



Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier überreicht Hajo Seppelt das „Verdienstkreuz am Bande“ Foto: Zybon

### Verdienstorden für Seppelt

Für eine Stunde zog am 7. Juni der Anti-Doping-Kampf ins Schloss Bellevue ein:

Der Bundespräsident höchstpersönlich setzte ein Zeichen für sauberen Sport und zeichnete vier Persönlichkeiten, die sich als Kämpfer gegen Doping und Korruption im Sport engagiert hatten, mit dem Verdienstorden aus: den Investigativ-Journalisten und ARD-Doping-Experten Hajo Seppelt, den Sportwissenschaftler und Doping-Analytiker Wilhelm Schänzer, die Juristin und ehemalige Präsidentin des Bundes Deutscher Radfahrer Sylvia Schenk und den Präsidenten des Internationalen Tischtennis-Verbandes Thomas Weikert.

Vor allem Hajo Seppelt mit seiner undankbaren Berichterstattung ist als *der* Protagonist im Anti-Doping-Kampf deutschland- und sogar weltweit bekannt geworden. Seine Enthüllungen über Doping- und Sportkorruptionsskandale in Russland, Kenia, Äthiopien,

England, Frankreich, Deutschland und anderen Ländern erschütterten die Sportwelt. Am bekanntesten wurde seine Doku-Reihe „Geheimsache Doping“, deren erster Teil „Wie Russland seine Sieger macht“ mit der Whistleblowerin Julia Stepanowa die Aufdeckung des russischen Staatsdopings einleitete.

Besonders brisant waren auch seine mit versteckter Kamera gedrehten Recherchen für die Äthiopien-Doku „Wie Afrikas Sporthelden verkauft werden“. Darin gesteht eine im Laufsport führende und noch aktive Person, die sogar schon den Berlin-Marathon gewonnen hat, gegenüber einem Lockvogel den Missbrauch von EPO und Wachstumshormonen. Seit der Erstausstrahlung im August 2017 rätselt die Laufszene, wer von den vier in Frage kommenden äthiopischen und noch aktiven Berlin-Marathon-Siegern gemeint sein könnte ... und wird wohl weiter rätseln, denn, so Hajo Seppelt exklusiv zur SPIRIDON: „Es wird keine Auflösung der Frage geben, weil wir sonst unseren Informanten verraten würden. Der Informantenschutz steht an erster Stelle.“

Die Ehrung im Schloss Bellevue fand im Rahmen der Verleihung des Silbernen Lorbeerblattes für Athleten statt, die bei den Olympischen Winterspielen eine Medaille gewonnen hatten. **Jo.Z.**

### DM-Zeitplan Nürnberg

Die deutschen Leichtathletik-Meisterschaften mit Ausscheidungen für die Europameisterschaften in Berlin finden am Samstag und Sonntag, den 21./22.7. statt.

#### Hier die Höhepunkte auf den längeren Strecken:

##### Samstag, 21.7.

- 11.50 Uhr: 1.500 m Vorläufe Männer
- 12.10 Uhr: 1.500 m Vorläufe Frauen
- 13.40 Uhr: 800 m Vorläufe Männer
- 14.05 Uhr: 3.000 m Hindernis Endlauf Männer

##### Sonntag, 22.7.

- 12.35 Uhr: 3x1.000 m MU20
- 12.50 Uhr: 3x800 m WU20
- 15.35 Uhr: 5.000 m Endlauf Frauen
- 16.20 Uhr: 5.000 m Endlauf Männer
- 16.50 Uhr: 3.000 m Hindernis Frauen
- 17.35 Uhr: 1.500 m Endlauf Männer
- 17.50 Uhr: 1.500 m Endlauf Männer
- 18.20 Uhr: 800 m Endlauf Männer

