



## Petra kann es immer noch

Die Lokalmatadore Tilahun Babsa aus Eritrea und Tinka Uphoff vom Ausrichter Spiridon Frankfurt haben sich die 10-km-Siege beim 37. Spiridon-Silvesterlauf geholt. Mit 1.992 Finishern schrammte die Traditionsveranstaltung wie im Vorjahr (1.934 Finisher) knapp an der 2.000-Läufer-Grenze vorbei. Während die Silvesterläufer 2014 allerdings mit einem Rennen durch verschneiten Winterwald ihren Saison-Abschluss feierten, fanden sie diesmal wesentlich freundlichere Bedingungen vor. Der Nieselregen, der die Schüler noch belästigte, hatte sich beim Hauptlauf über 10 km bereits verzogen.

Von Helmut Serowy

Bei recht guten Bedingungen lief der für Spiridon Frankfurt startende A-Jugendliche Tilahun Babsa ein beherztes Rennen, wurde seiner erwarteten Favoritenstellung gerecht und siegte in ausgezeichneten 31:00 min. Damit wehrte er auch den Schlussangriff des Münchners Lukas Becht erfolgreich ab, der ihm mit 31:02 min noch heftig auf die Pelle rückte. Mit dem Somalier Ilyas Iman von der LG Fulda (31:26 min) sprang ein weiterer A-Jugendlicher auf das Podest. Im Herbst hatte er einen erstaunlichen „Hatrick“ gelandet, als er innerhalb von zwei Wochen die hessischen Männer-Titel beim Berglauf, im 10-km-Straßenlauf und beim Halbmarathon einfuhr. Vorjahressieger Jannik Ernst (TVW Wiesbaden) blieb als Vierter mit 31:51 min ebenfalls noch unter der 32-min-Marke. Top-Ten-Plätze schafften gleich drei B-Jugendliche. Das Trio führte Sebastian Buschbeck von der HTG Bad Homburg (34:09 min) an.

Ihren Vorjahres-Titel verteidigte Tinka Uphoff erfolgreich. Die mehrfache hessische Langstreckenmeisterin und Vierte der Deutschen Marathonmeisterschaften lief nach 37:00 min unangefochten durch das Ziel vor der Wintersporthalle neben der Commerzbank-Arena. Sie sieht sich damit auf einem guten Weg, Ende Januar in Rodgau-Dudenhofen eine schnelle 50-km-Zeit zu erreichen. Dahinter kämpften die Triathletin Natascha Schmitt (LG Frankfurt) und die hessische 10-km-Straßenlaufmeisterin Anne Reuter (PSV Kassel) verbissen um den zweiten Rang. Im Finish konnte sich Natascha Schmitt lösen und mit 37:47 min Anna Reuter (37:56 min) auf den dritten Rang verweisen.



Bereits als Gesamt-Vierte erreichte die ehemalige Klasse-läuferin Petra Wassiluk den Sieg in der W 45.  
Foto: Serowy

Die frühere Weltklasse-Marathonläuferin Petra Wassiluk ist seit Jahren in der Organisation des Frankfurter Marathons tätig. Im letztjährigen Schneerennen war sie nach 40:06 min als Dritte platziert. Diesmal konnte sie sich als Vierte über die erzielten 38:36 min und den Erfolg in der W45 freuen. Ebenfalls hervorragend schlug sich die B-Jugendliche Gina-Marielle Schürg von der LG Friedberg mit Rang fünf in 39:36 min.

Das Schülerrennen über 4 km dominierte einmal mehr das Nachwuchstalent Sasha Müller vom SSC Hanau-Rodenbach. Mit 12:43 min distanzieren der M 15-Sieger seinen ebenfalls starken Vereinskollegen Max Grabosch – der sich mit 13:45 min den Erfolg in der

### Gans fertig

Es gibt viele Rezepte für die Vor- und Zubereitung von Weihnachtsgänsen, aber nur wenige, die sich um ihre Nachbereitung kümmern. Was tun mit dem Vogel, wenn er aufgefressen ist? Ihn in Gammelfleisch verwandeln? Kurz vor dem Silvesterlauf? Das wäre gans doof.

Ein besonders originelles Rezept für die artgemäße Haltung der Weihnachtsgänse nach ihrer Verspeisung hat vor 16 Jahren der Berliner Bernd Hübner, besser bekannt als „Hübi“, entwickelt: Die freilaufenden Bio-Gänse dürfen am 2. Weihnachtsfeiertag 10 km durch den Grunewald laufen. Ihre Esser kommen zwangsläufig mit auf die Piste, die Mitesser auch. Sogar der Weihnachtsmann höchstpersönlich hat offensichtlich eine Gans intus, denn wie jedes Jahr führt sein rot gewandetes Bäuchlein die Prozession an. Nun ja, auch der hat eine Figur.

Weil die echten verspeisten Gänse zu diesem Zeitpunkt aber unsichtbar sind, schleppt Santa Claus (ziviler Name: Wolfgang Peach) ein unechtes Exemplar mit, damit alle wissen, worum es hier geht. Startnummern, Wettkampf und Ergebnisliste sind des hohen Feiertags unwürdig, stattdessen ist ein geselliger Siebenerschnitt der Laufgemeinde verheißend.

Hübis bewährtes Rezept beinhaltet u.a. noch Glühwein. Den gibt's bei km 5 und 10.

So wird die Gans nochmal feierlich begossen. Und wer zu Weihnachten gar keine Gans auf dem Teller hatte? Kein Problem, derjenige darf trotzdem fröhlich mitjoggen.

Fazit: Wer an Weihnachten gammelt, hat einen Vogel.

JoAnna Zybon

M 14 holte – um eine Minute. „Bronze“ im Gesamteinlauf und M-16-Sieg sicherte sich nach 13:50 min Anthony Hildebrand. Bis auf die Ziellinie kämpften die Mädels über 4 km um den Sieg. Anna Schösser von der HTG Bad Homburg (15:57 min) setzte sich gegen Zoe Delgado (BSK Bersfeld, 15:59 min) und Rinja Schindel (ESV Bischofsheim, 16:01 min) durch.