und Mareike (4.) in der D18, mit Linda (4.) in der D20 und mit Ric (2.) in der H16. Wobei besonders hervorzuheben ist, dass Linda eine Kategorie höher gestartet ist und dort einen tollen Lauf hinlegte.

Am Sonntag war die Adlerschanze zwar eine tolle Kulisse, aber der strömende Regen, der schon den Massenstart um 8.30 Uhr begleitete, sollte den ganzen Tag anhalten. Die Sichtstrecke war unterhalb der vier Sprungschanzen und



Hat man auch nicht alle Tage: Massenstart im Auslauf einer Skispungschanze, Sichtstrecke obenauf.

wie freuten wir uns unten, wenn wir oben eine Läuferin, einen Läufer aus Bayern sahen. Eine der spektakulärsten Kulissen der letzten Jahre!

Ob sie allerdings dort oben unsere Anfeuerungsrufe hörten, entzieht sich meiner Kenntnis. Manche Entscheidungen fielen erst nach der Sichtstrecke. Zum Beispiel bei den bayrischen D15-18 und H16-Staffeln. Sie überholten beide in der Schlusschleife die beiden führenden, sächsischen Staffeln und liefen auf die ersten Plätze. Hurra, hurra, hurra! - Doch dann der Schock: Unsere H16-Staffel wurde disqualifiziert, da eine auf der Karte sehr schwer zu erkennende Schanzenumzäunung überquert wurde.

Aber wir konnten uns riesig freuen über einen 3. Platz in der D12 (Louisa, Sarah und Ingrid), einen 3. Platz in der D14 (Leonie, Antonia und Katrin), einen 1. Platz in der D15-18 (Isabel, Mareike und Mareike), einem 2. Platz in der D20 (Linda, Andrea und Hannah), einen 2. Platz in der H18 (Quirin, Tobi und Lukas) und einen 2. Platz in



Verkleidung und bemalte Gesichter gehören beim JLVK dazu.

Bericht von Petra Janischowsky
Fotos von Klemens Janischowsky

der H2o (Daniel, Wolfram und Korbinian). Im immer noch strömenden Regen fand dann die Siegerehrung statt und Linda konnte für uns Bayern den gewonnenen Juniorenpokal entgegen nehmen. Die Gesamtwertung und der Jugendpokal gingen – wie schon in den letzten Jahren – wieder an Sachsen, die doch über 84 Punkte vor uns Bayern (2. Platz) lagen.

Ich war sehr froh, dass ich dabei sein durfte und die bayerischen Mädels und Jungs anfeuern konnte. Außerdem bin ich mir sicher, dass meine Schreie ein paar Sekunden wettmachen konnten und freue mich schon auf den nächsten JLVK, wenn es wieder heißt: „Bayern! Bayern!!“



In Schale geworfen. Bis auf ein paar Ausnahmen.

Im Trainingslager

Zweiter beim JLVK wird man nicht ohne Training. Jedes Jahr im März prüft Kadertrainer Uwe Weid den Zustand seiner Schützlinge. Ein Erfahrungsbericht.

In Coburg angekommen gab es dann erstmal Brotzeit und die noch bevorstehende Trainingseinheit, ein Nachtsprint, wurde besprochen.

Auf zwei verschiedenen langen Bahnen absolvierten die Läufer den Sprint im Dunklen, der jedoch für einige mit einem abenteuerlichen Zielsprint durch den Bach endete (vielleicht hätte man vorher besser auf die Karte schauen sollen). Nun sollte zur Abrundung des



Abends noch ein geplantes Kennenlernspiel stattfinden. Voller Erwartung wollten alle die neuen Gesichter in der Runde sehen. Ein guter Start ins Wochenende! Die Großen feierten im Keller des Sportheims noch ordentlich Silvias Geburtstag.

Der kühle Samstagmorgen sollte ursprünglich um 7:30 Uhr mit einem fröhlichen Guten-Morgen-Lauf beginnen. Doch frühes Aufstehen sei geübt. Der Lauf begann eine halbe Stunde später.

Nach der ersten Qual am Morgen wartete ein verdientes Frühstück auf alle, bei dem man schon gebannt dem langersehnten Bahnertest entgegenfieberte. Alle kämpften verbissen und gaben mehr oder weniger ihr Bestes. Einige konnten sich freuen und wurden für ihren Runde-um-Runde-Kampf belohnt, da sie die Kadernorm erfüllt hatten.

Anschließend joggten wir gemeinsam gemütlich in den Hofgarten, denn dort wurde die nächste Trainingseinheit erklärt: Ein Score-OL. Je eine Person aus jedem Team sammelte Punkte im wunderschönen Hofgarten, während sich die andere Person in der ebenfalls wunderschönen Altstadt Coburgs auf die Suche nach den Aufklebern machte. Wirklich tolle Bahnen und Gelände, wie wir finden!

Am Nachmittag stand das nächste Training vor der Tür. Ein von Uwe organisiertes OL-Training im „Sauloch“. Dabei ging es darum, die Posten mit Hilfe von vorgegebenen Metho-

den anzulaufen. Mal ein etwas anderes Training, bei dem wir auch einiges gelernt haben. Nach der Nachbesprechung der Bahnen gab es Abendessen (es wurden mehrere Fuhrer Pizza geliefert) und anschließend folgte die letzte Einheit dieses Tages: ein Jux-OL. Dafür wurden Teams gebildet, die dann versuchen mussten, winzige Klebestreifen mit Buchstaben darauf zu finden, die im ganzen Sportheim versteckt waren. Mit Hilfe von Hinweisen und Karten rannten die Mannschaften durchs Haus und jeder versuchte als Erster die sehr gut versteckten Buchstaben zu finden. Nach endlos langem Suchen konnten anschließend alle Buchstaben zu einem Satz zusammengebastelt werden. Dieser lautete: BAYERN GEWINNT DEN JLVK. Eine fast korrekte Prophezeiung... Die letzte Trainingseinheit am Sonntag war eine Mixed-Staffel. Die Teams, bestehend aus vier bis fünf Läufern unterschiedlicher Kategorien, versuchten ihre Bahnen im Wald bei Weidach fehlerlos und vorallem ohne Fehlstempel zu bewältigen. Ein sehr schöner Lauf! Beim gemeinsamen Mittagessen wurden die ersten Staffeln dann noch mit einer Kleinigkeit belohnt. Insgesamt ein sehr toller und lustiger Kaderlehrgang bei dem wir viel für die anstehende Saison mitnehmen konnten.

Von Ines Schikora und Antonia Kerscher



Foto: Fred Härtelt

Das Wetter spielt an OL-Wochenende schon eine große Rolle. Was also darf man erwarten, wenn man in eine Region fährt, die den Beinamen „Sibirien“ trägt? Petra Lange war dabei.

Es war ja schon fast Sommer. Dachten wir, als wir die Ausschreibung lasen. Dort wurde das Laufgebiet rund um den Bilsteinturm als „hessisches Sibirien“ angekündigt, da hier das Wetter ziemliche Kapriolen schlagen soll. Wird nicht so schlimm, dachten wir und immerhin 800 andere Teilnehmer, die trotz dieser wenig verheißungsvollen Ankündigung anreisten.

Aber die Hoffnung auf einen hessisch-sibirischen Sommer zerschlug sich rasch. Sehr kühle Temperaturen, Regen- und sogar Hagelschauer und heftige Windböen belegten den Eindruck der Organisatoren aus Kassel und Helsa. Sibirien, hier waren wir. Das niemand in das angrenzende Freibad stürzen wollte, ist wohl logisch.

Umso besser sind dann Vereinszelte, die schützen vor Regen und so ekligen Sachen wie dem Wind. Dumm nur, wenn unser Platz, auf dem das Zelt schon wind-

Hessisches Sibirien

und regenfest in den Boden gerammt war, auch dem Ausrichterteam vorbehalten war. Erst schauten sie uns beim Aufbau zu, dann ordneten sie unseren Umgang an. Unmutig wurde wieder ab- und neu aufgebaut - natürlich mit Hanglage.

Nun hatten wir uns aber endlich einen Kaffee verdient, doch die Suche nach dem Verkaufsstand gestaltete sich etwas schwierig.

Das Grillzelt war zwar gleich angrenzend an die Zielwiese, doch hier gab es keinen Kaffee. Nach einigen Fragen und Erklärungen machten wir uns auf den Weg hinunter in die Wirren des Freibad- und Sportgeländes über Treppen und verwinkelte Wege, bis wir an der kleinen Hütte ankamen. Viel leckerer Kuchen stand bereit, doch wer soll ihn kaufen, wenn man ihn nicht findet? Kaffee war

auch da, doch nach unseren drei Tassen war die Kanne leer und Nachschub war nicht in Sicht.

Um 12.00 Uhr fiel dann endlich der Startschuss für den Kampf um die begehrten Medaillen, und die Läuferinnen und Läufer machten sich auf ihre orientierungstechnisch doch sehr anspruchsvoll gelegten Bahnen. Das feinkupierte ehemalige Bergbauggebiet stellte hohe Anforderungen an die Feinorientierung, die ständig wechselnde Stärke der Dickichte erforderte sowohl großes Geschick bei der Mikroroutenwahl, als auch ständige Aufmerksamkeit beim Mitlesen auf der Karte. Zudem erschwerten großflächige Sumpfbereiche die Belaufbarkeit, und so manchem blieb der Schuh im Schlamm stecken.

Alles kein Problem für den Osterhofener Routinier Georg Reischl. Erneut blieb er der Schnellste bei den Herren über 80. Als Seriensieger bei der Konkurrenz schon gefürchtet aber auch geschätzt, gönnten ihm seine Mitstreiter natürlich die Goldmedaille, da der Vorsprung mit fast fünf Minuten seine Klasse einmal mehr unter Beweis stellte. Leider wurden die Zieleinläufe vom Sprecher zu wenig oder besser gesagt gar nicht kommentiert. Vielleicht lag es auch daran, dass es keine Startnummern gab und wohl nur dem Sprecher persönlich bekannte Läufer angesagt wurden?

Ganz knapp an Edelmetall vorbei lief Rudi Lorenz von der OLA TSV Deggendorf. Er musste sich nach 35 Minuten Laufzeit mit Platz Vier in der H75 zufrieden geben. Genauso erging es auch der Mietrachinger Nachwuchsläuferin Hannah Kühne, die in der Kategorie D20 berechnete Chancen auf eine Medaille hatte. Bis kurz vor Schluss lag sie auch immer noch auf Medaillenkurs, doch durch das hohe Lauftempo schlichen sich zum Ende hin kleine Konzentrationsfehler ein, die das ersehnte Edelmetall verhinderten und die Enttäuschung überwiegen ließ.

Für viele der bayerischen Teilnehmer verlief der Tag aber sehr erfolgreich, woran natürlich wieder einmal der Nachwuchs der OLG Regensburg den größten Anteil hatte. Am deutlichsten war hier die D14, in der die Plätze 2 bis 7 in OLG-Hand waren. Doch vor allem durch die Siege von Riccardo Casanova (H16) und Katrin Lorenz-Baath (D35), sowie die Silbermedaillen der beiden Regensburger Marei Lehner (D16) und Lukas Janischowsky (H18) und Edelmetall in Bronze von Isabel Seeger (D18; Baidersdorfer SV) und Ralph Körner (H35; OLV Landshut) war Bayern in aller Munde. Doch nicht alle Gemeldeten konnten am Lauf teilnehmen, denn Gelis Wohnmobil musste mit Schaden an der Bremsleitung abgeschleppt werden, und die Organisation des Mietautos, Umverteilung der Insassen auf andere Autos, Umladung des Gepäcks und die Organi-

sation eines neuen Schlafplatzes verlangte alle Zeit und Energie. Mit aller Gelassenheit hatte die Coburgerin dieses Schlamassel geregelt und konnte dabei auch noch Lächeln.

