

Wichteln im Thüringer Wald

DER QUERLÄUFER UNTERWEGS Jochen Brosig vom FSV Großenseebach trifft sich regelmäßig mit Sportlern der Region auf deren Lieblingslaufstrecke. Diesmal schlägt es ihn zum Südthüringentrail nach Suhl.

Wer regelmäßig bei Laufveranstaltungen in der Region startet, der begegnet interessanten Menschen. Der Querläufer Jochen Brosig trifft sich mit einigen dieser ganz unterschiedlichen Laufsportler auf deren Lieblingsrunde. Dieses Mal spricht er mit Mirko Leffler, einem erfahrenen Ultramarathonläufer und Marathonsammler, dessen Ziel es ist, in möglichst vielen Ländern einen Marathon absolviert zu haben. Außerdem ist Leffler Organisator des Südthüringentrails, der drei verschiedene Streckenlängen anbietet und so auch für Einsteiger interessant ist.

Es war einmal ... vor langer Zeit eine Bergbaustadt namens Suhl tief im finsternen Wald, weit abgelegen vom Amtssitz des Herrschers. Beschwerlich und lang war die Reise dorthin, denn sie führte über einen holprigen und gefährlichen Kammweg.

So wird auf der Internetseite des Trails geworben. Die Aussage spricht für sich, denn auf „normalen“ Waldwegen oder gar Asphalt wird nur gelaufen, wenn es gar nicht mehr anders geht. Drei Wettbewerbe stehen zur Auswahl. Der Wichteltrail (17,4 km) und der Riesentrail (47,5 km) sind zwei unterschiedliche Runden. Zusammen ergeben sie den Helden-trail (64,9 km). Etliche Höhenmeter mit eingeschlossen ergeben dann Trailspaß pur. Der Querläufer hat sich für den Wichteltrail entschieden.

Querläufer: Wie entstand die Idee zum Südthüringentrail?

Mirko Leffler: Unser Team hatte bereits beim Borderland Ultra Erfahrungen mit einer besonderen Laufveranstaltung gesammelt. Es entstand der Gedanke, einen Trail auf den beinahe noch unbekanntem Wegen und Bergen rings um Suhl ins Leben zu rufen. Die ersten Planungen für den Südthüringentrail begannen im Sommer 2016. Ein Jahr später hatten wir Premiere.

Mirko Leffler

Das Startgelände befindet sich im Simson Gewerbepark. Beim Wichteltrail ist auch die Startzeit mit 11 Uhr human. Kurz nachdem die beiden Sieger des Helden-trails durchs Ziel gehen, sie waren bereits um 5 Uhr gestartet, legen die Wichtel los – darunter der Querläufer. Sie verlassen das Gelände, überqueren



Der Beweis in Form einer hölzernen Medaille: Der Querläufer bewältigte in Südthüringen den 17,4 Kilometer langen Wichteltrail und überwand dabei auf teils unwegsamem Gelände 559 Höhenmeter.

Fotos: privat

die Meininger Straße und sind schon im Suhler Stadtwald. Höchstens 500 Meter Asphalt. Nach einem Kilometer geht es scharf rechts. Ein schmaler Pfad schießt steil bergan. Zwischen den Bäumen taucht der jüdische Friedhof auf, der Anfang des 20. Jahrhunderts angelegt wurde. Hier wurde auch Moses Simson, der „Vater“ der Simson-Werke, beigesetzt – allerdings bereits im Jahre 1868.

Ein steiniger Wurzelweg leitet die Läufer auf die Höhe des Haardt, bevor es wieder steil nach unten geht. Hier wird nicht lange gefackelt, der Trail zeigt gleich was Sache ist. Verschlungene Pfade begleiten uns abseits der Hauptwege des Thüringer Waldes, hüfthohe Gräser und Sträucher. Eine Brücke weist den Weg über die Autobahn. Auf der anderen Seite geht es sofort wieder hinein ins Dickicht. Vorbei an klaren Bächen, durch dunkle Täler, über glitzernde Bergkämme und das Ganze immer mit höchster Konzentration, denn der Trail ist sehr anspruchsvoll.

