

24. Offenbacher Mainuferlauf – Generalprobe am Main

Der Frankfurt Marathon wirft ein weiteres Mal seinen Schatten voraus: auch der Offenbacher Mainuferlauf sieht sich zwei Wochen vor dem Großevent in der Nachbarschaft als die ideale Gelegenheit zu einem Formtest. Dabei ist Offenbach für viele mehr als nur Vorbereitung: zum einen werden heuer die hessischen Halbmarathonmeisterschaften (nach 2012 bereits zum zweiten Mal) im Rahmen des Mainuferlaufs ausgetragen, zum anderen neigt sich der populäre Mainlaufcup dem Ende entgegen – für die Schüler stehen noch drei Wettkämpfe an, für die Erwachsenen ist es schon die vorletzte Gelegenheit, noch einmal Punkte zu sammeln.

Weiterhin – und vielleicht wird hier die ideale Gelegenheit für den angesprochenen Formtest gesehen – sind alle ausgetragenen Strecken, gelaufen werden 10 km (Start um 9 Uhr), 5 km (9:05) und ein Halbmarathon (10), amtlich vermessen und damit bestenlistenfähig. Doch wie wird der Formtest empfohlen? Manche laufen „nur“ die 10 km, andere wagen noch eine Halbdistanz. Und wieder andere integrieren den Halbmarathon in einen letzten langen Lauf.

Während die 5 sowie die 21,1 km auf einer Wendepunktstrecke absolviert werden, laufen die 10er zwar auch am Main entlang in Richtung Mühlheim, dürfen aber eine Runde absolvieren. Bei allen angebotenen Strecken gleich: sie verlaufen durchweg eben und sind weitgehend asphaltiert. Es kann also ordentlich Gas gegeben werden.



10 km

Genau das wollte einmal mehr Aaron Bienenfeld (LG Offenbach) zeigen: dass er ordentlich Gas geben kann. Der junge Offenbacher liefert sich an der Spitze der Mainlaufcupwertung ein enges Duell mit dem für Spiridon Frankfurt startenden Flüchtling Tilahun Babsa, der im Rahmen der letzten Veranstaltungen mächtig aufdrehte. Aaron muss noch einmal siegen, um zumindest den gemeinsamen Sieg abzusichern und damit seinen Vorjahreserfolg zu wiederholen. Auch seine Form ist vielversprechend, er läuft derzeit so schnell wie nie. Im Rahmen einer Staffel wurde für ihn beim Köln Marathon eine Durchgangszeit von 31:30 Minuten gemessen, während seine offizielle Bestzeit noch bei 32'02 liegt. Beim Mainuferlauf

will er sich ein weiteres Mal über diese Distanz zeigen und lässt dafür die hessischen Meisterschaften aus.

Vom Start weg war es das erwartete Duell: Tilahun vor Aaron. Doch obwohl Aaron ein sehr starkes Rennen zeigte und seine Bestzeit um 50 Sekunden auf nunmehr 31'12 steigerte, war an Tilahun nicht vorbeizukommen. Mit einer Zeit von 30'47 verbesserte er sogar den alten Streckenrekord. Auf Rang drei folgte Kilian Schreiner (33'26, ASC 1990 Breidenbach), der nicht in die Cupwertung eingreift.

Auch bei den Frauen ist die Gesamtwertung noch nicht entschieden und besonders im Vergleich zu den Vorjahren so spannend wie nie. Laura Spranz (Spiridon Frankfurt), Irina Haub (DJK Flörsheim), Svitlana Smitiukh (TB Wiesbaden), Tania Moser (Spiridon Frankfurt/ Puerta des Sol e. V.) und Petra Wassiluk (Team Main-Lauf-Cup) – sie alle sind noch gut im Geschäft. Und sie alle (bis auf Svitlana, die den Halbmarathon lief) scheuten das Duell nicht. Dennoch wurde ihnen die Show gestohlen, denn aus einem spannenden Dreikampf an der Spitze ging Julia Roth (38'04, TV Schweinheim) als Siegerin hervor, die ihren letzten Test vor dem Frankfurt Marathon bravourös meisterte. Knapp dahinter folgte Laura (38'08) vor Tania (38'14) und hat damit beste Chancen, die Cupwertung für sich zu entscheiden. Auf Rang vier lief dann Lena Ritzel (38'21, VfL 1860 Marburg) ein, bevor Petra Wassiluk (39'00) als weitere Cupanwärterin die junge Iris Rautenberg (38'57, Spiridon Frankfurt) zu einer neuen persönlichen Bestzeit zog und immerhin Irina Haub (39'48) hinter sich ließ.

5 km

Diethelm Kuttich hatte währenddessen noch von der problemlosen Organisation geschwärmt, wusste aber noch nicht, dass bald viele aufgebrachte Eltern Beschwerden auf ihn einregnen lassen würden. Denn die im Rahmen des Offenbacher Mainuferlaufs ausgetragenen 5 km sind für einen Schülerlauf sehr lang und erfordern ganz andere Fähigkeiten als die zum Teil deutlich kürzeren Strecken der anderen im Cup integrierten Veranstaltungen. So lang, wie die Läuferinnen und Läufer heute aber brauchten, wunderte die Zuschauer. Bald waren 20 Minuten um und noch immer kein(e) Führende(r) in Sicht.