Leider hatte sich das Kaffeeproblem auch am Sonntag noch nicht verbessert: Diesmal bekamen wir nur noch zwei Tassen aus der Kanne, bevor den Verkäuferinnen das Fragezeichen im Gesicht stand. Doch wenigstens für den Bundesranglistenlauf über die Langdistanz präsentierten die Organisatoren im gleichen Gelände wieder anspruchsvolle Läufe auf einer sehr guten OL-Karte. Im Gegensatz zu den Meisterschaften waren beim BRL durch tiefe Gräben und steil abfallendes Gelände viele Höhenmeter geboten, die die Sportler vor allem auf den längeren Distanzen physisch sehr forderten.

Auch hier konnte sich Senior Georg Reischl vom TV Osterhofen brillant in Szene setzen und einen überlegenen Tagessieg einfahren. Der Deggendorfer Rudi Lorenz schaffte diesmal den dritten Platz in der H75. Bei der kleinen Truppe des SV Mietraching konnte Roland Vogl (H21AK) mit dem vierten Platz überzeugen. Zudem belegten Peter und Petra Lange die Plätze Eins und Drei auf der schweren mittellangen Direktbahn.

Zum großen bayerischen Erfolg trugen wiederum die D14 Mädels der OLG Regensburg bei, die mit Katrin Hertel, Jasmin Hertel und Ines Schikora einen Dreifachserfolg feiern konnten. Isabel Seeger wurde Dritte in der D18 und Riccardo Casanova Zweiter in der H16. Zudem konnte Jungseniorin Katrin Lorenz-Baath ebenfalls mit Platz zwei aufs Treppchen laufen. Und: Am Sonntag war es fast wie im Sommer, nicht wie in Sibirien.

„Ein stetes und

Mit dem Meistertitel über die Mitteldistanz hat sich Katrin Lorenz-Baath für einen langen Weg an die Spitze belohnt. Ganz nebenbei hat sie eine OL-Abteilung gegründet und fast die ganze Nachbarschaft vom OL überzeugt. Wie macht man das?

Katrin, was ist am 29. Mai um etwa 13 Uhr passiert?

Es war ein schöner Moment: Mir sind ein paar Freudenstränen die Wange runter geflossen.

Du wurdest zum ersten Mal Deutsche Meisterin. Auf der Mitteldistanz warst du nicht zu schlagen. Hattest du damit gerechnet?

Ich hatte schon das Gefühl, dass es klappen könnte. Aber wie sicher lässt sich das beim OL schon sagen? Ich war vor dem Lauf sehr nervös, Veikko musste mich betreuen.

Wie macht er das?

Ganz wichtig: Er muss die Klappe halten (lacht). Er hat mich dann zum Start gebracht, meine Jacke genommen und nicht viel gesprochen. Ich muss schlechte Laune haben dürfen vor dem Start. Gute Laune habe ich vor dem Start nicht. Weil ich nicht weiß, was auf mich zukommt.

Was du wusstest: Vor dir startet Brit Conrad, hinter dir Meike Jäger. Keine Angst vor großen Namen?

Ich habe Brit noch kurz am Start gesehen, was mich nochmal nervöser machte. In erster Linie bin ich aber sehr stolz auf meine Goldmedaille und wenn ich dabei noch ehemalige WM-Teilnehmerinnen schlage, umso besser!

Was magst du an der Mitteldistanz mehr als an der Langdistanz?

Meine Stärken liegen eher beim O als beim L. Ich mag es, sich schnell und kurz zu orientieren, und das ohne große Routenwahlen. Sichere Feinorientierung, das gefällt mir. Wenn ich vorne war, dann meistens auf der Mitteldistanz.

Früher hast du als Trainerin des D-Kaders immer gepredigt: Konzentration auf den ersten Posten, der ist wichtig. Wie lief es am Anfang bei der Deutschen?

Auf der Pflichtstrecke nach dem Start hab' ich mir die Karte angeguckt und dachte: Ach du Schande, so schwer? Der erste ging auch direkt ins gelb-grüne, also nicht so einfach. Ich also: Bremse rein, schön langsam und reinfinden. Ich bin fast Luftlinie gelaufen. Nach dem Lauf habe ich erfahren, dass die anderen versucht haben, das gelb-grüne zu umlaufen. Ich nicht, ich bin voll rein. Am Ende hatte ich die Bestzeit.

Musstest du dann aufpassen, nicht zu sicher zu sein?

Das Witzige war ja: Es lief genauso perfekt weiter. Bis zum sechsten Posten. Dann stand plötzlich Brit Conrad, vor mir, die zwei Minuten vor mir gestartet war. Es schien also nicht so schlecht zu laufen. Trotzdem wollte



Unterwegs zu Gold: Katrin Lorenz-Baath.

ich unbedingt den Fehler vom letzten Jahr vermeiden.

Als du in Weimar Zweite wurdest?

Genau. Da dachte ich schon während des Laufes an die Goldmedaille. Das war nicht gut.

Und dieses Mal?

Ich wusste, dass der erste Teil, der sehr diffizil war, mir gut gelungen ist. Danach wollte ich mich erstmal hinter Brit ein wenig ausruhen und vor allem dran bleiben. Blöd war nur: Sie ist direkt vom sechsten falsch weggelaufen. Ich bin also in die andere Richtung und erst am vorletzten Posten habe ich sie wieder gesehen.

Was ist da passiert?

Das war wieder so ein Posten, bei dem man mit Puls 190 ins Grüne reinmusste. Kurze Postenabstände, eine

anstrengendes Leben“

klassische Fehlerquelle also. Einen lief ich zu tief an, die Posten standen extrem eng beisammen. Ich suchte nach meinem Posten, Brit Conrad aber auch. Mein Puls hatte sich auch wieder beruhigt, deswegen fand ich ihn dann doch noch vor ihr. Danach ging es nur noch ins Ziel.

Ab wann wusstest du, dass es heute für Gold reichen würde?
Zunächst hörte ich Im Zieleinlauf, dass ich eine neue Bestzeit aufstellen würde. Und nach mir kam nur noch Meike Jäger. Also hab ich meine Stoppuhr gestartet, gleich als ich über die Ziellinie lief. Als die zwei Minuten vorbei waren, musste ich kurz weinen vor Freude.

Dabei lief die Vorbereitung nicht optimal: Du wurdest dieses Jahr auch schon operiert.
Im Januar wurde ich das erste Mal operiert. Drei Wochen durfte ich überhaupt nichts machen. Zur zweiten OP kam es dann zwei Wochen vor der Bayerischen Sprint in Passau Ende April.

Zwischen der zweiten OP und deinem Titel liegen also nur acht Wochen.
Ich bin nach der zweiten OP wieder zu früh ins Training eingestiegen und musste zwischenzeitlich nochmal ins Krankenhaus. Das viele gute Training aus den Wintermonaten half mir aber enorm weiter.

Die gute Grundlage kommt auch durch das Training in Jetzendorf, wo ihr dabei seid, OL in einem Verein neu zu etablieren. Wie kam dort der Kontakt zustande?
Ole trainierte seit einem Jahr schon bei den Leichtathleten von Jetzendorf, das sind von unserem Wohnort nur sieben Kilometer. Und Jetzendorf ist ein sehr leistungsorientierter Verein. Zum Beispiel die Turnabteilung: Da turnen über 900 Leute um Medaillen. Das fanden wir gut.

Musstet ihr die Jetzendorfer von der Sportart OL noch überzeugen?
Tatsächlich gab es einen Turnerer, der OL von den Turnfesten kannte und den Sport super fand. Und er ist im Turnbezirk Oberbayern sehr engagiert und hat damals in Grünwald die OL-Abteilung mit aufgebaut und kannte zum Beispiel auch Pavel Dietrich. Der hatte zu Hause auch eine Postentasche von Pavel, Kompass und alte Turnfest-Karten, die er mir gezeigt hat. Total verrückt! Er hat uns dann eingeladen, nach Jetzendorf zu kommen.

Wie schaut eure Zusammenarbeit im Verein aus?
Wir wurden super offen aufgenommen und mittlerweile trainieren wir regelmäßig und intensiv. Richtiges In-

tervalltraining und nicht nur rumhoppeln. Das tut gut. Einmal pro Woche organisieren wir ein OL-Training und mit den Leichtathleten geht es zum Lauftraining. Da sind wir die Trainierten. Es sind mehrere sehr gute Crossläufer und Langstreckenläufer dabei, das ist ein super Umfeld.

Viele neu gegründete Vereine tun sich schwer, in einer Umgebung, in der OL nicht wirklich bekannt ist, neue Mitglieder zu finden. Wenn ich jetzt Ergebnislisten studiere, taucht Jetzendorf doch einige Male auf. Werdet ihr das zweite Burgweinting?
Wir hoffen es! Das erste, was wir gemacht haben, war ein Schnupper-OL bei den Leichtathletik-Vereinsmeisterschaften im Oktober 2013. Dort kamen unter anderem zwei Familien nur wegen des OLs. Ab November gab es Vereinstraining, für das wir auf der Website geworben haben und Flyer verteilt haben. Im Jahr darauf haben wir das gleiche nochmal gemacht und nach beiden Vereinsmeisterschaften sind Familien bei dem Sport geblieben. Mittlerweile auch solche, die das OL-Training nicht als Fußballersatz sehen, sondern den Sport wirklich ernst nehmen. Das freut uns total.

Also seid ihr wirklich bald eine größere Abteilung?
Es etabliert sich eher langsam, was aber gar nicht so schlecht ist. Wir haben jetzt erst mal das erste SI-Equipment angeschafft und nach einem Jahr endlich unsere eigenen Trikots. Eine richtige Karte fehlt uns aber zum Beispiel noch. Man darf nicht vergessen: Es sind nur der Veikko und ich. Da wartet immer viel Arbeit auf uns beide. Für die Organisation eines Schul-OLs muss ich mir Urlaub nehmen. Wenn morgen plötzlich 50 Kinder beim Training stehen würden, dann hätten wir ein Problem.

Du und Veikko fahrt mit euren Kindern in OL-Urlaube, nehmt sie mit zum 24-Stunden-OL, ihr seid an sehr vielen Wochenenden für den OL unterwegs. Seid ihr OL-verrückt?
So würde ich das nicht sehen, es ist eher eine Liebe zum Sport. Wir führen aber tatsächlich ein unstabiles und anstrengendes Leben.

Außenstehende tun sich manchmal schwer, unsere Begeisterung für den Sport zu verstehen. Wie reagieren eure Nachbarn eigentlich, wenn ihr mit vollgepacktem Auto und dreckigen Klamotten am Sonntag wieder in die Einfahrt biegt?
Das Problem ergibt sich nicht, wir haben viele sportbegeisterte Nachbarn: Mit einer meiner Nachbarn, mit Iris, wurde ich im vergangenen Jahr bayerische Meisterin. Mittlerweile kommen also auch mehrere aus unserer Straße zum OL-Training.

Die Fragen stellte Fabian Scheler.

Das Grinsen des Trainers

Worüber freuen sich Trainer? Valerio Casanova, der den Burgweintinger und Regensburger Nachwuchs betreut, gibt hier die Antwort: Wenn die eigenen Schützlinge die ersten vier Plätze bei einer Deutschen Meisterschaft belegen.

Nach einem erfolgreichen JJLVK machen wir uns auf den Weg zum DM-Sprint-Wochenende in Augustsburg. Diesmal ist der Trainer klug. Wir machen sofort aus, wer den OLI-Bericht schreiben soll: die vier D14 Mädels. Ohne Diskussion! Ric ist leider krank. Er ist zwar gekommen, aber er wird nicht teilnehmen. Trotzdem haben wir gute Aussichten. Es wäre Zeit, nach Rics Siegen bei der DBK Ultralang und der DBK Nacht einen weiteren Titel für Regensburg zu feiern.

Die Unterkunft war ein schönes Schloss und für den Energie-Haushalt gibt es die obligatorische Pizza. Die Qualifikationen laufen optimal. Auf der kleinen Karte ist orientierungstechnisch nicht wirklich viel gefordert. Es macht aber Spaß und man muss immer ziemlich schnell und konzentriert laufen.

