

# Das Freibad war eine große Versuchung

## Sieger des Ultra-Laufs „Über die Höhen des Bergischen Landes“ in Wipperfürth geehrt

Von LARS STROMBACH

**WIPPERFÜRTH.** Geschäft, aber glücklich waren die Teilnehmer des Ultra-Langstrecken-Etappenlaufs „Über die Höhen des Bergischen Landes“, der an der Jugendherberge Wipperfürth, dem Ziel der fünften Etappe, endete. Verletzt hat sich keiner der 19 Läufer, aber mancher beklagte Blasen oder blaue Zehen, einige zeigten ihre abgelaufenen Joggingstühle. Die Läufer, die in fünf Tagen rund um Lindlar, Kürten, Solingen, Remscheid und Wipperfürth alle fünf Etappen bewältigten, absolvierten gut 300 Kilometer.

### 25 000 Kalorien verbrannt

„Es war sehr warm, sehr sonnig, und sehr anstrengend“, sagte Michael Irrgang, 45 Jahre und aus Troisdorf. Der gebürtige Kiersper wurde Zweiter. Er selbst wiegt 70 Kilogramm und hat errechnet, dass er 25 000 Kilokalorien in den letzten Tagen verbrannt hat. „Ich glaube, wir haben uns jetzt eine dicke Pizza und ein schönes Bier verdient“, stellt er fest. Sieger des Laufs und der Her-



Mehr als 300 Kilometer in fünf Tagen liefen die erfolgreichen Teilnehmer des Ultra-Etappenlaufes. (Foto: Gies)

ren-Wertung wurde Stefan Hinze (45) aus Kaiserslautern, Präsident der Deutschen Ultra-Marathon-Vereinigung. „Ich war vorher noch nie im Bergischen Land. Aber nach dem Lauf kann ich sagen: Das Bergische ist eine der schönsten Gegenden Deutschlands“, sagte Hinze, der letztes Jahr

Deutscher Meister im Land-schafts- und Crosslauf über die Ultra-Distanz geworden ist. „Die Krise kommt während des Laufs ganz sicher, bei jedem Teilnehmer. Die Kunst ist, diese Krise zu überwinden und weiter zu laufen, sagte Jörg Just (40 Jahre und aus Münster), der gemeinsam mit

Laufpartner Jochen Stöckmann (34, aus dem Südharz) lief. Beide gemeinsam belegten den dritten Platz der Gesamtwertung der Herren. „Wir sind immer zusammen gelaufen. Es ist wichtig, einen festen Laufpartner zu haben, es hilft ungemein, man zieht sich gegenseitig oder wechselt

sich an der Spitze ab. Manchmal standen wir auch an Wegabelungen und diskutierten, welchen Weg wir nehmen sollen“, erzählte Jochen Stöckmann. Die Wanderwege in Lindlar und Wipperfürth seien vom SCV gut markiert gewesen. Schlimm sei es aber auf der härtesten und längsten

Etappe rund um Solingen gewesen, so die Läufer. „Das allerschwerste Teilstück des Etappenlaufs führte in Remscheid an einem Freibad vorbei. Es war beinahe unerträglich, die Leute im Wasser liegen sehen oder in der Sonne liegen zu sehen“, sagte Martin Büchter aus Troisdorf. Er schaffte alle Etappen, war aber nicht unter den ersten drei. „Wir haben uns gut verstanden und viel Spaß gehabt. Das war das wichtigste, wir hatten ein tolles Gemeinschaftsgefühl, auch zusammen mit den Helfern. Mitorganisator und Läufer Frank Klaka und die Mitglieder des Boxclubs Wipperfürth haben Großartiges geleistet, lobte Büchter.

Siegerin der Frauen wurde Simone Stegmaier aus Berlin, Jahrgang 1963, zweite Elke Dörnfeld aus Troisdorf, den dritten Platz teilen sich Mari- anne Dahl (Altersklasse W65) und Dagmar Liszewitz. „Ganz junge Hüpfen sieht man im Ultramarathon eher selten. Das Sinnliche am Langstreckenlaufen ist eine Frage des Alters und der Reife“, sagte Michael Irrgang. Organisator Wolf-gang Olbrich und Bürgermeister Guido Forsting ehrten die Sieger in einer Pizzeria „in Klingsiepen.“