

Steinhagen schwört auf Rennsteiglauf

FHSG-Sportler beim Hamburg-Marathon.

Von André Kobsch

Laufsport – Es ist derzeit absolute Hochsaison für die Laufsportfreunde. Jedes Wochenende locken gleich mehrere attraktive Veranstaltungen, und immer sind Stralsunder Athleten mit von der Partie.

Am Sonntag liefen über 16 200 Jogger beim Haspa-Marathon in Hamburg, dem größten Volkslauf in Norddeutschland. Jörg Opretzka (M 45) von der

FHSG Stralsund hatte sich gut vorbereitet und überstand das Hitzerennen durch die Elbmetropole mit einer guten Zielzeit von nur drei Stunden, 43 Minuten und 41 Sekunden. Noch größer war die Freude bei Franca Gräff, die eine traumhafte Marathonpremiere hinlegte. Sie konnte

während des gesamten Rennens ihr Tempo kontinuierlich steigern, erreichte das Ziel nach 3:49:32 h und belegte damit in der Frauengesamtwertung den 305. Platz von 2271 Teilnehmerinnen.

„Vor ein paar Jahren wäre ich die 42 Kilometer nicht mal mit dem Fahrrad gefahren und hätte jeden für verrückt erklärt, der mir 2011 den ersten Marathon prophezeit hätte“, blickt die 39-jährige Ausdauerathletin vom SV Hanse Klinikum zurück. Franca Gräff studierte Trainingspläne, stellte ihre Ernährung um und lief und lief und lief. Insgesamt kamen über 1000 Kilometer zusammen, dazu noch Schwimmen, Spinning und Krafttraining. Ihr Vereinskollege und Trainingspartner Jörg Krabbe (M 50) konnte nur bis zur Hälfte mithalten, überquerte die Ziellinie nach 4:29:20 h, gefolgt von Bernd Berkowsky (M 45) in 4:51:23 Stunden.

Eine tolle Atmosphäre herrschte

auch beim 39. GutsMuts-Rennsteiglauf, an dem sich insgesamt über 14 000 Sportler beteiligten. Den Super-Marathon von Eisenach nach Schmiedefeld über 72,7 Kilometer packte Ralf Mertz (M 50) in acht Stunden, einer Minute und 24 Sekunden. Auf der Marathondistanz über 43,1 Kilometer hatten die Ge-Sund-Läufer der FHSG Stralsund die Nase vorn. Thomas Koch (M 45) absolvierte

den anspruchsvollen Landschaftslauf in nur 3:57:54 Stunden, gefolgt von Karlheinz Wis sel (M 40 in 4:10:27 h) und Ronald Mauke (M 50 in 4:17:10 h). Beachtlich sind auch die Leistungen von Uwe Langhammer (FH Stralsund in 4:27:04 h) und Volker Zober (Stralsunder VL in 4:51:26 h), die sich im Mittelfeld platzierten.

Eine Delegation des SV Steinhagen ging in Oberhof an den Start. Bürgermeister Dietmar Eifler (M 55) bewältigte den Halbmarathon nach Schmiedefeld in 2:14:18 Stunden vor Wilfried Schwittay (M 55 in 2:25:13 h). Nur 26 Sekunden mehr benötigte Karl Albert Schley (M 70), der von seinem Betreuer Hans Lübbe auf der Thüringentour unterstützt wurde.

Erfolgreich waren die Sundstädter auch beim 19. Rostocker E.ON edis Citylauf. Im Halbmarathon erkämpfte Birger Tornow (FHSG Stralsund) mit einer starken Laufzeit von 1:25:10 Stunden den fünften Platz in der Männergesamtwertung und wurde Zweiter in der Altersklasse M 45. Die sieben Runden durch die Rostocker Altstadt beendeten Thomas Wenske (4. Platz M 40) aus Velgast in 1:37:37 h und Veit Ringewald (18. Pl. M 35) von Capoeira Stralsund in 1:55:06 Stunden.

●● Wer mir prophezeit hätte, dass ich 2011 einen Marathon laufe, den hätte ich für verrückt erklärt.“

Franca Gräff, felerte mit 39 Jahren ihre Marathon-Premiere