Das A-Finale ist für fast alle gesichert. In der D14 gibt es eine erste kleine Überraschung: Platz 1 bis 3 für Katrin, Jasmin, Antonia, Ines fehlt zum 4. Platz nur eine Sekunde. Oha! Ein paar lustige Kumpel fangen an zu lästern: „Ines, jetzt fliegst Du aus dem D-Kader“. Na gut, wir geben Ines noch eine Chance.

Das A-Finale ist dann noch mehr laufbetont. In der einfach strukturierten Stadt sind die Posten fair gesetzt und es sind nur wenige Fallen eingebaut. Allein eine Unterführung wird für Einige zum Verhängnis. Sonst gewinnt einfach, wer die schnellsten Beine besitzt. Und wer besitzt diese Beine?!?

In der D14 gibt es ein wahnsinniges Ergebnis: Platz 1 bis 4 für die Powermädel! Antonia wird die erste Meisterin bei einer Deutschen Einzelmeisterschaft in der OLG

Regensburg-Geschichte. Und Katrin, Ines und Jasmin komplettieren das Ergebnis. So hat Ines doch ihre D-Kader Angehörigkeit gerettet. Einfach war es aber nicht und sie haben wirklich 100 Prozent gegeben. Der Trainer (ich) flippte aus und das Dauergrinsen wollte einfach nicht mehr verschwinden.

Regensburg ist auch glücklich mit dem fünften Platz von Lukas in der H18 und Platz 4 und 5 mit den Halb-Regensburgerinnen Mareike und Isabel Seeger in der D18.

Aber nicht nur Regensburg war erfolgreich: In den Elite-Kategorien, gewinnt Britta Meißner mit Rang sechs ein Diplom. Teo erreicht mit dem siebten Platz auch eine hervorragende Platzierung. Ralph holt sich sein erstes Diplom (6. Platz) in der H35 und der kleine Daniel Cionoiou zeigt sein Potential mit einem 2. Platz in der H10.

Am Abend ist es dann schön. Die Frau, die durch die Siegerehrung führt, merkt nicht sofort, wie das Podium in der D14 aussieht und ist immer wieder sehr verblüfft, als neue Regensburgerinnen auf das Podest kommen. Nach kurzem Feiern geht es am nächsten Tag wieder um Platzierungen. Wieder wird es ein super Tag für die bayerischen Läufer mit einigen Top-Ergebnissen in den Kategorien. Ah ja, und die D14 Mädels? Machen einfach so weiter: Wieder Platz 1 bis 4. Diesmal ist Jasmin dritte. Es ist zu viel für den Trainer: „Mädels, ihr seid einfach gigantisch, ihr habt einen Wunsch frei. Fragt mich was ihr wollt!“ „Wirklich?“ „Ja sicher!“ „Na dann, wenn Du wirklich willst. Dann schreib den OLI-Bericht!“ Schon wieder ausgetrickst, aber das Dauergrinsen bleibt!



Wie grinst ein Trainer, wenn man zwei Mal in Folge die ersten vier Plätze belegt? (Archivbild)



So richtig glauben konnten es die Regensburger Mädels im Ziel noch nicht.



Erst am Abend war der historische Triumph auch in den Gesichtern angekommen.

Fotos: Norbert Deixler (1) und Valerio Casanova (2).

Familientreffen

Der Thüringer 24-Stunden-OL ist auch im zwanzigsten Jahr ein Magnet für die OL-Community Deutschlands. Warum? Katrin Lorenz-Baath und „S’Passt Scho“ ist wieder mittendrin.

Man könnte denken, dass ein 24 Stunden dauernder OL-Wettkampf nur etwas für ganz wenige OL-Verrückte ist. Stattdessen treffen sich alle zwei Jahre in Thüringen fast 1000 Orientierungsläufer, um bei diesem Staffel-Event dabei zu sein. Unter ihnen auch einige, bei denen der OL aus dem Terminkalendern so gut wie verschwunden ist! Das ist der Charme dieses Klassentreffens. Einige traditionsreiche Teams laufen bereits seit mehr als 20 Jahren unter demselben Namen. Ein Paradebeispiel dafür sind die „Bavarian Gosthylowflyers“, die bereits seit 1994 am Start sind. Mit Cristian Gunsenheimer als Gründungsmitglied waren sie auch dieses Jahr wieder da, wenn auch zum ersten Mal nur bei der 12-Stunden-Variante. In diesem Jahr feierte der legendäre Wettkampf nun sein 20. Jubiläum. Schon lange vor dem Wettkampf kursierten Gerüchte, dass es durch Personalmangel im Ausrichterteam und die immer schwerer einzuholenden Genehmigungen möglicherweise der letzte 24h-OL in Deutschland werden könnte. Doch die OL-Familie Deutschlands setzte ein deutliches Zeichen. 97 24h-Teams und rund 80 12h-Teams und damit weit über 1000 Läufer meldeten sich an. Rekord und, viel wichtiger: Ein klares Votum pro 24h-Stunden-OL. Auch wir, das Team „s’ passt scho“ hatten uns nun bereits zum fünften Mal in fast identischer Besetzung angemeldet. Das Kernteam: Lyonel Ehrl, Gert Lexen, Veikko Baath, Katrin Lorenz-Baath, unterstützt durch Dieter Lexen und Sigrun Ritter. Begleitet wurden die alten Hasen außerdem von einer 12h-Mannschaft aus eigenen Kindern und OL-Neulingen aus Jetzendorf – kurzerhand als „Lexendorfer Grünschnäbel“ getauft, die mit Ole Baath (neun Jahre alt) auch den jüngsten Teilnehmer des ganzen Wettkampfes am Start hatten. Wie jedes Mal war dem Wettkampf-

Wochenende bereits eine akribische Planungsphase vorausgegangen. Ein 24h-Grillmeister wurde gefunden und mit Mama Ehrl war auch unsere routinierte Teambetreuerin wieder dabei, außerdem insgesamt sechs Kinder im Alter von 2-6 Jahren. Die traditionelle Excel-Liste, die mit Läuferfaktoren, Bahnfaktoren, Ermüdungsfaktoren, Nachtfaktoren die Zahl der Wechsel vorher sagen sollte, sagte 28 Wechsel mit einer Laufzeit von 22 Stunden und 53 Minuten voraus. Einen Kasten Bier (hier muss die Planung für das nächste Mal angepasst werden) und einige Steaks und Coburger Bratwürste später waren wir am Freitagabend nun wirklich startklar! Wichtig ist es auch, am Freitag der traditionellen Party mit Live-Konzert beizuwohnen und im Kreise der OL-Familie die lokalen Bierspezialitäten aus Köstritz zu genießen. Das Aufwärmprogramm gibt’s dabei auf der Tanzfläche! Spätestens um 9 Uhr sind aber alle wieder wach und jubeln den Startläufern zu. Unser Startläufer Lyonel ließ es sich nicht nehmen und setzte gleich zu Beginn eine Hausnummer und erschien als 18. zum Wechsel Nummer 1. Aber auch die anderen „s’passt scho“-Läufer sorgten mit guten Leistungen dafür, dass wir den ganzen Samstag unserer Excel-Planung voraus eilten. Obwohl alle in unserer Staffel sehr nachterfahren waren, erwischte es doch fast jeden von uns einmal mit einem etwas größeren Fehler: Bis zu zehn Minuten hatte fast jeder in den undurchdringlichen Kahlschlägen und Dunkelgrüns verzockt. Damit waren wir aber immer noch besser dran als andere Staffeln: Während Katrin versuchte, im Zelt etwas Schlaf zu bekommen, wurde sie vom lautstarken Bericht eines Regens-



Foto: Veikko Baath

burgers nebenan amüsiert, dem im Wald die Lampe ausgefallen war und glücklicherweise von einem Läufer auf derselben Bahn mitgenommen wurde, ohne eigenes Licht aber über jeden Baumstumpf stolperte. Nachts ist es einfach besonders: Wer steht schon gerne morgens um 2 Uhr auf, läuft und presst sich im Anschluss noch den Nudelsalat rein, um die Batterie für den nächsten Lauf aufzufüllen? Und trotzdem: Unvergesslich sind wegen der einsetzenden Dämmerung immer die frühen Morgenstunden am Sonntag.

Bei uns war es ausnahmsweise in diesem Jahr zum Schluss unkritisch. Obwohl Gert noch eine „Long Difficult Night“ mit zehn Leistungskilometern abspulen musste, konnte Katrin mit einem satten Polster um 7:24 Uhr auf die letzte „Short Difficult Night“ gehen. Wer konnte also damit rechnen, dass sie auf ihrer 5. Runde sich noch einem echten Kampf stellen musste? Zwei weitere Läufer zeitgleich auf der Strecke, ein echter Endspurt. Die Taktik ging auf, sogar so gut, dass das gesamte Team noch beim Frühstück war, als Katrin auf Platz 27 in die Zielgerade einbog. Am Ende schlingerten wir nur 15 Minuten über unsere Excel-Planung. 28 Wechsel waren auch geschafft und ohne den unglücklichen Fehlstempel auf der vorletzten Strecke wäre es sogar Platz 20 von 95 gewesen! Stolz und ein bisschen wehmütig zugleich waren wir. Wir und der Nachwuchs sind in zwei Jahren wieder dabei. Wir sehen uns in zwei Jahren, wenn dann mehr als 13 Staffeln mit bayerischen Läufern am Start sein werden, gell?

„Schwieriger als jede Deutsche Meisterschaft!“

Ja, das wurde über die Bayerischen Sprintmeisterschaften erzählt. Von Teo Yordanov. Für die OLI Grund genug, ein neues Format zu testen und Yordanovs These zu überprüfen: Mit einer Routenanalyse der Herren-Elite.

Die Frage, die sich nach diesem Sprint aufdrängte, lautete: Warum haben wir Passau nicht schon viel früher für Wettkämpfe entdeckt? Es dauerte bis ins Jahr 2015, bis sich Malte Rehbein, Professor an der Universität in Passau, der Sache annahm und Karte, Bahnen und die Organisation in die Gassen zwischen Donau, Salzach und Inn legte. Es wurden anspruchsvolle Wettkämpfe. Wir probieren hier nun etwas zum ersten Mal: Das Rennen der Herren-Elite soll in seinen Höhepunkten nach-erzählt werden, Teo Yordanov, Jan Schmidt und Korbinian Lehner, die drei Medaillengewinner haben ihre Strecke, ihre Gedanken und ihre Meinung hier aufgeschrieben. Und bevor der Sturm der Entrüstung losbricht: Ja, das Format ist auch für Frauen geplant. Für einen ersten Versuch war die Organisation aber auch so Aufgabe genug.

1-7

Den Start hatten die Organisatoren unter eine Unterführung gelegt. Als es losgeht, starten die Läufer in eine komplizierte Mischung aus Gassen, Tunneln und Treppen. Ein unangenehmer Beginn. Jan Schmidt verliert auf dem Weg zum ersten Posten sofort 45 Sekunden auf Teo Yordanov, da er mit der Situation etwas überfordert war, wie er später erzählte. Er ärgert sich. Anschließend folgen eindeutige Routen-Entscheidungen, die drei Topläufer bleiben eng zusammen. Die erste Routenwahl ist der Weg zu Posten Sieben. Drei Optionen gibt es: Unten um die Mauer herum und dann die Gasse zur Sieben hoch. Zu lang und zu weit weg vom Posten, meinten die drei Läufer in der Analyse. Eine weitere Route wäre der Weg an der Donau entlang bis zu einer der kleinen Gassen, die hoch auf den Domplatz führen. „Das schien mir ein Umweg zu sein“, sagte Teo Yordanov und wählt die dritte Variante: Zurück über den fünften Posten, dann die Straße nach Westen, rechts hoch zum Domplatz und rüber zum Posten. Auch die anderen beiden entscheiden sich dafür. Yordanov braucht 1:39 Minute, genau so schnell wie Schmidt, Lehner verliert fünf Sekunden.

