

## 10.Dreibergelauf in Dodenhausen

Samstag, den 2.April 2011

Wegen einer lang andauernden Erkältung wollte Hilmar Schneider eigentlich auf einen Start in Dodenhausen verzichten, doch das herrliche Wetter verführte ihn. Also nahm er sich vor, ohne Ambitionen auf einen vorderen Rang mitzulaufen und ggf. den Lauf vorzeitig zu beenden. Mit ähnlicher Vorstellung war auch Katja Funck mit uns in den Kellerwald angereist. „Weil ich in diesem Jahr die NHC-Laufserie nicht mitmachen werde, will ich mal der Abwechslung halber einige andere Laufveranstaltungen besuchen“. „Auf der mir unbekanntem Strecke habe ich mir aber nichts vorgenommen, ich will einfach nur mitlaufen und die Landschaft genießen“. Das waren sinngemäß ihre Äußerungen vor dem Rennen.



*Mit strahlendem Sonnenschein erwartet uns der Kellerwald mit seinen hohen Bergen. Der 675 m hohe Wüstegarten wird im Schwalm-Eder-Kreis von keinem Berg übertroffen!*

Als es um 13 Uhr am Sportplatz von Dodenhausen losging, war das Thermometer kräftig angestiegen, für uns Läufer war es mit über 20°C fast schon zu warm. Auf die 26,2 km lange Strecke über das „Hohe Lohr“, den „Jeust“ und den „Wüstegarten“ gingen neben Katja, Hilmar und mir auch Karl Lischka und Gerhard Neidert, Dieter Schneider wählte die 13,7 km-Strecke.

Für mich konnte nach dem ausgefallenen Wintertraining nur gelten, das Ziel zu erreichen. Dennoch war ich ein bisschen stolz darauf, bei diesem 10.Lauf zum 10.Male dabei sein zu können. Zudem sollte der Lauf für mich die Generalprobe für den Kyffhäuser-Bergmarathon eine Woche später sein.



*Gleich nach dem Start geht es steil hinauf, Hilmar führt das Feld bereits an. Hat er nun doch Ambitionen ganz nach vorn zu laufen?*

*Ganz rechts läuft Gerhard, etwas zurück von rechts nach links Horst, Dieter und Karl in der Bildmitte.*



*Nach etwa 9 km, dort wo die 13,7 km-Strecke nach links abzweigt, hat der immerhin auch schon 49jährige Hilmar bereits einen großen Vorsprung. Es scheint ihm gut zu gehen.*

*Nach der etwa 4 km  
langen „Talfahrt“  
herunter vom  
„Hohen Lohr“  
beginnt jetzt der  
Anstieg zum  
„Jeust“. Alles  
„Neuland“ für  
Katja.*



*Karl dagegen ist  
schon zum vierten  
Male dabei und  
weiß genau, wie  
man sich das  
Rennen einteilen  
muss.*

*Beim 10.Lauf zum  
10.Male dabei!*





*Hier geht es Dieter noch richtig gut, aber schon bald wird ihn sein linker Großzeh ärgern und ihm vorhalten, warum er das mit ihm macht.*

Bei der ersten Verpflegungsstelle nach 5 km hatte ich gegenüber dem Vorjahr schon 3 min, auf dem Jeust-Gipfel gut 6 min, am Kellerwaldturm auf dem Wüstegarten-Gipfel schon 13 min und im Ziel etwa 15 min Rückstand. Damit war ich zufrieden, auch wenn ich lieber unter der Drei-Stundenmarke geblieben wäre.



*Hilmar und Katja haben ihr Ziel erreicht.*



*Und auch Gerhard und Karl sehen schon das Zieltransparent und sind wenige Sekunden später ebenfalls im Ziel.*

Unmittelbar nach meinem Zieleinlauf traf ich auf Katja und Hilmar, die gerade vom Duschen kamen. Ihre euphorische Haltung verriet mir, dass sie mit ihren Rennverläufen zufrieden waren, beide waren nämlich Gesamtsieger geworden! „Knapp 3 km vor dem Ziel bin ich falsch abgebogen, lief dann wieder zurück auf die Strecke und lag am Ende immer noch über vier Minuten vor dem Zweiten“, kommentierte Hilmar die Schlussphase seines Rennens.



*Ach was macht das Laufen Spaß.  
Katja und Hilmar  
sonnen sich in  
ihrem Erfolg!*

Und Katja, wie könnte es anders sein, war bei den Frauen ebenfalls die Schnellste. Vorbei das flauere Gefühl, in die W40-Seniorenklasse „aufgestiegen“ zu sein. „Als ich bei der Anmeldung am Computer-Bildschirm die „W40“ sah, hat mir das richtig weh getan“.

Auch Gerhard und Karl haben die lange Strecke gut bewältigt, für beide diente der Lauf als Vorbereitung für „höhere“ Aufgaben: Karl läuft am 17. April den 31 km langen Hermannslauf im Teutoburger Wald, Gerhard am 8. Mai den Hannover-Marathon. Nur Dieter war betrübt wegen seiner Beschwerden am linken Großzeh, er konnte auf den letzten Kilometern kaum noch laufen.

*Sein zweiter  
Gesamtsieg nach  
2005 und zweimal  
zweiten Plätzen  
2003 und 2008;  
Hilmar ist ein alter  
Bekannter in  
Dodenhausen.*



*Das erste Mal  
beim Dreiberge-  
lauf dabei und  
gleich die  
Schnellste!  
Nach Hellen  
Bockskopf in  
2009 ist Katja die  
zweite Frau  
unseres Vereins  
beim Dreiberge-  
lauf*

Unser Doppelsieg auf der langen Strecke, gewürdigt durch große Pokale für Katja und Hilmar, trug einmal mehr dazu bei, dass die MT Melsungen in den einschlägigen Kreisen des Ausdauersports ihren guten Ruf festigen konnte. Im Bericht des Veranstalters werden Hilmar und Katja gar als „Kaiser“ und Kaiserin“ des Berglaufs betitelt! Wahnsinn, was man alles durch das Laufen werden kann.

Unsere Leistungen in der Übersicht:

26,2 km/ ca. 940 Hm

Frauen	W40 <b>Katja Funck</b>	2:24:14 h	<b>1.Gesamt</b>
Männer	M45 <b>Hilmar Schneider</b>	1:57:08	<b>1.Gesamt</b>
	M55 Gerhard Neidert	2:44:18	5.Platz
	M60 Karl Lischka	2:50:30	2.Platz
	M75 Horst Diele	3:02:33	1.Platz

13,7 km/ ca. 410 Hm

Männer	M60 Dieter Schneider	1:43:12	3.Platz
--------	----------------------	---------	---------



*Entspannte Ruhe vor der Start! Waltraud wird gleich per Walking zum Kellerwaldturm aufbrechen und ihr eigenes Programm entwickeln.*

*Horst Diele*