



Disco-Stimmung am Kudamm

Sie flitzten durch Blitzlicht, Schwarzlicht und goldenes Konfetti. Am glücklichsten strahlte Philipp Pflieger: Drei Wochen vor dem olympischen Marathon gewann er zum zweiten Mal den Berliner Kudamm-Zehner, diesmal in 29:48 min. Auch Katharina Heinig gelang ein Glanzstück nach einer turbulenten Frühjahrs-Saison: Sie siegte in 33:42 min.

Von JoAnna Zybon

Ach, warum nicht mal einen Lauf rückwärts erzählen? Fangen wir mit der Siegerehrung an: Die Stimmung kochte, als das furiose Sextett des 10-km-Nachtlaufs auf der Bühne stand: Philipp Pflieger, Timo Göhler, Stefan Koch. Katharina Heinig, Mayada Al-Sayad, Isabell Teegen. Sechs einheimische Asse auf den ersten drei Rängen, welch ein seltener Anblick auf deutschen Siegespodesten. Und zwei von ihnen auf dem Sprung nach Rio: Mayada und Philipp nutzten die City-Nacht am 30. Juli für ihren letzten Feinschliff vor dem olympischen Marathon.

Philipp zeigte sich keineswegs enttäuscht von seiner Zeit, 11 sec langsamer als im Vorjahr: „Ich komme aus dem Trainingslager in St. Moritz. Letzte Woche hab ich noch mit Florian Orth 15x400 m geschrubbt. Ich bin müde von den vielen Wochenkilometern, von den Reisetagen und den Interviews gestern und heute. Dafür ist das Ergebnis gut.“ Auf der Bühne interviewte der Moderator ausschließlich Philipp, alles drehte sich nur um ihn. Ist Pflieger nun der neue Gabius, nachdem dieser seine Olympiateilnahme verletzt abgesagt hatte?

Aber auch die Siegerin bekam einen tosenden Applaus. Tosend vor allem deshalb, weil die vor der Bühne befindliche Zuschauermenge groß genug war. In früheren Jahren hatte eine kleine piefige Bühne hier nur wenige Zuschauer angelockt. Auf der neuen fetten Bühne mit Lichtshow und Disc-Jockey wurden die Besten gerockt wie es sich gehört.



Die neue Lokomotive im deutschen Straßenlauf? Philipp Pflieger führt bei der Berliner Nacht auf dem Kurfürstendamm einen Läuferzug an. Fotos (3): Zybon

FRAUENRENNEN MIT PFEFFER

Vor der Siegerehrung reflektierte Katharina Heinig ihre Leistung: „Mir steckt noch der EM-Halbmarathon in den Knochen. Der ist grad mal drei Wochen her. Ich hatte eine Lebensmittelvergiftung und hätte gar nicht starten dürfen.“ Ein bisschen wehmütig führte sie weiter: „Die Saison hatte dieses Jahr so gut begonnen, mit Barcelona und Paderborn. Dann kam der Schnee in Zürich und Pech in Amsterdam.“ Aber noch ist nicht aller Tage Abend. Die sympathische Sportlerin hat sich schon für einen Herbstmarathon verpflichtet ...

Siegerehrung, Interviews ... was kam davor? Klaro, das Rennen selbst. Das ist für Philipp schnell erzählt: Er führte von Anfang bis Ende. Sein Knie, das seit Mitte April gemuckt hatte, war zwar noch etwas dick, aber hielt. Keine Schmerzen.

Katharina hatte mehr Konkurrenz auf der Strecke. Das waren bis ca. km 6 Mayada Al-Sayad, die Polin Monika Stefanowicz, ebenfalls in Vorfreude auf den Marathon in Rio, Isabell Teegen und die Britin Tracy Barlow, die wie Mayada ihre PB aufpolierte. Katharina forcierte das Tempo und verschaffte sich etwas Luft, aber kurz vor dem Ziel pirschte Maya-



Haben wir uns verlaufen? Das ist hier die reinste Disco!



Pechsträhne vorbei! Endlich konnte Katharina Heinig zeigen, was sie drauf hat.

da sich wieder heran, so dass sie beide schließlich um den Sieg spurten mussten. Während des Rennens flitzten alle Wettkämpfer in ein nächtliches Lichtermeer hinein: Sterne, Laternen, Leuchtreklamen und extra installierte Effekte wie Schwarzlicht und LED-Zieltor illuminierten die City West.

UND WAS PASSIERTE VOR DEM RENNEN?