Teo Yordanov nimmt den beiden anderen nun kontinuierlich Zeit ab, bei jedem Abschnitt bleibt er sechs bis acht Sekunden vorne. Nach 13 Posten verlasen die Läufer die engen Gassen der Innen-

stadt und überqueren den Inn für den Schlussteil. Hier sollten einige Probleme warten. Im Rückblick war dieser Abschnitt der schwierigste des ganzen Wettkampfes.

14-15

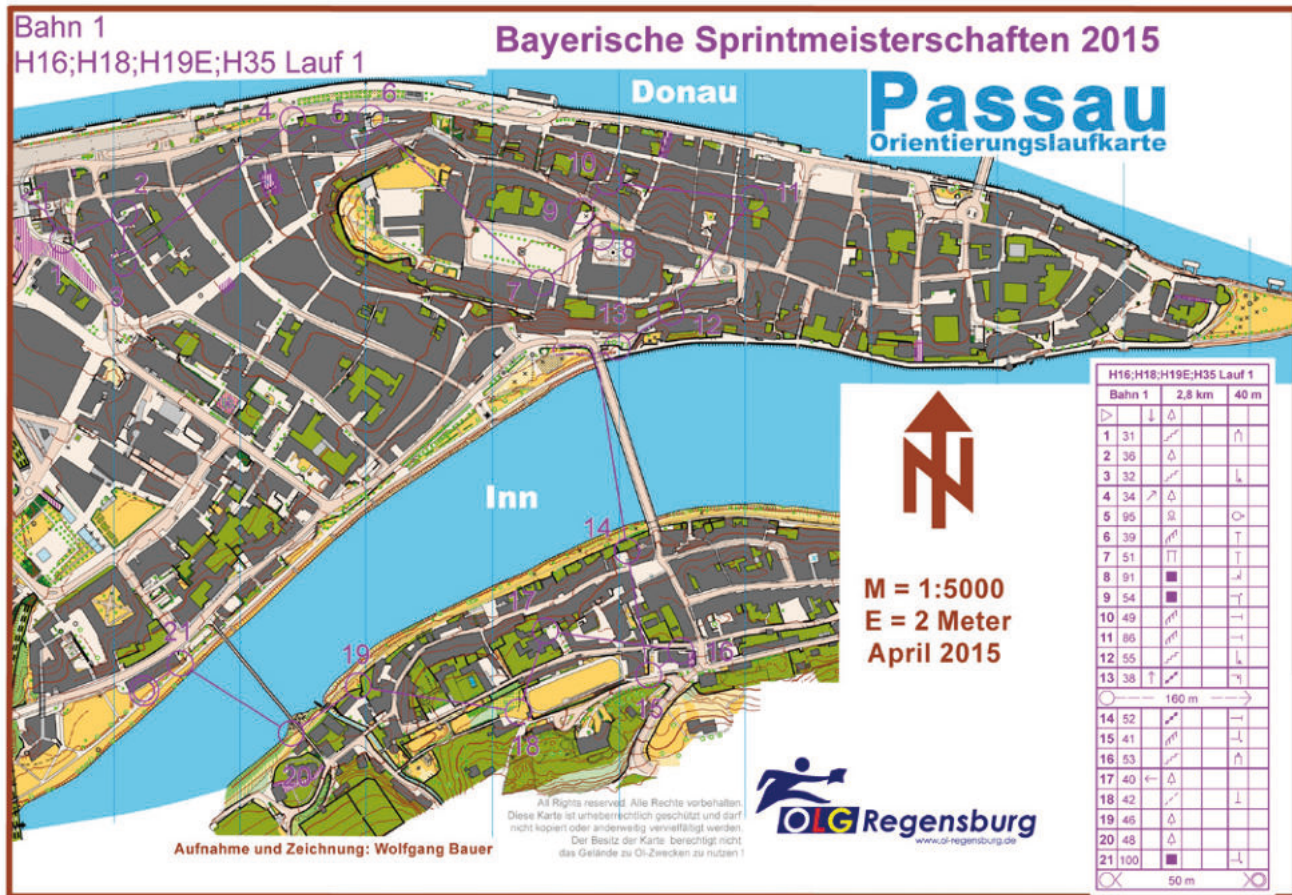
Auf den Weg zu Posten 15 sehen alle drei Läufer den grauen Durchgang, der kurz vor dem Posten eingezeichnet ist. Dort angekommen dann die Überraschung: Statt eines Durchgangs stand man vor einer Tiefgarage, in der die Treppen auf das Dach zu Posten 15 führten. Das war der Durchgang. Nur Teo Yordanov erkennt das, die anderen beiden sind unsicher, ob sie die Tiefgarage betreten dürfen und wählen den Umweg über die Treppen bei Posten 16. Yordanov bleibt bei 55 Sekunden für diesen Abschnitt und nimmt Schmidt und Lehner fast eine halbe Minute ab. In der Gesamtzeit liegt er nun schon zwei Minuten vor Jan Schmidt und 1:40 Minuten vor Korbinian Lehner.

17-18

Die nächste knifflige Situation eröffnet sich zwischen 17 und 18. Alle drei wägen zwischen zwei Routen ab: nach Westen entlang der Mauer auf einen Durchgang warten und dann zurück zur 18. Oder über die 15 zu laufen. Was alle drei nicht sehen ist der kleine Durchgang zwischen Sportgebäude und Laufbahn. Das wäre wohl die schnellste Route gewesen. Yordanov wird das erst im Ziel erkennen, die anderen beiden berichten ebenfalls von großen Schwierigkeiten, im Laufen die kleinen Durchgänge zu erkennen. Alle drei nehmen die Westroute entlang der Mauer, Yordanov muss zwei Mal stoppen, um seine Route zu überprüfen: „Die Mauer war überall! Das langsame Laufen und Stoppen haben mich genervt, deshalb bin ich am Posten sogar noch vorbei gelaufen.“ Es wird sein größter Zeitverlust. 30 Sekunden lag er hier hinter Jan Schmidt, der schnellster des Trios wird. Lehner benötigt zehn Sekunden mehr.

18-19

Den nächsten Abschnitt nennt Jan Schmidt den Spannendsten des ganzen Laufs. Was die meisten Läufer zu spät erkennen: Die Brücke bei Posten 20 ließ einen Abstieg zum Ufer nicht zu. Es bleibt nur der lange Weg um die Kirche bei Posten 20 vorbei. „Das war auf jeden Fall ein deutlicher



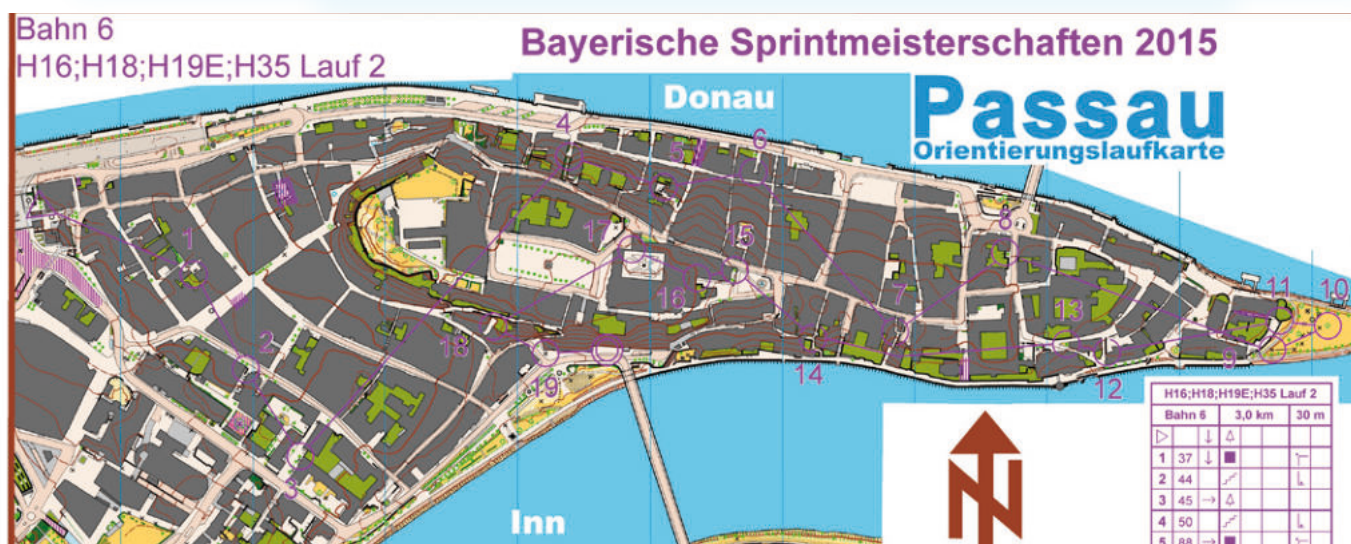
Lauf 1 in Passau. Die Karte kommt wie die auf der nächsten Seite von der OLG Regensburg.

Umweg, resümierte Jan Schmidt, der wie Teo Yordanov diesen Weg nahm. Zudem bogen beide beim Weglaufen von Posten 18 nach dem Zaun nach rechts ab die Treppen hinunter und müssen Zickzack in Kauf nehmen, statt geradeaus in der Gasse weiter Tempo zu machen. „Ich habe die falsche Route gewählt“, sagte Yordanov.

Deutlich besser wäre der Weg ans Ufer über die kleine Gasse links von Posten 17. Diese nimmt Korbinian Lehner in 2:31 Minuten. Die Bestzeit, auch noch vor den anwesenden Nationalläufern Österreichs, hat Hannes Höfer in 1:24 Minuten. Da müssen wir nochmal nachhaken, wie das passieren konnte. Im Duell um den bayerischen Titel hat Korbinian Lehner der enormen Laufstärke von Yordanov auf

dem Umweg aber nichts entgegen zu setzen. Yordanov hat trotzdem die schnellste Zeit der drei Läufer (2:25), Schmidt verliert mit 2:38 weitere Sekunden. Die er zumindest auf dem Weg über die Brücke auf Korbinian Lehner wieder gut machen kann. Eine halbe Minute nimmt er Lehner ab und dreht seinen Rückstand, den er seit Posten 1 hatte, in einen Vorsprung.

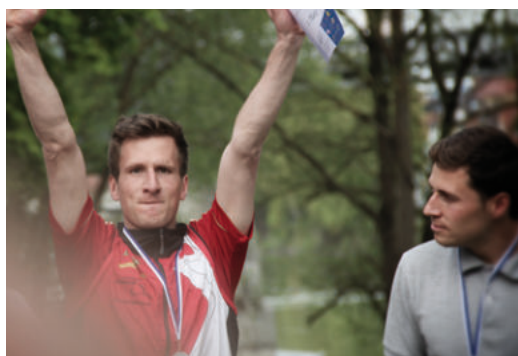
Yordanov liegt nach dem ersten Lauf schon fast uneinholbar vorne. Seiner Zeit 19:15 Minuten folgen Jan Schmidt mit 20:57 Minuten und Korbinian Lehner mit 21:07.



Der zweite Lauf beginnt für Jan Schmidt deutlich besser. Er hat nun keine Probleme mehr, am Start aus der Unterführung heraus voll konzentriert zu sein. Bis zum vierten Posten liegen Schmidt, Lehner und Yordanov fast gleichauf, Yordanov führt am vierten und innerhalb von 20 Sekunden folgen die anderen beiden.

3-4
Der Weg zum vierten ist die einzige große Routenwahl des Laufes. Es gibt die Option links über die breite Fußgängerzone zu gehen, bei der man am Samstagnachmittag aber mit vielen Passanten und den folgenden Ausweichmanövern rechnen muss. Ganz rechts gäbe es zwei Varianten: Nach Station drei geradeaus durch die Gassen, dann hoch zum Domplatz und zur Vier. Oder sofort nach der drei rechts ans Inn-Ufer und über Posten 19 nach oben. Das Problem bei dieser Alternative: Die zusätzlichen Höhenmeter, die man auf der linken Route nicht hat. „Alles über den Berg wäre langsamer gewesen“, meinte Teo Yordanov. Alle drei entscheiden sich für links, Yordanov bleibt wegen seiner Laufstärke 20 Sekunden vor Schmidt und Lehner. Jan Schmidt muss einen Stopp wegen der Fußgänger einlegen, Korbinian Lehner nimmt eine Gasse zu früh nach unten, weil er den Durchgang vor Posten vier im Laufen nicht erkennt. Anschließend lässt Lehner bei Posten fünf 25 Sekunden liegen und verliert den Anschluss auf die Silbermedaille. Dann kommt die

laufbetonte Passage zur Neun, bei der Teo Yordanov beiden weitere 20 Sekunden abnimmt und seinen Sieg wohl endgültig eintütet.