Als Grund dafür stellte sich später der Führungsradfahrer heraus, der versehentlich den Abzweig auf die 10-km-Strecke nahm und so für reichlich Verwirrung sorgte. Während manche die kompletten 10 km liefen, drehten andere herum oder gaben auf. Für die Cupwertung wird der Lauf nicht gewertet. Für alle die beste Lösung, Fehler kommen vor.

So liegt bei den Mädchen nach aktuellem Stand weiter Sara Kiefer (SC Steinberg), die bereits fünf Läufe als Siegerin beenden konnte, vor Hanna Bienenfeld (LG Offenbach) und Chiara Kaiser (SC Steinberg). Bei den Jungen geht es eng zu: Raphael Gottweis (SC Steinberg) und Moritz Prause (LG Kuchen) liegen gleichauf vorne, Jonas Costa (TGS Niederrodenbach) ist nicht weit dahinter. Und Sasha Müller (SSC Hanau-Rodenbach) beispielsweise hat erst an drei Läufen teilgenommen, diese aber allesamt gewonnen.

Der Halbmarathon

Aufgrund der Meisterschaften war über die Halbmarathondistanz mit einem schnellen Rennen zu rechnen. Als Favorit konnte im Vorfeld Ilyas Iman aus Fulda ausgemacht werden, der nicht nur zuletzt in Marburg die hessischen 10 km Meisterschaften gewann, sondern ebenso als Titelverteidiger an den Main kommt: im letzten Jahr siegte er in Rodenbach nach 1h07'37 mit großem Vorsprung vor Thomas Seibert (SSC Hanau-Rodenbach) und Manuel Ruhland (Spiridon Frankfurt), die in diesem Jahr aber beide nicht gemeldet waren.

Auch bei den Frauen stand die Titelverteidigerin wieder an der Startlinie. Tinka Uphoff (Spiridon Frankfurt) bereitet sich auf den Frankfurt Marathon vor und gehört zu denen, die sich vor und nach dem Wettkampf etwas länger ein- bzw. auslaufen. In diesem Jahr ist diese Art

der Wettkampfteilnahme noch wichtiger für die promovierte Anwältin, weil ihre Trainingspartner der Vorjahre in diesem Jahr ausfallen und sie häufig alleine unterwegs war. Als größte Konkurrentinnen auf den Titel stand im Vorfeld die Vorjahreszweite Franziska Rachowski (LAZ Gießen) auf der Liste, kam schließlich aber nicht ins Ziel.

Bei besten Bedingungen - trocken, windstill und kühl – wurde es nicht nur ein schnelles, sondern auch ein sehr spannendes Rennen: Vorne setzte sich schnell eine vierköpfige Spitzengruppe ab: Abdi Uya Hundessa (Diezer TSK Oranien), Belachew Kifle (SG Egelsbach), Ilyas Iman (LG Fulda e.V.) und Gutu Abdeta Odee (LG Eintracht Frankfurt). Ilyas und Gutu waren für die hessischen Meisterschaften startberechtigt. Im Kampf auf den letzten Kilometern konnte sich dann Abdi von seinen Konkurrenten absetzen, Belachew und Gutu folgten mit kleinem Abstand, Ilyas folgte wiederum mit einer Lücke. Nach starken 1h07'10 – nur 8 Sekunden über dem Streckenrekord – siegte schließlich Abdi vor Belachew (1h07'17). Ilyas (1h07'18) aber zeigte seine Beißerqualitäten und überholte noch Gutu (1h07'21) im Kampf um den Hessenmeistertitel.

Den dritten Meisterschaftsplatz erlief sich dahinter Micha Thomas (LG Eder), der in einem einsamen Rennen nach 1h10'35 zu einer neuen persönlichen Bestzeit lief und sich ebenso gut gerüstet für den Frankfurt Marathon zeigt. Auf den weiteren Plätzen folgten Marc Feussner (1h12'03, ASC Breitenbach), Martin Skalsky (1h12'14, LG Rüsselsheim) und Karsten Fischer (1h12'14, SSC Hanau-Rodenbach) und komplettierten das beeindruckende Gesamtergebnis der Führenden des Mainuferlaufs.

Bei den Frauen zeigte Tinka ein einsames Rennen und gewann mit deutlichem Vorsprung nach 1h21'11. Dem nächsten Hessentitel würde sie in zwei Wochen gerne eine vordere Platzierung bei den deutschen Meisterschaften folgen lassen. Wir drücken die Daumen!

Auf Rang zwei folgte ihre Vereinskollegin Friederike Müller, die mit neuer persönlicher Bestzeit von 1h24'01 knapp vor Svitlana Smitiukh (1h24'16, TB Wiesbaden) einlief und sich sowohl über die Zeit als auch über den Vizetitel sichtbar freuen konnte. Dritte der hessischen Meisterschaften wurde W45-Siegerin Sandra Barborseck (1h25'51, TV 03 Breitenbach), die ebenfalls eine sehr starke Zeit ablieferte.

Wäre das Malheur auf den 5 km nicht gewesen, es wäre eine perfekte Veranstaltung mit vielen neuen Bestzeiten geworden. So war auch Unmut zu hören – aber Diethelm Kuttich hat das große Markierungsschild für die Abzweigung schon in Auftrag gegeben.