Der Südthüringentrail war bereits bei seiner ersten Ausgabe überaus erfolgreich?

Ja, und wir dachten uns: Was haben Bleilochlauf, Bilstein Marathon, Maintal-Ultratrail, SachsenTrail und Südthüringentrail gemeinsam? Alle Veranstaltungen bieten sowohl auf ultralangen als auch kürzeren Distanzen viel Trailspaß. So entstand die Idee mit den anderen Veranstaltern den German Trailrunning Cup ins Leben zu rufen.



Nur selten - wie hier bei der Überquerung der Autobahn - bekamen die Läufer Asphalt unter die Füße.

Frisch gestärkt geht es für die Wichtel über die Diestel hinab zum Dreisbachtal. Einmal klettern sie über umgefallene Bäume, ein anderes Mal tauchen sie darunter durch. Immer steil bergab oder bergauf im Wechselspiel. In einer Senke geht das Geschimpfe los – ein Schwarm Schnaken oder Bremsen greift die Läufer an. Die Schritte werden schneller, bloß weg von hier.

Wieder steigt die Route an, um nach einigen Tiefen und Höhen kurz an der Suhler Steinsburg zu verweilen, einer Bergkuppe, auf der vor langer Zeit eine Raubritterburg gestanden sein soll. Heute zeugen historische Hohlwege vom Basaltabbau früherer Tage. Von nun an geht's bergab.

Beim Helden- und Riesentrail gibt es UTMB-Qualifikationspunkte. Was hat es damit auf sich?
Der Ultra-Trail du Mont Blanc ist ein Laufwettbewerb mit ver-



Der Trail führt am jüdischen Friedhof vorbei, auf dem auch der Mitgründer der später für Kleinkrafträder bekannten Firma Simson, Moses Simson (1808 bis 1868), beigesetzt ist.

schiedenen Distanzen, welcher – vorwiegend im französischen Ort Chamonix startend – rund um den Mont Blanc führt. Die Streckenangebote reichen dabei von 55 bis 290 Kilometer. Um daran teilnehmen zu dürfen, muss man Qualifikationspunkte sammeln. Auf der Strecke des Riesentrail gibt es drei Punkte und beim Helden-trail vier Punkte für die Finisher.

Einige Wege kommen dem Querläufer seltsam bekannt vor. Das ist lange her. Vor zehn Jahren stapfte er spätabends mit Leffler durch den Schnee. Ein Berg zur Rechten, einer zur Linken. Aus einem anfänglichen Nieselregen wurden dicke Regentropfen geworden. Beide Schuhe waren nass, die Jacke vom Regen aufgeweicht und auf dem Weg nach Suhl ging es mitten durch den größten Schneesturm des Winters 2008. Diesmal herrscht bestes Trailwetter, Sonnen-



Wen schon Wichteltrail - dann mit einem waschechten Wichtel.

Fotos: privat

Fußball

KREISLIGA 1 ER/PEG.

Donnerst., 13. September, 18.30 Uhr:
ASV Möhrendorf – Baiersd. SV II

A KLASSE 2 ER/PEG.

BSC Erlangen – VdS Spardorf 2:1
Donnerst., 13. September, 18.30 Uhr:
SG Büg/Brand II – SV Tennenlohe II

B KLASSE 2 ER/PEG.

Donnerst., 13. September, 19.30 Uhr:
J. Forchheim II – SpVgg Reuth II

KREISLIGA BAMBERG

Donnerstag, 13. September, 18 Uhr:
Tütschengereuth – SV Pettstadt

B-KLASSE BAMBERG 3

Donnerst., 13. September, 18.30 Uhr:
Sambach/St. II – Steinsd./Ampfb. II

HANDBALL

HCE schöpft Mut aus der Niederlage

Erlangen – Der HC Erlangen muss in der Handball-Bundesliga reist am heutigen Donnerstag (19 Uhr) in Minden ran. In der Kampa-Halle möchte das Team von Trainer Adalsteinn Eyjólfsson dieselbe Einstellung wie zuletzt gegen Göppingen an den Tag legen und – anders als am vergangenen Wochenende – die nächsten Punkte einfahren.