Der zweite kann auch jubeln. Jan Schmidt (links) und Sieger Teo Yordanov. Foto: Fabian Scheler

11-12
Dort nehmen Schmidt (1:11 Minuten) und Lehner (1:18) die südliche Variante am Inn entlang und sehen zu spät, dass sie dafür kurz vor dem Posten um die Mauer laufen müssen. „Ich hätte wohl die Postenbeschreibung lesen sollen“, sagt Lehner. Yordanov (1:01) geht nach der 9 durch die Gasse, rechts über den Platz und biegt links in die enge Straße direkt zum Posten. „Bin sehr zufrieden“, sagte er. Ein einfaches Fazit wie man ein Rennen gewinnt. Der zweite Lauf ist vor allem einer für Läufer und fordert nicht so viele Entscheidungen wie noch der erste. Yordanov hatte deswegen Vorteile und nimmt den beiden anderen auf dem Weg zu Posten 14 weitere 20 Sekunden ab. Waren Sie müde? Jan

Schmidt liegt zu diesem Zeitpunkt auch schon eine Minute vor Korbinian Lehner, der seinen Fehler vom fünften Posten nicht mehr aufholen kann.

17-18
Die letzte Entscheidung fällt auf dem Weg zu Posten 18: War es schneller, östlich die steilen Treppen hinab zu nehmen oder Richtung Westen oberhalb vom Posten zu laufen und danach den Knick zu machen? Teo Yordanov und Korbinian Lehner nehmen die Stufen, Jan Schmidt die Straße. Yordanov läuft Bestzeit (1:12), die anderen beiden eine 1:29. Das ist interessant, denn beide waren danach der Meinung, die falsche Entscheidung getroffen zu haben: Schmidt war mit seiner Wahl absolut nicht zufrieden („eindeutig die falsche Routenwahl“), genauso wie Korbinian Lehner auf der anderen Route („Die andere wäre besser gewesen“). Was lernen wir daraus? In dem Fall habt ihr beide nicht Recht. Am Ende bleibt Yordanov mit 18:29 Minuten fast zwei Minuten vor Jan Schmidt (20:22). Korbinian Lehner folgt mit 21:38 und komplettiert das Podest. Teo Yordanov holt sich mit zwei Einzelsiegen den bayerischen Titel und war mit seinem zweiten Lauf deutlich zufriedener als mit dem ersten. „Außerdem muss ich den Bahnleger Malte Rehbein loben: Diese Bahnen waren schwieriger als alle Deutschen Meisterschaften, die ich bisher gelaufen bin!“ Gibt es ein schöneres Lob? Fabian Scheler



Die Sieger der Herren-Elite, Jan Schmidt und Fabian Scheler mit Siegerschal.



Staffelwechsel auf die andere Art.



über Blaubeeren

Schon auf dem Weg zum ersten Posten wurde klar, dass die Strecken mit Absicht kurz waren. Es würde sonst einfach wieder zu anstrengend werden. Noch vor dem ersten Posten ging es durch Sträucher, die die Hüfte streiften. Manchmal auch den Bauch. Natürlich wusste ich, dass mich genau das erwarten würde. Ich kenne den Wald ja. Aber immer, wenn man das Blaubeerparadies von neuem betritt, kommen diese Momente: Querlaufen oder Weg? Immer raus auf den Weg! Bergauf durch Gräben? Irgendwie nach einem Weg ausenrum suchen.

Es ist einer der ekligsten Wälder in Bayern, wie ich finde, und das obwohl es einer meiner Hauswälder war. Erst im Ziel, wenn man die Beine nicht mehr anheben muss wie ein Storch, da gefällt er mir dann wieder, der Wald. Er gibt einem das Gefühl, jedes Mal einen Kampf gewonnen zu haben. Dieses Mal bei der Bayerischen Staffel. Zweimal ein bisschen mehr als 20 Minuten dauerte der Sträucherkampf dieses Mal, dann ist es schon wieder vorüber. Es war heiß und schwül.

In der Herren-Elite starten nur wir, ein Mitrachinger Team und zwei Regensburger Staffeln, die beide aufgeben müssen. Wir gewinnen und werden Vorletzter. Komisch in der Herren-Elite, gerade in den letzten Jahren wurden es doch immer mehr dort?

Bei den Damen gewinnt der SV Mitraching mit Maria Lange und Jana Faltejsekova.

Was selbst die Beerensträucher nicht geschafft haben: Die Läufer traurig zu machen. Diesen Eindruck gewinnt man, wenn man sich die vielen tollen Bilder von Christian Vetter ansieht. Und ein Schal des großartigsten Vereins außerhalb des Freistaats hat es auch in die OL Inform geschafft. Toll.

Fabian Scheler



Impressionen aus Coburg



Die Siegerinnen der Damen-Elite vom SV Mietraching (links). Und der Kampf mit den Blaubeeren (überall).



Danke an Christian Vetter für die vielen tollen Aufnahmen an diesem Wochenende. Online bei www.ol-coburg.de gibt es über 400 davon!

„Ich bin im Wald aufgewachsen“

Im Februar ist Katharina Blumensaat nach längerer, geduldig ertragener Krankheit im Alter von 78 Jahren im Kreis ihrer Familie in Kulmbach von uns gegangen. Im Juni starb auch ihr Mann Fritz Blumensaat. Wir trauern um zwei Mitglieder der OL-Familie.

Wir sind betroffen, dass sich Katharina von den Folgen dieser Krankheit nicht mehr hatte erholen können. Wir trauern um einen liebenswerten Menschen und eine großartige Sportlerin. „Ich bin gewissermaßen im Wald aufgewachsen“, hat sie geantwortet und dabei gelacht, wenn man sie auf ihre eindrucksvolle sportliche Bilanz und auf das „Geheimnis“ ihres Erfolgs angesprochen hat. Der Wald war ihr Metier. Aber das allein hätte diese erstaunliche OL-Karriere nicht erklären können: Katharina war ein Naturtalent.

Erst mit fast 50 Jahren lernte sie durch ihren Mann Fritz den OL kennen. Schon nach kurzer Zeit reihte sie mit beeindruckender Beständigkeit Erfolg an Erfolg; allein vier Mal war sie Deutsche Meisterin. Weit über Bayerns Grenzen hinaus kannte man Katharina und schätzte ihre freundliche und ruhige Art. Aber auch international heimste sie Lorbeeren ein. Und so war Katharina über viele Jahre ein Aushängeschild des bayerischen OLs. Ihre herausragenden Leistungen bescherten ihr die Goldene Sportmedaille ihrer Heimatstadt sowie als höchste Auszeichnung des ATS Kulmbach die Goldene Ehrennadel. Wir haben mit Katharina nicht nur eine außergewöhnliche Sportlerin, sondern vor allem auch einen wertvollen Menschen verloren. Ihr freundliches und bescheidenes Wesen bleibt uns in dankbarer Erinnerung. Sie hat in „ihrer“ OL-Gemeinde tiefe Spuren hinterlassen. Nun ist ihr Mann Fritz im Juni allzu schnell nachgefolgt. Mit seinem Tod verbindet sich bei mir auch die Erinnerung an einen Montagabend bei unserem allwöchentlichen Lauftreff am Rehberg in Kulmbach, als Fritz Blumensaat uns mit der Mitteilung überraschte, er habe am Wochenende in Pechbrunn einen OL absolviert. Einen OL? Keiner von uns konnte sich etwas unter dieser Sportart vorstellen. Als wir ihm bei der Darstellung seiner ersten OL-Eindrücke dann auch noch das Geständnis entlockten, auf der Wettkampfstrecke seien leider ein See und jede Menge Dickicht im Weg gewesen und daraus erkläre sich die erstaunlich lange Laufzeit, waren wir sprachlos. Nahezu fassungslos aber machte uns als „gelernte“ Leichtathleten dann auch noch das etwas verschämte Eingeständnis, OL sei bei den Turnern angesiedelt und wohl deshalb hätten wir davon noch nichts gehört. Nachdenklich wurden wir dann allerdings, als er unsere Frage, ob ihm dieser ominöse Wettkampf denn überhaupt Spaß gemacht habe, zu unserer Verwunderung mit einem klaren „Ja“ beantwortete. Es musste also „etwas dran“ sein, denn



Fritz und Katharina Blumensaat (links und mitte) im Jahr 1988.

ohne Grund hätte der so besonnen abwägende Fritz sicher keine derartige Äußerung gemacht. Rückblickend kann man seinen Pechbrunner Lauf als eine Art Initialzündung bezeichnen. Auf seine Anregung hin nahmen wir Kontakt zur Turnabteilung des ATS Kulmbach auf und fanden dort in Albert Bauer einen erfahrenen OL-Partner. Aus uns Leichtathleten waren mit einem Mal Turner geworden.

Fritz war bescheiden und blieb meist im Hintergrund. Er hatte die bewundernswerte Fähigkeit, Menschen zu überzeugen und zu leiten – nicht nur im Sport. Besondere Freude machte ihm daneben auch das Musizieren, dem er lange Zeit zunächst professionell im Orchester und später als Chorleiter nachging. Und so war es kein Wunder, dass er bei den legendären Läuferfesten, die er zusammen mit Katharina alljährlich in Geutenreuth ausrichtete, immer zum Akkordeon griff. Auch so manche OL-Veranstaltung ist mit seiner Musik ausgeklungen. Gerne erinnern wir uns an eine bemerkenswerte Siegerehrung in Coburg, bei der die versammelten Oler einen ganzen Abend begeistert mitsangen.

Schon kurze Zeit nach seiner Frau Katharina mussten wir nun auch Fritz Blumensaat die letzte Ehre erweisen. In ihrer Bescheidenheit hätten beide wohl darum gebeten, sie nicht so wichtig zu nehmen. All diejenigen aber, die sie näher kannten, können ermessen, welch wertvolle und liebenswerte Menschen wir verloren haben.

Wolfgang Arneth

Auf und ab

Auf ol-bayern.de war von einem kleinen Desaster zu lesen. War der Alpen-Adria-Cup wirklich so schlimm? Siggie Liebl ist der Frage nachgegangen und stellt fest: Die Stimmung schwankte. Auch wegen einer schweren Verletzung.

Die österreichische Thermenhauptstadt Fürstenfeld in der südöstlichen Steiermark war dieses Jahr Gastgeber des Alpen-Adria-Cups. Gekoppelt mit den Thermenland-Open, einem World-Ranking Event in der Mitteldistanz und zwei Austria-Cup-Läufen ist es dem Austrichterteam des OC-Fürstenfeld nicht nur gelungen, 700 Teilnehmer in den äußersten Südosten Österreichs zu ziehen, sondern auch eine gelungene Veranstaltung zu bieten.

Durch die klimatisch und geographisch günstige Lage ist diese Gegend auch für ihren Wein, den Obstkulturen und dem Kürbiskernöl bekannt. Diesen Wetterumständen ist es vermutlich auch zu danken, dass wir 23 Bayern im Wettkampfbereich von dem nasskalten Schmuddelwetter, das in diesen Junitagen im heimatlichen Bayern herrschte, verschont blieben. Außer einem wettertechnischem Auf und Ab zweier kräftiger Hagelschauer gab es immer wieder Sonnenschein, etwas Wolken und angenehme Lauftemperaturen um die 18 Grad. Traditionell zählen für die AAC-Wertung die Kategorien D/H 18, D/H Elite und D/H 35. Darauf lag auch der Fokus in diesen Tagen.

