



# Laufen und schiefgelaufen

742 Frauen und Männer hatten gemeldet, 555 erreichen das Ziel: Der 7. Südthüringentrail verlangt den Läufern viel ab. Mancher verliert die Orientierung und verläuft sich im Wald.

Gut 30 von 65 Kilometern sind geschafft: Daniel Greiner auf dem Schneekopf. Links eine Nahaufnahme seiner Laufuhr im Ziel. Fotos: Gerhard König

**iS** Weitere Fotos finden Sie unter: [www.insuedthueringen.de](http://www.insuedthueringen.de)

Von Karsten Tischer

**SUHL.** Was ist da am Samstagvormittag an der Suhler Steinsburg passiert? Der Streich eines Vorbeikommenden? Ein Übersehen im sportlichen Anspannungstunnel? Das Missgeschick eines Streckenpostens? Irgendwann jedenfalls hält es auch Daniel Greiners zu Hause das Live-Tracking verfolgende Frau („Sie ist daheim, sie muss kochen“) nicht mehr aus. Sie schickt ihrem durch den Wald irrenden Mann eine Nachricht aufs Handy: „Ihr lauft gerade falsch“, tippt sie.

Keine zehn Kilometer vor dem Ziel führt Heldentrail-Start Daniel Greiner vom SV Sömmerda den mit 64,9 Kilometer längsten Lauf des Südthüringentrails an. Am letzten Verpflegungspunkt hatte der Vorjahressieger den lange führenden und gut zehn Jahre jüngeren Til Leipziger aus Schleusingen eingeholt. Dann verlaufen sich beide im Wald wie Hänsel und Gretel. „Bis Kilometer 59 hatte ich geführt. Bei Kilometer 60 oder 61 bin ich dann irgendwo falsch abgebogen“, wird Leipziger später berichten.

### Ein Sieger aus dem Siegerland

Auch im Ziel im Simson-Gewerbepark wundert man sich über das, was die Tracker auf den Monitoren anzeigen. Um 11.15 Uhr schaut Mirko Leffler – der Anführer der knapp 150 Helfer, die das Laufevent in und um Suhl möglich machen – auf die Uhr. Vor einem Jahr, als Greiner zum ersten Mal über-

haupt einen Ultralauf in Angriff nimmt, ist er nach 5:51 Stunden, um 10.51 Uhr, im Ziel.

Noch kann nur spekuliert werden, was gerade auf der Strecke vor sich geht. Was allen an diesem Samstag zu schaffen macht, ist die Hitze von rund 30 Grad Celsius. Ab etwa 9 Uhr sei es „schon sehr prall in der Sonne“ geworden, sagt ein völlig verausgabter Tim Dally im Ziel, auf einer Bank im Schatten sitzend. Der Schweiß läuft ihm am ganzen Körper hinunter. Zwei, zweieinhalb Liter Flüssigkeit verliere man bei so einer Belastung, schätzt er. „Am Ende habe ich echt die Kilometer runtergezählt. Es war hart.“ Dally, der Rechnungsingenieur aus dem Siegerland, geht ans Limit und wiederholt seinen Sieg von 2020 beim 47,5 Kilometer langen Riesentrail, obwohl auch er sich auf der Strecke mehrfach verlaufen habe.

Wiederholungstäterin beim Riesentrail ist ebenso Giedre Kubiliute. Als Ärztin hat die junge Litauerin noch einmal einen ganz anderen Blick auf das Laufen in großer Hitze. Erst vor Kurzem hat sie am eigenen Leib erfahren, wie der Körper mitten im Rennen plötzlich Stopp sagt. Bei einem 70-Kilometer-Lauf in den Dolomiten streikt der Magen. Nach 40 Kilometern macht Kubiliute Schluss. Am Samstag in Suhl bereitet ihr der Magen weniger Probleme. „Heute dachte

ich, ich muss einfach durchziehen. Und ich wollte alle Fehler vom letzten Mal korrigieren. Ich habe mich nicht wie letztes Jahr nur zwei Wochen vorbereitet. Dieses Jahr habe ich mich fast den ganzen Sommer zielgerichtet vorbereitet.“

