

Hessische und rheinhessische Meisterschaften über 10000 m

10000 m: man läuft ewig... und dann sind es noch 17 Runden

Nach einem rückblickend eher kalten Mai kam im Juni endlich der Sommer. Mit Hitze und viel Sonne. Endlich Zeit, Eis zu essen, sich zu sonnen oder auch träge im Garten zu liegen. Für den Ottonormalverbraucher mag es nichts Schöneres geben als genau dies zu tun, für einen Langstreckenläufer allerdings gibt es nichts Schrecklicheres. Denn dieser möchte sich ständig laufend fortbewegen. Allzu große Hitze hemmt dabei lediglich und macht es schwieriger, auf den avisierten Wochenschnitt zu kommen.



Auch für die Austragung eines Langstreckenrennens war das hochsommerliche Wetter eher hinderlich. Für möglichst schnelle Siegerzeiten wären demnach die Temperaturen des Mai besser gewesen, allerdings ging es heute in Neu-Isenburg doch hauptsächlich um die Austragung der hessischen wie auch der rheinhessischen Meisterschaften, ergo um die Platzierung. Die Bedingungen waren wie immer für alle gleich.

Nach zwei verregneten und teils stürmischen Jahren knüpften die Witterungsbedingungen bei den hessischen Meisterschaften über 10000 m wieder an das Jahr 2012 an. Auch damals war es mit 35°C im Schatten und direkter Sonneneinstrahlung zu heiß für das richtig schnelle Laufen gewesen. 2015 wurden die 25 Meisterschaftsrunden in die hessischen Seniorenmeisterschaften eingebunden und in weiser Voraussicht in die Abendstunden verlegt worden. Die Hoffnung war, dass die Sonne bereits etwas an Kraft gelassen hatte und die

Schatten im Stadion immer länger werden würden. Dass eine Getränkestation auf der Gegengeraden aufgebaut werden musste, war dennoch unabdingbar.

13 Frauen und 33 Männer hatten gemeldet. Zwei Rennen waren angesetzt. Zunächst die Frauen, Seniorinnen und Senioren ab M50; dann, eine Stunde später, die Männer und Senioren M30-M45. 25 Stadionrunden galt es auf der Tartanbahn zu absolvieren. Ein Vorhaben, das sich am besten mit den Worten André Pollmachers zusammenfassen lässt: „Man läuft ewig... und dann sind es noch 17 Runden bis ins Ziel!“

Die Favoritenrollen schienen im Vorfeld klar vergeben: Sowohl Katharina Rach (SF Blau-Gelb Marburg) als auch Matthias Berg vom LC Eschenburg, der in diesem Jahr bereits über die 5000 m triumphiert hatte, waren mit ihren Meldezeiten deutlich schneller als die Konkurrenz. Zudem zeigt die Formkurve bei beiden klar nach oben: Katharina war beim Osterlauf in Paderborn 37:21 Minuten gelaufen und konnte sich Ende Mai beim Mini-Internationalen in Koblenz über 5000 m auf 17:29,34 min steigern. Auch Matthias lief in Koblenz stark und konnte mit 14:54,11 min die „magische“ 15-Minuten-Grenze klar unterbieten.

Doch 25 Runden wollen zunächst einmal gelaufen sein. Insbesondere bei diesen Witterungsbedingungen. Zwar war die Rechnung aufgegangen, und die Sonne schon etwas schwächer, dennoch lagen die Temperaturen in den hohen Zwanzigern. Und lediglich auf der Zielgeraden wurden die Schatten etwas länger.

