

„Oh happy day!“



Der Sommer ist da. Am Samstagnachmittag schrammten wir noch mit Wolkenbrüchen gerade so am halben Weltuntergang vorbei.

Ganz anders dann der Sonntag, nur zwei, drei Tropfen gezählt, der Rest des Tages leicht bewölkt und Sonne pur. Für die Halbmarathon-LäuferInnen ideale Bedingungen, gerade noch nicht zu warm und nicht dämpfig. Gut, dass sie um 9.00 Uhr auf die Strecke gingen. Die 7km-LäuferInnen konnten die Sonne, die sich ab elf Uhr mehr und mehr zeigte, genießen. Die halbe, dreiviertel Stunde ließ sich gut überstehen. Am Start war die Stimmung bei beiden Läufen und in allen Gruppen ausgelassen und fröhlich, die meisten ein wenig aufgekratzt, fast übermütig, scharften mit den „Hufen“, endlich konnte es losgehen. Wochen, Monate lagen hinter ihnen. Des Trainings, der längeren Läufe, des Auskurierens kleiner Zipperleins, die immer wieder mal kommen, des Zweifelns und des Beharrens, weiter zu machen. Es war Zeit, zu zeigen, was sie „drauf hatten“ (und sie zeigten es). Und diese gute Stimmung hielt auch bis ins Ziel durch. Auch an der Strecke Unterstützung, vor allem im Zielbereich. Was an Adrenalin noch mobilisiert werden konnte, wurde jetzt aktiviert, selbst als Zuschauer rieselte es einem den Rücken herunter.



Rainer Kottig am Start zu den sieben Kilometern.

Nicht nur in Stuttgart, sondern auch an der Zugspitze (nicht ganz nach oben) sowie in Dagersheim wurde gelaufen, während Trainer Rafael Treite ein paar Kilometer weiter in Berlin den Inklusionslauf moderierte. Jeannette Hirtz ist beim Zugspitz Ultratrail (1.600Hm) in 5:07.39 Stunden dabei, zuerst 18 Kilometer rauf auf 2.000m, dann sieben Kilometer über Serpentinaen, Stock, Matsch und Wurzeln bergab, und wer hier nicht Kopf und Kragen riskieren möchte, bremst lieber einmal mehr als gar nicht, geht alles in die Oberschenkel-Muskulatur, das Treppen-hinunter-steigen wird ihr noch ein paar Tage schwer fallen. Gratulation! Und Alisia Freitag bei den Württembergischen Jugendmeisterschaften, wird über 800m mit 2,21,53 Dritte, verbessert damit ihre Bestzeit um eineinhalb Sekunden. Herzlichen Glückwunsch!



Driss Bennasser kurz nach halb neun, noch ist alles ruhig auf den vier Spuren.

Läuferinnen und Läufer, Namen und Zeiten beim Stuttgart-Lauf. Zusammenfassen lässt sich alles mit drei Worten „Super! Klasse Leistungen!“. Pars pro toto seien nur sechs erwähnt, drei Frauen, zwei Männer sowie eine Gruppe: Michael Welser läuft die Halbmarathon-Strecke in 1:21:46, Nicole Schwarz in 1:40:50 (!) und verbessern ihre Bestzeiten deutlich. Und Ivonne und Christian Strozik feiern ihre Halbmarathon-Premiere, herzlichen Glückwunsch, klasse gemacht! Dass Badminton-Spielerinnen auch über eine exzellente Ausdauer verfügen, zeigt Astrid Scharwies mit ihrem Halbmarathon-Lauf in 2:31:45. Gratulation! „Laufen für EinsteigerInnen“ hieß die Gruppe. Jetzt sind sie es nicht mehr, Einsteiger. Nach ihren ersten Wettkampferfahrungen. Im April bei Null angefangen, mit Hilfe der Trainerinnen Monika Golchert und Sarah Gerstner vorsichtig aufgebaut, die Streckenlänge langsam erweitert, den Radius vergrößert, Koordination trainiert und Stabi gemacht. Die sieben Kilometer haben sie längst hinter sich gebracht, der Stuttgart-Lauf war das Sahne-Häubchen auf allem. Herzlichen Glückwunsch und herzlichen Dank für euren Einsatz und für Monikas und Sarahs Engagement!