Der Start. Da gab es eine Überraschung: Isabell Teegen. Sie war gar nicht angekündigt. Auch die spontane Isabell musste wie Katharina noch

den Halben von Amsterdam verdauen, der vorläufig ihr letzter bleiben soll. Nächstes Jahr möchte sie sich wieder auf die Bahn konzentrieren und ab und zu Straßenläufe bis maximal 10 km bestreiten.

Ok, und vor dem Start? Da gab es die Meldephase. Aber weil Meldezahlen wenig aussagen, bringen wir lieber die Finisherzahlen. Damit springt der Bericht vom Anfang zum Ende: 2.627 Männer plus 1.878 Frauen kamen ins Ziel, insgesamt 4.505 Menschen.

Andrea Mayr überragend

Die mehrfache Welt- und Europameisterin Andrea Mayr (Österreich) war der Top-Star des 28. Internationalen Schlickeralmlaufes am letzten Juli-Wochenende in Telfes/Tirol. Zwei Wochen vor ihrem Marathon-Start bei den Olympischen Spielen in Rio stellte sie auf der 11,5 km langen Strecke bei einem Höhenunterschied von 1.100 m mit 1:04:13 h einen neuen Streckenrekord auf und verbesserte damit ihre eigene Bestzeit von 2013 um 14 sec.

Mit einem neuen Streckenrekord habe ich schon geliebäugelt. Ich bin natürlich glücklich, dass ich das geschafft habe.“ Hinter Andrea Mayr belegten Silvia Schwaiger (Slowakei/ 1:07:00) und Annie Bersagel (USA) die beiden nächsten Podestplätze. Vierte wurde die Tschechin Petra Novakova. Susanne Mair (Österreich), die im Vorjahr überraschend die kenianische Vize-Weltmeisterin von 2014 Lucy Wambui Murig besiegte, belegte diesmal den fünften Platz. Als beste deutsche Läuferin platzierte sich Stephanie Hirschvogel auf Platz neun.

Bei den Männern sah es auf den ersten km nach einer afrikanischen Dominanz aus. Neben dem Weltmeister von 2012, Petro Mamu (Eritrea), und dem Vorjahressieger Isaac Kosgei (Kenia) waren noch weitere fünf Kenianer in der Spitzengruppe. Doch schon vor der Hälfte der Distanz durchbrachen mit dem vorjährigen britischen WM-Dritten Robbie Simpson und dem überraschend starken Deutschen Toni Lautenbacher (Benediktbeuren) zwei Europäer die Phalanx der Afrikaner. Petro Mamu erreichte nach 56:07 min als Erster das Ziel auf dem 2.300 m hoch gelegenen Kreuzjoch. Robbie Simpson wurde in 57:39 min vor den beiden Kenianern

Francis Wangari und Isaac Kosgei Zweiter. Toni Lautenbacher, der bislang eher Erfolge im Skibergsteigen verzeichnen konnte, verteidigte seinen ausgezeichneten fünften Platz und war damit mehr als zufrieden. Auf Platz zehn kam mit Maximilian Zeus (DJK Weiden) der zweite deutsche Läufer ins Ziel.

Einen deutschen Doppelsieg feierten über 7,5 km Barbara und Anna-Lena Stich (beide PTSV Rosenheim). Barbara Stich wurde Gesamtsiegerin und Siegerin der Klasse W50 in 50:32 vor ihrer

Tochter Anna-Lena, die in 51:51 min Zweite wurde und die W20 gewann.

Auch beim tags zuvor zum zweiten Mal ausgetragenen Telfer Wiesenlauf gab es durch Oliver Späth (TV Zell) einen deutschen Erfolg. Der Sieger benötigte für die 8 km lange Strecke mit 180 Höhenmeter 30:45 min.

Der Schlickeralmlauf mit Start im 1.000 m hoch gelegenen und 20 km von Innsbruck entfernten Telfes im Stubaital hat eine lange Tradition. Zwei Weltmeisterschaften (1990 und 1996), die Europameisterschaft 2009 und die Masters Weltmeisterschaft 2014 wurden hier ausgetragen. Mit dem Hochfölln Berglauf in Bergen/Chiemgau gehörte der Schlickeralmlauf zu den Gründungsmitgliedern des Grand Prix. In diesem Jahr zählt der Schlickeralmlauf wie auch der Hochfölln Berglauf als Wertungslauf zum Berglauf Weltcup. Mit der Einbindung in den Weltcup erhoffen sich die Veranstalter eine noch stärkere internationale Beteiligung.

Winfried Stinn



Der Sieger Petro Mamu im Ziel. Foto: Stinn