Mit einiger Verzögerung wurde dann gegen 18:30 das erste Rennen gestartet. Während sich vorne ein männliches Dreigespann der M50 auf und davon machte, entwickelte sich dahinter ein spannendes, von Taktik geprägtes und dennoch sehr schnelles Frauenrennen. Zunächst noch zu viert, liefen dann Anna Reuter (PSV Grün-Weiß Kassel), Katharina Rach und Monika Pletzer (beide SF Blau-Gelb Marburg) lange zu dritt an der Spitze des Frauenrennens und trieben sich gegenseitig an. Schließlich war es Anna Reuter, die die beiden Marburgerinnen ziehen lassen musste. Im vereinsinternen Duell wurde aber nicht locker gelassen, es kam zum alles entscheidenden Zielspurt, den Monika nach 37:15,72 min und guten zwei Sekunden Vorsprung für sich entscheiden konnte. Katharina folgte alles andere als unzufrieden nach 37:17,92 min. Die drittplatzierte Anna Reuter, die lange Zeit für die Tempoarbeit hergehalten hatte, musste am Ende Federn lassen und wurde mit 37:48,64 hessische Vizemeisterin bei den Frauen. Dritte dieser Altersklasse wurde Franziska Rachowski in 38:32,99 min.

Zeitgleich veranstalteten die vorgelaufenen Männer ein knallhartes Ausscheidungsrennen. Dieter Kux vom ASC Darmstadt musste als erster abreißen und sich am Ende noch von den ersten beiden Frauen einfangen lassen. Seine 37:25,62 min bedeuteten den dritten Rang der M50. Ganz vorne hatte Stefan Schütz (DSW Darmstadt) die beste Tempohärte und konnte sich von Achim Baroth (LG Asslar-Werdorf) absetzen. Seine Siegerzeit: 36:21,99 min.

Hessische Seniorenmeisterin der W45 wurde Andrea Seidel vom PSV Grün-Weiß Kassel (47:03,44), in der W50 siegte Marion Peters-Karbstein (TuS Griesheim) mit 42:18,55 min überlegen. In der W55 holte sich Monika Wöhleke (PSV Grün-Weiß Kassel) mit 45:57,51 min den Titel, in der W60 triumphierte Margret Göttner (LG Bad Soden/Sulzbach/Neuenhain; 47:29,99 min).

Dann waren die Männer bis M45 an der Reihe. Lange Zeit sorgte Claudius Pyrlik (LG Wettenberg) für das Tempo, mit Matthias Berg (LC Eschenburg) und Markus Heidl (Spiridon Frankfurt) im Schlepptau. Nachdem Markus hatte abreißen lassen müssen – er klagte über Magenprobleme – war es schließlich Matthias, der seiner Favoritenrolle gerecht wurde und 11 Runden vor Schluss unwiderstehlich vorbeizog. Er siegte schließlich ungefährdet nach 33:14,08 min und will nun wieder auf den Mittelstrecken angreifen. Sein nächstes Ziel sind die hessischen Meisterschaften über 1500 m in zwei Wochen in Darmstadt.

Die nächsten beiden Plätze gingen an die M40. Claudius konnte sich mit 33:51,72 min noch vor dem heranstürmenden Andreas Heimel (34:02,13 min) vom LC Olympia Wiesbaden retten, der sich sein Rennen wieder einmal hervorragend eingeteilt hatte. Lange in dessen Schlepptau lief der schlussendlich viertplatzierte und Sieger der M35 Jens Bäss vom TV Waldstraße Wiesbaden (34:28,53 min). Markus Heidl (34:55,66 min) wurde Gesamt-Fünfter und Vizemeister bei den Männern, der sechstplatzierte Heiko Özaykut vom TV Waldstraße Wiesbaden wurde mit 35:15,58 dritter der stark besetzten M40. In der M45 konnte sich Michael Obst (TuS Griesheim, 35:35,64 min) dank einer guten Renneinteilung über seinen Triumph über Markus Riefer vom SSC Hanau-Rodenbach (35:44,95 min).

Lassen wir uns 2016 wieder vom Wetter überraschen. Nach Hitze (2011), Hitze (2012), Regen und Wind (2013), Regen und Wind (2014) und Hitze (2015) ist die logische Vorhersage eigentlich klar...