Im Ziel wird die erste Riesin bei ihrem persönlichen Saisonabschluss von einem Freund mit einem Strauß Rosen empfangen. Ihren Titel hat sie verteidigt. Das eigene Ziel, die Zeit aus dem Vorjahr zu unterbieten, gelingt aber auch Giedre Kubiliute in der erbarungslosen Septembersonne nicht. Gleich mehrere Starter auf der längsten Strecke hätten sich unterwegs eine Auszeit nehmen müssen, erzählt Kubiliute. „Ich habe noch gefragt: Alles gut?“ Das war es offenkundig. Denn so lange die Leute beim Pausemachen noch genügend Kraft hätten, auf dem Handy hoch und runter zu wischen, müsse man sich keine Sorgen machen, sagt die Ärztin und lacht. Auch die Bergwacht Goldlauter vermeldet gegen Mittag: Keine Kreislaufprobleme und keine Hornissen-Angriffe wie 2022 auf dem Wichteltrail. Lediglich ein paar Schürfwunden mussten versorgt werden.

In gewisser Weise auch der emotional aufgewühlte Daniel Greiner. Als der verirrt

## 7. Südthüringentrail

**Heldentrail (64,9 km/2491 Hm), Frauen:** 1. Ricarda Alt (SCC Berlin) 7:58:01 Stunden, 2. Claudia Althaus (Team Tricamp) 8:27:49, 3. Melanie Kasüske (ASFM Göttingen) 8:33:48  
**Männer:** 1. Daniel Greiner (SV Sömmerda) 6:18:24 Stunden, 2. Marian Mielke (LG Ultralauf) 6:29:37, 3. Sebastian Schertling (Haubenschloß) 6:35:29, ... 5. Sebastian Schmidt (Schmiedefeld) 6:39:29

**Riesentrail (47,5 km/1932 Hm), Frauen:** 1. Giedre Kubiliute (Love Streams Running) 5:45:30 Stunden, 2. Elisa Ritter (Halle) 5:46:21, 3. Tatiana Rödl (Born2run) 5:49:53  
**Männer:** 1. Tim Dally (Sport Schneider Trail Team) 4:24:09 Stunden, 2. Jakob Schmidt (Team Wandjäger) 4:34:37, 3. Niklas Holz (Chrom Trailrunning) 4:43:38

**Helden, die Riesentrail gelaufen sind (47,5 km), Frauen:** 1. Sylke Kuhn (Laufwerk Kassel) 7:13:54 Stunden, 2. Uta Damm (running4nature) 7:27:12, 3. Sandra Mahnke 8:07:45  
**Männer:** 1. Til Leipziger (Schleusingen) 4:20:26 Stunden, 2. Carsten Weser (Südthüringentrail) 5:19:12, 3. Steffen Menz (Rennsteiglaufverein) 5:59:49

**Wichteltrail (17,4 km/559 Hm), Frauen:** 1. Anne Gründler (SG Adelsberg) 1:41:14 Stunden, 2. Regina Hellinger (ASC Marktrodach) 1:41:42, 3. Christin Dreßler 1:43:38  
**Männer:** 1. Robert Ulbrich (Südthüringentrail) 1:18:55 Stunden, 2. René Große 1:24:37, 3. Olaf Dömming (beide Rennsteiglaufverein/LG Süd) 1:25:18, ... 5. Benjamin Keiderling (Südthüringentrail) 1:27:36



Bereits Wochen vor dem Startschuss am Samstag war der 7. Südthüringentrail ausgebucht. Was die Veranstalter besonders freute: Mit Robert Ulbrich (Platz 1) und Benjamin Keiderling (Platz 5) schaffen es gleich zwei Vereinsmitglieder und Helfer beim Wichteltrail in die Top 5.



Begehrter Platz im Schatten: Die Temperaturen setzen Mensch und Tier ordentlich zu.