Zum Start der Staffeln am Freitagnachmittag herrschte Familienatmosphäre im - wie konnte es anders sein - Freibad Fürstenfeld, das als ideales Start- und Wechselareal diente. Von hier ging es 300 Meter ordentlich bergauf, bevor das Läuferfeld im angrenzenden Wald verschwand. Dieser offerierte sich als sehr gut belaufbarer Mischwald mit wenig Dornen und Brenneselbewuchs. Lediglich das wiederholte Auf und Ab durch die sehr unangenehm tiefen, ja sehr tiefen Gräben, bremste den Lauffluss.

Nach dem ersten Wechsel ergaben sich für das bayerische Team sehr erfreuliche Aussichten in der Damen-Elite. Zwei bayerische Staffeln gingen an den Start, und Bayern 1 lag auf Gesamtposition zwei. Die Herren-Elite konnte Teamleader Ralph Körner mit drei Staffeln besetzen. Ralph schafft es immer wieder, aus allen noch so verwinkelten bayerischen Ecken OLer heran zu karren, die sich im Team mit dem nötigen Engagement einbringen. In der Elite zeichnete es sich bereits früh ab, dass die von Ralph favorisierte Back-Up-Strategie, mit mindestens zwei Staffeln pro Wettbewerb ins Rennen zu gehen, dieses Mal greifen würde. Am Ende konnte sich die Staffel Bayern 2 (Die Youngsterstaffel mit Daniel Janischwojky, Wolfram Pohl und Quirin Lehner) einen fünften Platz in der AAC-Wertung erlaufen. Erfreulicherweise musste sich die bayerische Damen-Elite-Staffel nur den sehr starken Steirerinnen und Sloweninnen



Fotos: Norbert Deixler

geschlagen geben. Ein leichtes Auf- Blühen im Gesicht unseres Teamleaders war zu erahnen, als dieser den Punktestand des ersten Wettkampftages berechnete. Das Bayernteam lag in der Gesamtwertung punktgleich mit den Kroaten auf Platz drei. Das hätte auch schlimmer kommen können.

Samstagnachmittag die Mitteldistanz: Das Laufgebiet war 15 km nördlich von Fürstenfeld in Bad Waltersdorf gelegen. Lediglich der Anmarsch vom WKZ im Kurpark zum Start mit 2,5 Kilometern und 110 Höhenmetern unterschied sich zum Vortag. Mit tiefen Gräben und feinkupierten Höhenbildern bot das Laufgebiet interessante Voraussetzungen für einen Mitteldistanzlauf. An

„Der Verfasser beobachtete bei guter Pasta, Blattsalat mit steirischem Kernöl und kühlem Bier aus sicherer Entfernung das Auf- und Ablaufen der Protagonisten auf dem Marktplatz.“

diesem Tag lief es besser bei den Herren. Malte Rehbein, Wolfram Pohl, Quirin Lehner und Ralph Körner erliefen wichtige Punkte.

Die junge Damenschaft lief gewohnt konstant und stabilisierte das Ergebnis. Einen lausigen Punkt auf den dritten Platz auf die Kroaten in der Gesamtwertung hätten wir noch gebraucht. Trotz dieses kleinem Punkteproblem spürten wir: Mit uns ging es auf wärts, aufwärts! Morgen, ja Morgen in der Langdistanz, da schau ma amoi! Ja schau ma amoi, weil einen bitteren Ausfall hatten wir an diesem Samstag schon zu verzeichnen gehabt: Kurz vor dem letzten Posten knickte Wolfram Pohl um.



Lagen die Fehlstempel der Herren-Elite an dieser Wettkampfvorbereitung in der Bildmitte? Sachdienliche Hinweise nimmt Ralph Körner entgegen.

Als bald bildete sich eine erhebliche Schwellung am rechten Knöchel. Der Zielsanitäter empfahl dringlich eine Untersuchung im Spital. Raus kam er mit Gips und Verdacht auf Kapselanriss! Das dämpfte jetzt aber doch die Stimmung auf den morgigen Lauf. Vor allem hatten wir kein vorher beschriebenes Back-Up in der Elite. Alle drei verbliebenen Läufer mussten punkten, sonst samma' weg.

Für diejenigen, die von drei Läufen an drei Tagen nicht genug bekommen, ergab sich die Möglichkeit des Abendsprints im urbanen Gelände von Fürstenfeld. Von OL nicht genug bekamen: fast alle Bayern. Nach dem Zieleinlauf zeigten sich jedoch viele von der nicht allzu anspruchsvollen Bahnlegung enttäuscht. Der Verfasser beobachtete bei guter Pasta, Blattsalat mit steirischem Kernöl und kühlem Bier aus sicherer Entfernung das Auf- und Ablaufen der Protagonisten auf dem Marktplatz.

Sonntag die Langdistanz: Das Wetter hält immer noch, selber Ort, kürzer Weg zum Start mit weniger Höhenmeter und trotzdem tun dem Verfasser alle Knochen weh. Kam das von der Pasta? Ob das bei den

jüngeren Teammitgliedern auch so ist? Na ja, geht schon. Ihr kennt das eh alle.

Also wie war das noch mal? Heute brauchen wir jeden Läufer in den Wertungskategorien. Ein wirklich schneller Wald, immer Vollgas. Das letzte Viertel der Bahn führte über einzelne kleine Waldstücke und Gehöfte, daher sehr laufbetont, direkt in den Kurpark samt Zielrunde neben dem WKZ.

Ein erneutes Aufblitzen im Gesicht des Teamleaders, als Helena Bastian in der Damen-Elite mit sehr gutem Lauf auf Platz drei in der AAC-Wertung einlief. Denn auch Marei Lehner und Helga-Wagner steuerten wichtige Punkte bei. Dann kam der erste Dämpfer in Form eines Fehlstempels durch einen unserer Herren. Diese Punkte waren weg. Dann der nächste Eliteläufer: wieder Fehlstempel. Namen der Läufer werden nur auf Anfrage an den Teamleader genannt. Die beiden hatten mit sich selbst ohnehin schwer zu hadern. Nach einem Auf und Ab der Tageswertungen wurde das bayerische Alpen-Adria-Team dann in der Gesamtwertung auf den 6. Platz verwiesen. Ärgerlich, dass uns die Teams aus Kärnten und Burgenland um einen mickrigen Punkt geschlagen hatten. Die Kroaten brachten den Langdistanzwettbewerb sicher nach Hause und kamen auf den 3. Platz, deutlich hinter den Slowenen, die sich nur Seriensieger Steiermark geschlagen geben mussten. Wäre auch dreist den Heimatadoren die Butter vom Brot zu stehlen.

Und wer auch gerne das Erlebnis eines Länderkampfes miterleben oder wieder mal an sich erfahren lassen will: Nächstes Jahr findet der Alpen-Adria-Cup in Italien in der Nähe von Triest statt. Sicher ist jetzt schon, egal wie das Rennen ausgehen wird, die Fahrt dahin geht auf und ab.

„Ich hatte extrem viel Spaß“

Riccardo Casanova und drei weitere junge bayerische Läuferinnen und Läufer verstärken das deutsche Nationalteam bei der Jugend-EM. Vor allem Mareike Seeger gelangen tolle Läufe.



Am 21. Juni stiegen wir vier Bayern (Isabel und Mareike Seeger, Riccardo Casanova und Lukas Janischowski) nach kurzer Abschiedsprozedur von Trainer Valerio in den Flieger nach Rumänien, wo wir nach einem kurzen Trainingslager bei den Jugendeuropameisterschaften (JEM) laufen durften.

Wir kamen spätabends an und sahen vom zentralen Ort Cluj-Napoca nur die nächtliche Fassade, bevor am nächsten Tag unser Trainingslager begann. Am Montag und Dienstag liefen wir technisch anspruchsvolle Bahnen in relevantem Gelände. Am Mittwoch nutzten wir den Ruhetag, um uns in einem Park mit Tretbootfahren zu vergnügen. Wir dehnten uns außerdem ein bisschen, aßen Süßgebäck und quatschten miteinander. Insgesamt 16 Läuferinnen und Läufer waren für das deutsche Nationalteam nach Rumänien gereist, hinzu kamen die Trainer Jan Birnstock und Thomas Rewig. Am nächsten Tag standen die Modevents für den Sprint und die Langdistanz an, bevor es am Freitag richtig losging.

Der Tag sah so aus: Um 6:30 Uhr Frühstück, die Busse zur Quarantäne fuhren um 7.00 Uhr. Es schüttete und wir spannten eine Plane, die uns vor der Nässe schützte. Die Stimmung wurde besser. Gut gelaunt ertrugen wir die Kälte, bis wir uns über die Warm-up-map auf den Weg zum Start machen. Ich machte gleich am Anfang große Fehler, hatte aber im offenen und anspruchsvollen Wald extrem viel Spaß. Am Ende war es der 51. Platz in der H16. Lukas machte ebenfalls ein paar Fehler und lief in der H18 auf Platz 68. Mareike konnte sich in der D18 mit einem tollen 27. Platz beweisen. Isabel hatte wie ihre Schwester in der D18 bis zum vorletzten Posten einen guten Lauf, umlief aber einen doppeltgestrichenen Zaun, den sie laut internationalem Reglement hätte überklettern dürfen, und

verlor dadurch viel Zeit. Sie schaffte den 51. Platz.

Am Abend fand die Eröffnungszeremonie statt, bei der alle Nationen mit ihrem Team und ihrer Fahne durch die Straßen gingen. Auch wir als deutsches Team wurden immer wieder beklatscht und angefeuert.

Die Staffel am nächsten Tag war auf gelb-grünem schnellem anspruchsvollem Gelände. Die verschiedenen Kategorien starteten einzeln, was das Starterfeld überschaubar machte. Als erstes die D16, dann die D18 dann die H16 und zum Schluss die H18. Ich lief als Erster der H16 und erwischte einen guten Start, war aber eigentlich immer alleine und verlor am sechsten Posten drei Minuten. Am Ende liefen wir insgesamt auf den Platz 9, was das beste deutsche Resultat an diesem Tag wurde.

Die D18 mit Mareike Seeger kam auf den zehnten Platz. Die H18 mit Lukas auf Platz 15 und die D16 auf Platz 16. Viele waren über diese Ergebnisse etwas enttäuscht, unseren Frust konnten wir aber bei der Party am Abend ablassen.

Der Sonntag war der Tag des Sprints und somit unser letzter Tag in Rumänien. Das Gelände war eher unbekannt, da wegen unpassierbaren Hecken am Straßenrand sehr viel Mikroroutenwahl wichtig war. Insgesamt wurde es aber ein sehr sehr schnelles Rennen. Ich lief mit einem unsicheren Lauf auf den 33. Platz, Lukas auf den 66. Platz, Mareike schaffte wieder ein tolles Resultat den 31. Platz und Isabel den 54. Platz.

Mein persönliches Fazit war, dass ich ein Ergebnis in der 1. Hälfte erzielt habe und damit zufrieden bin. Ich hoffe, das jeder Spaß hatte, denn ich hatte eine Menge davon. Außerdem bin ich nun richtig motiviert: Mein Ziel für nächstes Jahr ist ein Top-20-Ergebnis bei der Jugend-EM in Polen.

Riccardo Casanova



Posten am Meer? Durch die Dünen im Februar jagen? Erdbeeren im Zieleinlauf? Alles kein Problem, wenn man wie Britta und Ralph Meißner nach Spanien fliegt.

Während wir an einem Morgen Ende Februar noch das Eis von den Autoscheiben kratzten, genossen wir schon am Nachmittag bei 23 Grad das sonnige Sevilla. Nach einer Stunde Fahrzeit mit dem Leihwagen erreichten Britta und ich das Punta Umbria Beach Resort und checkten unter Palmen mit Blick auf den Atlantikstrand in einem Top-Hotel ein, wo auch der Veranstalter des Andalucia-Sun-O-Meeting sein Wettkampfbüro eingerichtet hatte. 860 Teilnehmer waren am Start. Zu günstigen Sonderpreisen konnten wir ab sofort unser Komplettpaket bei schönstem Wetter und hervorragendem Essen an allen Tagen genießen.