„Auch wenn wir gegen Göppingen nicht gewonnen haben, fahren wir gestärkt nach Minden. Auf uns wartet eine sehr gut besetzte Mannschaft mit internationaler Erfahrung, die es uns sehr schwer machen wird. Wir werden aber alles dafür tun, um den Platz als Sieger zu verlassen“, verspricht Eyjólfsson. Damit dieses Vorhaben gelingen kann, muss das Team um Kapitän Michael Haab vor allem den wurgewaltigen Rückraumspielern eine aggressive Abwehr entgegenzusetzen. Mit dem torgefährlichen Linkshänder Christoffer Rambo, dem erfahrenen Mittelmann Dalibor Doder und dem Rückraumlinken Marian Michalczik schickt der TSV GWD Minden ein hochkarätiges Trio aufs Parkett, das gut aufeinander abgestimmt ist. Auch am Kreis sind die Ostwestfalen hochklassig besetzt. Der norwegische Nationalspieler Magnus Gullerud wird der Erlanger Abwehr um Petter Overby an der Sechsmeter-Linie alles abverlangen.

„Wir müssen uns auf unsere eigenen Stärken konzentrieren und vor allem unser Abwehrsystem konsequent spielen, um hier Zweikämpfe gewinnen zu können. Minden hat ein hervorragendes Umschaltspiel und ist oft durch den schnellen Rechtsaußen Kevin Gulliksen erfolgreich. Das gilt es zu verhindern“, sagt Eyjólfsson, der im zweiten Auswärtsspiel der Saison – abgesehen von Andreas Schröder – auf den kompletten Kader zugreifen kann. red

KAMPFSPORT

FCP-Kickboxer räumen beim Deutschland Cup ab

Pommersfelden – Nach der Sommerpause und pünktlich zu Beginn der Wettkampf-Saison zeigten sich die Kickboxer des FC Pommersfelden in sehr guter Verfassung. Beim Deutschland Cup der Weltunion für Kickboxen und Karate (WKU) zählte Pommersfelden zu den erfolgreichsten Teams unter den knapp 700 Teilnehmern.

In überragender Form zeigte sich Luis Dressel, der im Pointfighting (bis 45 und 50 Kilo) sowie beim Leichtkontakt (bis 45 Kilo) antrat. Er zeigte eine Viel-

falt an Techniken, dominierte klar und wurde völlig verdient dreifacher Deutschland-Cup-Sieger. Zweimal ganz oben auf dem Treppchen stand Jana Fleischmann. Yasmin Wolf (Rang 1), Sophia Ottmüller (je einmal Rang 1 und 2), Julian Ottmüller (je einmal Rang 1 und 3) sowie Tamina Gulden (einmal Rang 2) kämpften sich ebenfalls aufs Podest. Phil Preller schied bei seinem ersten großen Turnier in der ersten Runde aus. Stefan Dötsch fuhr in der Eliteklasse zwei erste Plätze ein. red



Die erfolgreichen Pommersfeldener Kickboxer (von links): Julian und Sophia Ottmüller, Jana Fleischmann, Yasmin Wolf, Tamina Gulden und Luis Dressel

Foto: privat

TENNIS

Talente kämpfen um den Sparkassen-Cup

Röttenbach – Der Tennisclub Röttenbach veranstaltet ab morgen bis kommenden Sonntag das 34. Jugendturnier um den Sparkassen-Cup. Gespielt wird in den Altersklassen U10 bis U18, alle Teilnehmer können wertvolle Ranglistenpunkte sammeln, um ihre Leistungsklasse (LK) zu verbessern.

Das Turnier richtet sich insbesondere an alle Kinder und Jugendliche der Jahrgänge 2000

und jünger aus den Landkreisen Erlangen-Höchstadt und Forchheim, aber auch an Spieler aus ganz Franken. Die Zahl der Anmeldungen liegt deutlich über dem Niveau des Vorjahres, so dass ein spannender Turnierverlauf zu erwarten ist.

Beginn ist am Freitag, 14. September, ab 14 Uhr auf den Plätzen des TC Röttenbach, die Endspiele finden am Sonntag ab 13 Uhr statt. red