### Berglauf-Weltcup 2018

Der diesjährige Berglauf-Weltcup der WMRA (World Mountain Running Association) geht in die entscheidende Phase mit den vier abschließenden Rennen. Die neue Führung des Verbandes unter Leitung von Jonathan Wyatt hat den überarbeiteten Weltcup reichlich spät in Szene gesetzt, dafür aber auf einer neuen verheißungsvollen Website. Mit dabei ist auch Bergen im Chiemgau als zweitletzter Lauf am 30. September. Vier von sechs Rennen kommen in die Wertung. In der Gesamtwertung werden nur Läufer und Läuferinnen gewertet, die in mindestens zwei Bergläufen Punkte gesammelt haben. Punkte gibt es für die ersten 25 Männer und Frauen. In der Wertung geht es von 100 Punkten über 90, 85 abwärts im Fünfer-Rhythmus bis zu 5 Punkten für Platz 25. Für das traditionelle Finale in der slowenischen Hauptstadt Ljubljana zum Lauf auf den Doppel-Berg Smarna Gora, für das WMRA-Generalsekretär Tomo Sarf verantwortlich zeichnet, gibt es jeweils 10 Sonderpunkte für die dort Platzierten. Bei den übrigen Rennen gibt es einen Nationen-Bonus von 10 Punkten, wenn mindestens zwölf Nationen teilnehmen.



Wolfgang Münzel und Nancy Hobson (WMRA Council) im Einsatz bei den Mountain Masters in Slowenien. Foto: Mast

Der mit dem Internationalen Leichtathletik-Verband assoziierte Verband kann keine üppigen Preisgelder ausschütten. Insgesamt seien es 12.000 € für Männer und Frauen von 1.200 € für Sieger und Siegerin abwärts bis zu Platz 10 mit 200 €. Doch das soll sich ändern, wenn die IAAF den Weltcup in den nächsten Jahren übernehmen sollte, was geplant ist.

#### Das sind die vier noch ausstehenden Rennen:

- 15.07. Heiligenblut/Österreich
- 04.08. Malonno/Italien
- 30.09. Bergen/Deutschland
- 06.10. Ljubljana/Slowenien

### WM im Schnee ertränkt

Die Trail-Team-Weltmeisterschaft im Salzburger Land am 24. Juni fiel der schlechten Witterung mit Kälte, stürmischem Regen in den Tälern und hohem Schnee in den Bergen zum Opfer. Der für 4 Uhr vorgesehene Start mit Wettbewerben über 24 km, 7.400 Höhenmetern und den Pässen Gamskar Kogel (2-467 m) und Zittauer Tisch (2.463 m) wurde zunächst verschoben und um 7 Uhr abgesagt. Allein 70 Dreier-Teams waren startbereit und mussten sich mit einem Bad in der Alpentherme von Bad Hofgastein trösten. Den Prolog über schwierige 19 km, der über die Startreihenfolge sonntags entschied, hatte bei den Frauen die Rosenheimerin Michelle Maier gewonnen. Die Veranstaltung mit adidas als Namenssponsor soll an gleicher Stätte 2019 zwischen dem 27. und 30.6. nachgeholt werden.



Michelle Maier gewann den Prolog der Team-Trail-WM im Salzburger Land. Der eigentliche Wettkampf musste wegen starken Schneefalls abgesagt werden. Foto: Markt

## LAUFEND NOTIERT

Schmerztherapie: Schonung gibt keine Belohnung, denn je mehr Muskelmasse, umso weniger Medikamenten-Medikation!

Ein guter Arzt ist heute sozusagen „orthopädophil“, d.h. er versteht auch etwas von den orthopädischen Problemen der Läuferinnen und Läufer.

Fehlverhalten: Viele selbsternannte Laufpöpste meinen, sie seien unfehlbar - nicht selten weit gefehlt!

Lernprozesse: Wenn man was aus seinen Misserfolgen macht, kann man aus Misserfolgen Erfolge machen!

Laufen kann durch Bewegung viel bewegen, Laufen kann sogar den Schmerz dazu bewegen sich fort zu bewegen, denn Endorphine sind schmerzstillend.

Durch längeres Laufen kann man in Hochstimmung kommen, vorausgesetzt, man denkt dabei nicht zuviel über sich selbst nach.

Viele Menschen laufen dem Glück nach, und nicht wenige von ihnen finden es dann auf der Langstrecke.

Training, das ist die Warteschleife, bevor man an der Startlinie landen kann.

Ist die Sehnsucht nach sportlichem Erfolg erst einmal geweckt, dann schläft sie so bald auch nicht mehr ein.

Professor Dr.med. G. Uhlenbruck