Die Ergebnisse, sorry, sollte jemand fehlen, nicht alle starteten für die SG Stern Stuttgart, zu leicht ist in den Tabellen jemand zu übersehen.

Welser, Michael (GER) H SG Stern Stuttgart 01:21:46; Kögler, Jochen (GER) 40 SG Stern Stuttgart 01:25:44, Bennasser, Driss (GER) 45 SG Stern Stuttgart 01:26:33, Rupp, Michael (GER) 55 SG Stern Stuttgart 01:28:12 , Untersteiner, Arnold (AUT) 50 SG Stern Stuttgart 01:33:55, Witzel, Jan (GER) H RWTH Aachen 01:35:57, Keim, Wolfgang (GER) 45 SG Stern Stuttgart 01:36:06, Witzel, Martin (GER) 55 SG Stern Stuttgart 01:39:27, Maurer, Philipp (GER) 30 SG Stern Stuttgart 01:36:35, Lentner, Michael (GER) 50 SG Stern Stuttgart 01:36:53, Meister, Oliver (GER) 50 SG Stern Stuttgart 01:40:21, Schwarz, Nicole (GER) H SG Stern Stuttgart 01:40:50, Langer, Boris (GER) 35 SG Stern Stuttgart 01:41:21, Vogel, Martin Claus (GER) 35 SG Stern Stuttgart 01:42:04, Bedic, Dejan (GER) 45 SG Stern Stuttgart 01:46:10, Hein, Andrea (GER) 45 SG Stern Stuttgart 01:47:26, Brötzmann, Sina (GER) H SG Stern 01:48:20, Breuer, Horst (GER) 50 Daimler AG 01:50:57, Vogt, Steffi (GER) H Daimler AG 01:51:43, Pusch, Reinhard (GER) 60 SG Stern Stuttgart 01:52:55, Gläser, Tom (GER) 45 SG Stern 01:53:44, Roca, Vicente (ESP) 50 SG Stern Stuttgart 01:55:36, Kühn, Johannes (GER) H SG Stern Stuttgart 02:00:32, Hinderer, Gerlinde (GER) 55 SG Stern Stuttgart 02:02:56, Scrocchio, Maria Martina (ARG) H SG Stern Stuttgart 02:06:37, Weiß, Christoph (GER) 30 SG Stern Stuttgart 02:07:01, Hamade, Bilal (GER) 30 Daimler AG 02:09:44, Manzarbeitia Lazcano, Olaia (ESP) H Daimler AG 02:11:23, Sasaki, Hisayuki (JPN) 55 SG Stern Stuttgart 02:13:58, Strozik, Ivonne (GER) 35 Daimler AG 02:17:28, Strozik, Christian (GER) 30 Daimler AG 02:17:29, Keck, Klaus (GER) 50 SG Stern 02:24:37, Wächter, Petra (GER) 45 Daimler AG 02:30:40, Scharwiess, Astrid (GER) 50 SG Stern Stuttgart 02:31:45.



Hisayuki Sasaki beim Warmlaufen.

Die Zeiten der 7km-LäuferInnen:

Haddadin, Amro (JOR) H SG Stern Stuttgart 28:22 Min., Welser, Ina (GER) H SG Stern Stuttgart 37:46 Min., Fasel, Christina (GER) 30 SG Stern Stuttgart 40:54 Min., Weber, Rebecca (USA) 30 SG Stern Stuttgart 42:04 Min., Nägele, Roswitha (GER) 50 SG Stern Stuttgart 43:39 Min., Gerstner, Sarah (GER) 30 SG Stern Stuttgart 44:52 Min., Majewski, Bastian (GER) 30 SG Stern Stuttgart 41:15 Min., Kottig, Rainer (GER) 60 SG Stern Stuttgart 41:39 Min., Steffen (GER) 40 SG Stern aktiv 41:40 Min., Golchert, Monika (GER) 50 SG Stern Stuttgart 51:29 Min., Comes, Michael (GER) 60 SG Stern Stuttgart 45:52 Min., Koch, Dieter (GER) 70 SG Stern 51:43 Min.

Text und Bilder: Alexander Gabriel