Und der Strandtraum setzte sich fort: Der Prolog am ersten Tag begann 300 Meter vom Hotel entfernt und war ein Massenstart. Vorbei an Hotelanlagen ging es mitten in das feincoupierte, sandige Dünengelände. Damit sich die Läufer schneller gabelten, wechselten sich Score-OL-Abschnitte mit normalen Pflichtstrecken zweimal ab. Die stauenden Blicke der Kaffee trinkenden Hotelgäste und Strandbesucher waren uns sicher.

Tag 2 begann mit einer Mitteldistanz in einem weitläufigen Pinienforst, mit vielen oft schwer überschaubaren Höhendetails. Das Gelände war zwar in weiten Teilen schnell belaufbar, aber fiese Sträucher und Kakteengruppen rupften an der Laufkleidung. Am späten Nachmittag folgte ein City-Sprint (700 Meter vom Hotel entfernt), der seine Hauptschwierigkeit im ständigen Kreuzen der eigenen Bahn hatte. Beide Läufe waren für Britta World-Ranking-Events, wo sie sich mit einer hohen Zahl an Top-Läuferinnen konfrontiert sah. Ihr gelangen dabei ausgezeichnete Leistungen und sie punktete deshalb zweimal respektabel. Die 748 Punkte im Sprint ließen sie als nunmehr fünftbeste

Deutsche im ersten Viertel der Läuferinnen in der Sprintweltrangliste vorstoßen. Stars der Elite-Szene waren der Schweizer Weltmeister Daniel Hubmann und die Russin Svetlana Mironova. Begleitet wurden die Wettbewerbe von zwei Sprechern des Veranstalters, die im Stil von brasilianischen Fußballreportern in spanisch und englisch ein wahres Spektakel abfeuerten. Und im Ziel gab es kostenlos frische Erdbeeren. Im Februar!

Am Sonntag folgte eine Langdistanz wieder in einem detailreichen Pinienwald, der von großen Sandflächen, aber auch von vielen Wegen und Schneisen gekennzeichnet war. Nachdem die Jugend- und Seniorenklassen ihren Wettkampf weitgehend beendet hatten und ich mit dem erreichten 6. Platz sehr zufrieden sein konnte, ging es für die Elite noch einmal in einen Massenstart mit Gabelungen und zwei Zuschauerposten. Als eine Läuferin die Pflichtstrecke ignorierte und von den Kampfrichtern zurück dirigiert wurde, brach sie mitten durch drei stempelnde Konkurrentinnen und zerschmetterte unabsichtlich den Zuschauerposten. Es ging also ordentlich zur Sache.

Mit zwei Tagen Sightseeing in den UNESCO-Welterbe-Städten Sevilla und Cordoba ließen wir unser schönes OL-Erlebnis in Spanien ausklingen. Und abschließend der Top-Tipp für alle, die nun auf den Geschmack gekommen sind: Zum einen findet das Ereignis inzwischen jährlich statt. Zum anderen können Trainingslager vom Januar bis zum August gebucht werden. Preisbeispiel: Vier Nächte im 4-Sterne-Hotel direkt am Strand HP mit fünf Trainingsläufen kosten 178 Euro, sieben Nächte mit elf Trainingsläufen 319 Euro.

Ralph Meißner

Warum sind die Dänen so gut?

Diese Frage stellte sich Britta Meißner und ging auf die Reise in den Norden. Sie fand heraus: Öfter mal zusammen kochen hilft auf dem Weg nach oben.



Foto: Veranstalter

Bei der OL-Weltmeisterschaft 2014 hat Dänemark eindrucksvoll bewiesen, dass sie derzeit eine der stärksten OL-Nationen sind. Wie sind die Dänen aber so stark geworden? Sie haben keine steilen Berge wie die Schweizer und auch nicht die feincoupierte Wildnis der anderen skandinavischen Länder. Mit dieser Frage machte ich mich über Ostern auf die Suche nach der Antwort.

Meine Recherchen startete ich beim Påskeløb, der in Dänemark zu einer wahren Traditionsveranstaltung geworden ist und mit 1800 Teilnehmern wie jedes Jahr stark besucht wurde. Als „Gastläuferin“ wurde ich herzlichst von der Familie Najbjerg und dem OK Gorm aufgenommen, die sich sehr darüber freuten, ihre Deutschkenntnisse mal wieder aufzufrischen. In den ersten zwei Tagen erwartete die Teilnehmer im Mols Bjerge Nationalpark ein sehr gut belaufbares, hügeliges und offenes Gelände mit feincoupierten Abschnitten, welche von vielen kleinen Buschgruppen durchsetzt waren. Dies bekamen die Läufer vor allem nach dem Passieren des Sichtpostens im Schlussteil zu spüren. In den vielen schwer lesbaren Buschformationen blieben oft wichtige Sekunden liegen.

Bei der ersten Etappe verlor ich durch einen Ablauffehler deutlich Zeit und landete auf Platz 17 in der Damenelite. Am zweiten Tag startete ich dann meine Aufholjagd, lief die 13te Zeit und verbesserte mich auf den 15. Gesamtplatz. Eine meiner Erkenntnisse, die ich an beiden Tagen gesammelt hatte, war, dass die Dänen große, dreifach gespannte, unter Strom stehende Zäune überqueren können, ohne auch nur etwas das

Tempo zu verringern.

Am dritten Tag stand ein Jagdstart auf dem Programm. Dieser fand in Ørnbjerg Mølle statt, einem Nadelwald, charakterisiert durch kleine dichte Abschnitte, vereinzelt Heidefelder, sowie viele kleinere Anhöhen, dazwischen Niederungen, aber auch steile Böschungen. An einem von drei Vorstarts suchte man sich an einem Tisch einen ausgedruckten Zettel mit Namen und Startzeit heraus und ging in den Startkanal. Beim Loslaufen musste man nun zielgenau seinen Startzettel in eine Box werfen, bevor man die Karte aufnimmt. Dank der entspannten Dänen lief das alles stressfrei.

In einem anspruchsvollen Rennen konnte ich mich auf den 13. Gesamtplatz verbessern. Dabei musste ich feststellen, dass Däninnen sich im direkten Duell als sehr harte Gegnerinnen erwiesen und man nur in den starken Grünzonen, wo sie ihre läuferische Stärke nicht so intensiv ausspielen konnten, Chancen hatte sich zu lösen.

Eine Antwort auf meine Frage, warum die Dänen so leistungsstark sind, liegt vielleicht darin, dass sie ein sehr enges, gemeinsames Vereinsleben pflegen. Fast alle Läufer aus den jeweiligen Vereinen leben im selben Ort, wo sie in ihren Clubhäusern nicht nur das Training gestalten, sondern auch oft Partys feiern oder nach dem Training noch zusammen kochen. Ich danke den OK Gorm und meiner Freundin Nina (die 2014 einige Monate in Bayern lebte) und ihrer Familie für die Gastfreundschaft und freue mich schon auf ein Wiedersehen!

Bora Bora

Dem Wintertraining endgültig ein Ende bereiten, das war das Ziel der Reise im März. Mit einem 5-Tage-OL – alternativ auch nur dem Wochenend-Cup – lockte eine der schönsten OL-Regionen zu den Lipica Open an die slowenisch - italienische Adria-Küste. Teodor Yordanov, Korbinian Lehner, Katrin Lorenz-Baath und Ole Magnus Baath fuhren gemeinsam freitags nach der Arbeit. Ein uriger Landgasthof in unmittelbarer Wettkampfnähe bot die perfekte Unterkunft, sodass wir vier am nächsten Vormittag entspannt zur ersten Etappe anreisen konnten. Zwar strahlte die Sonne vom sattblauen Himmel, doch der „Bora“ machte seiner Beschreibung alle Ehre (kurzer Blick zu Wikipedia: Extrem starker, böiger Fallwind an der nord-westlichen Adria-Küste zwischen Triest und Kroatien).

Wir beschlossen, wie viele andere Oler auch, in einer Doline auf der Zielwiese Windstille zu suchen. Auch Karin und Roland (Sport)Vogl hatten an dem Tag alle Hände voll zu tun, den Laden buchstäblich zusammenzuhalten.

Im Elite-Mittelfeld

Am Samstag stand zunächst eine Mitteldistanz auf dem Programm. Korbinian und Teodor liefen beide in der Herren-Elite und kamen auf einer tollen Bahn, mit zwei jeweils guten, aber nicht fehlerfreien Läufen zufrieden auf die Plätze 47 und 50 im international stark besetzten Teilnehmerfeld mit über 110 Läufern. Auch Katrin freute sich über einen gelungenen Lauf und belegte in der D35 am Ende sogar Platz 2. Sergey Cherniavsky vom OC München wurde mit knappen Rückstand 7. in der H40



Foto: Katrin Lorenz-Baath

und der erst 9-jährige Ole machte zwar Fehler, wurde aber trotzdem noch Dritter.

Am Sonntag stand eine Langdistanz im etwas weniger steinigen Gelände an. Die Herren-Elite hatte dieses Mal auf zehn Kilometern drei anspruchsvolle, lange Routenwahlkombinationen zu meistern. Hier hatten die bayerischen Läufer dieses Mal nicht so viel Erfolg. Teodor ärgerte sich über mehrere Fehler und Korbinian, gerade erst Juniorenläufer, musste der Länge der Bahn und dem ruppigen Terrain Tribut zollen. Katrin und Ole erwischten es dagegen wieder gut, sie konnten ihre Plätze in der D35 und der H10 für den Weekend-Cup verteidigen. Karin Vogl schaffte es - an diesem immer noch windigen Tag - immerhin ihren Stand für eine Runde in der D21B zu verlassen und wurde 9. in ihrer Konkurrenz.

Leider war für die meisten bayerischen Läufer am Sonntag auch schon wieder Schluss. Der Ausflug hat sich trotzdem gelohnt. So gar für einen Abendausflug nach Triest hatte die Zeit gereicht.

Von Katrin Lorenz-Baath

Selbst das Mittelmeer ist mit Bora-Wind nicht ganz so angenehm.

Viel geboten, wenig los

Beim Landesturnfest gab es spektakuläre Angebote an Orientierungsläufen, sechs Vereine organisieren sechs Events in drei Tagen. Leider kamen nicht immer viele Läufer.

Die stolze Zahl von sechs verschiedenen Angeboten an Orientierungsläufen richteten bayerische Orientierungsläufer am Turnfest-Wochenende in Burghausen aus. Während viele andere Sportarten des BTV ihre bayerischen Meisterschaften ausrichteten, blieben die Angebote der Oler etwas im Schatten der großen Events wie der Turngala. Trotzdem sei die Zusammenarbeit mit den Organisatoren vor Ort reibungslos gelaufen, erklärte Ralph Körner vom OLV Landshut. Er veranstaltete den meistbesuchtesten Lauf des Wochenendes, den Turnfest-OL. Mehr als 100 Läufer standen am Start, Alexander Hergert (OLV Landshut, Lang-Schwer), Ralph Meißner (TV Coburg-Neuses, Kurz-Schwer), Kristina Horn (TV Mering, Lang-Einfach), Marcel Montes (TSV Jetzendorf, Kurz-Einfach), Uwe Bosecker und Tobias Geiger (TV Ketschendorf, Team-OL Lang), Moritz und Lena Kastler (TSV Dettingen, Team-OL Kurz) hießen die Sieger. Am Tag zuvor stand eine Premiere auf dem Plan: Zum ersten Mal wurde beim Landesturnfest ein Mountainbike-OL angeboten, der leider nur acht Teilnehmer lockte. Die neue OL-Gruppe vom TV Burghausen um

Tom Finan und Frank Mümmeler hatte aber dennoch gute Arbeit geleistet. Gleichzeitig musste der von der OLG Regensburg geplante Schnupper-OL, der sich vor allem an die Turner richtete, wegen zu weniger Interessenten abgesagt werden.

Über drei Tage lief das OL-Labyrinth, das von Helena Bastian vom SV Mietraching aufgebaut und betreut wurde.

Neben dem Turnfest-OL am Samstag gab es noch zwei weitere Wettkämpfe im OL: Zum einen den Amateurfunkpeil-Wettbewerb, bei dem mit einem Funkempfänger die Stationen angepeilt werden. Reinhard Hergert vom Deutschen Amateur-Radio-Club (DARC) zeichnete dafür verantwortlich. Zehn Teilnehmer traten an und Alexander Hergert siegte wie auch schon beim Einzel-OL. Abgerundet wurde dieser OL-gesättigte Tag mit dem Massenstart-Score-OL, der sich von der Burghausener Burg bis zum Wöhrsee verteilte. Hier waren es Siggi Liebl und sein Team vom TV Osterhofen, die sich um die Organisation kümmerten.

Geplant als Nacht-OL verschob man den Start aber nach vorne in die Helligkeit, da sonst ein aufziehendes Gewitter für mächtig Probleme

gesorgt hätte. Der Sieger hieß erneut Alexander Hergert, der damit ein Triple gewann. Besonders zu loben sind alle Teilnehmer deswegen, da sie nicht wie die meisten anderen Turnfest-Teilnehmer beim Burghausener Brückenfest feierten, sondern durch die Altstadt eilten.

Fürs Feiern sowiso keine Zeit hatten andere: Das sechste OL-Event wurde das anspruchsvollste. Mehr als 21 Stunden waren die 51 Teams der Master-Klasse bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften im Adventure Race unterwegs. Immerhin 50 Kilometer hatten die Einsteiger zu absolvieren, 100 Kilometer diejenigen in der Challenger-Kategorie. Die Master-Athleten spulten über 200 Kilometer ab. Darin enthalten waren auch mehrere OL-Abschnitte, unter anderem eine Suche nach abgetauchten SI-Stationen auf einem See mit einem Kajak. Nachts. Ein ausführlicher Artikel dazu folgt in der nächsten OL Inform.

Es gab viel OL zu entdecken, leider fanden nur wenige Oler den Weg nach Burghausen. Eine Analyse nach den Gründen dafür wird es geben, an der Vielzahl der Angebote lässt sich die Attraktivität des Turnfestes erkennen. Das nächste Landesturnfest findet 2019 in Schweinfurt statt.

Fabian Scheler

Jetzendorf und Coburg kämpfen in Eis und Schnee

Die besondere Überraschung des Oster-Trainingslagers in Hormersdorf (Erzgebirge, Sachsen), erwartete die Läufer gleich zu Beginn: 25 Zentimeter Neuschnee lagen im Wald rund um die Greifensteine. Aber: Erfahrene Neuseser Trainingslager-Gänger wissen: Gibt es keinen Schnee, ist es auch kein TVN-Trainingslager. Die Jetzendorfer (10 Leute) und Coburger

(25 Leute) arrangierten sich mit den Verhältnissen.

Sieben Einheiten in vier Tagen, Läufe durch tiefverschnittene aber sonnendurchflutete Winterwonderland-Wälder, Picknick an der Schneebar, Osternester-Suchen und die beiden TVN-Trainingslager-Pflichttermine Thermenbesuch und Abschlusstafel machten das Osterwochenende

zu einer tollen Erfahrung für alle Teilnehmer. Besonders die vielen Nachwuchs-Läufer profitieren im teilweise sehr detaillierten Gelände der Deutschen Staffel 2014 von der umfassenden Technik- und Trainingsbetreuung durch Katrin Lorenz Baath, Veikko Baath, Uwe Weid, Gerd Jugenheimer und Thomas Scheler.

Baath/OLI

Ostereier verführen 116 Läufer zum OL

Die Leichtathleten des TSV Natternberg rechneten am Karsamstag wegen des schlechten Wetters mit nur wenigen Teilnehmern, es kamen am Ende über 100 Läufer. 78 Kinder, die an der Ostereiersuche teilnahmen, gingen auch beim anschließenden OL über das Vereinsgelände an den Start. Es wimmelte von begeisterten Läufern. Sieger bei den Kids war Johannes Heimerl, bei der Jugend Julia Hansbauer, bei den Damen Maria Lange und bei den Herren Lukas Janischowsky. Auch die Walkerstrecke war mit 22 Teilnehmern toll besetzt. Für die noch junge OL-Gruppe in Natternberg war dies ein guter und wichtiger Tag, um den OL weiter zu etablieren.

Stefan Hötzing



Förderverein übernimmt OL Inform

Am 14. September 2013 wurde der „Förderverein OL Bayern“ gegründet. Der Verein setzt sich für die kontinuierliche Weiterentwicklung des Orientierungslaufs in Bayern ein. Dafür vergibt er materielle, finanzielle und ideelle Unterstützung an Projekte, die es verdient haben, gefördert zu werden. Das sind Initiativen zur Verbreitung des OL-Sports in allen Regionen Bayerns, Veranstaltungen mit besonderer Bedeutung für den bayerischen OL einschließlich der Länderkämpfe, die Förderung von jugendlichen Sportlern, Kaderathleten und Eliteläufern, sowie die aktive Öffentlichkeitsarbeit für den OL-Sport in Bayern, auch im Breitensport! Wer also ein förderwürdiges Projekt plant, darf sich gerne beim Förderverein melden. Der Förderverein hat aktuell 57 Mitglieder und hält im Regelfall einmal pro Jahr seine Mitgliederversammlung ab. Für das Jahr 2018 plant der Förderverein die Ausrichtung einer weiteren OL-Tour Bayern, die sich bereits 2012 erfolgreich mit internationalen Gästen quer durch Bayern bewegte und in einem tollen, gemeinschaftlichen Organisationsakt von sechs Vereinen veranstaltet werden konnte.

Seit 2015 gibt der Förderverein auch die OL Inform heraus. Dies ist also die erste Ausgabe unter der Federführung des Fördervereins. Sitz des Fördervereins ist das Vereinsheim des TSV Bernhardswald. Im Vorstand sitzen Ralph Meißner (1. Vorsitzender), Birgit Spangenberg (2. Vorsitzende), Veikko Baath (Kassier), Siegfried Liebl (Schriftführer), Stephan Krämer, Dirk Hartmann und Anna Schöps (drei Beisitzer). Der Mitgliedsbeitrag beträgt jährlich 20 Euro, eine Partnermitgliedschaft 30 Euro. Darin enthalten ist eine Spende an den Förderverein sowie das Abonnement dieser zwei Mal im Jahr erscheinenden Zeitschrift. Es lohnt sich also. Seit kurzem gibt es auch eine Homepage, auf der über aktuelle Projekte und Entwicklungen informiert wird ([www.http://foerderverein-ol.bayern.de](http://foerderverein-ol.bayern.de)). Zudem wurde dort das „Schwarze Brett“ wieder eingerichtet, welches nach kurzer Anmeldung zu Diskussionen rund um den OL einlädt. Wer den OL Sport in Bayern aktiv unterstützen möchte, ist herzlich eingeladen, dem Förderverein beizutreten. Alle Infos gibt es auf der Homepage oder beim Vorsitzenden Ralph Meißner.

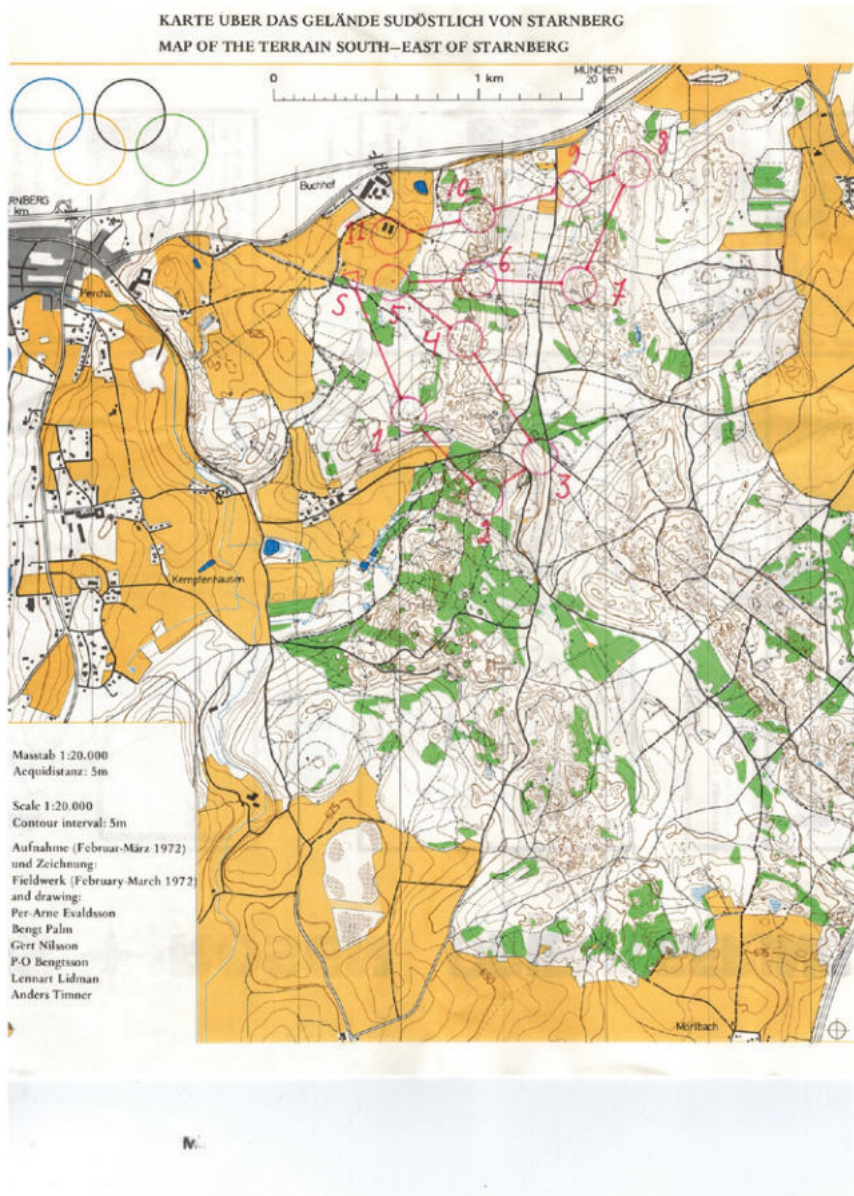
Impressum.

OL Inform — Das Orientierungslauf-Magazin für Bayern
Herausgeber und Verleger: Förderverein OL Bayern
Chefredaktion und verantwortlich für den Inhalt: Fabian Scheler, Niederbar-nimstraße 7, 10247 Berlin
Kontakt: medien@ol-bayern.de
Homepage: www.ol-bayern.de/ol-inform

Die Berichte geben nur die Meinung der Autoren wieder, nicht die der Redaktion. Die Redaktion behält es sich vor, Berichte zu kürzen und/oder sinngemäß zu ändern.

Layout: Fabian Scheler
Versand: Angelika Weid
Abopreis: 12 €, Einzelausgabe: 6 €
Druck: DCT GmbH Coburg Auflage: 120 Exemplare

War Orientierungslaufen schon olympisch?



Diese Frage stellt sich, wenn man sich die Karte hier genauer anguckt. Links oben prangen die fünf olympischen Ringe (Hier nur vier, aber das hat bei der Eröffnungsfeier in Sotchi 2014 ja auch nicht geklappt). Also: Was machen diese Ringe auf einer OL-Karte? Hatten wir etwas verpasst? Noch dazu der Ort, Starnberg, südlich von München.

Der legendäre Peo Bengtsson hatte die Karte 1972 für einen Demo-Wettkampf erstellt. Anschließend geriet das Gelände etwas in Vergessenheit, ehe 1995 eine neue, überarbeitete Version Schauplatz der DM Mannschaft wurde. 1996 fand auf der „Schatzgrube“, so der offizielle Name, ein Bayerncup statt. Interessante Ergebnisse damals: Thomas Scheler gewann die Herren-Elite vor Roland Vogl, Björn Kramer die H18 vor Ralph Körner. 93 Läufer nahmen teil und spürten zumindest den Hauch von Olympia. Rätsel gelöst.

Zielwiese