

Leichtathletik Sauerlach e.V.

Sauerlach läuft wieder

„Wir laufen bei jedem Wetter!“ heißt die Devise der Laufgruppe des Leichtathletik Sauerlach e.V., und so kamen zum ersten Training des diesjährigen LAUF10!-Programms trotz Regen und nass-kaltem Wetter über 20 Unerschrockene zum neuen Sauerlacher Friedhof. Dass es ihnen Petrus den ganzen Mai über nicht arg viel besser machen würde, konnte man nicht ahnen. Die „alten Hasen“ und die LAUF10!-Teilnehmer der letzten Jahre durften da schon mal loslaufen, während



Trotz Regen bei LAUF10! dabei (Foto: Pixx&Wörzz)

Hermine und Frank die Neulinge auf die ersten kurzen Intervall-Strecken einstimmten und dabei begleiteten. Zwei Trainingseinheiten pro Woche

über zehn Wochen vermitteln den Teilnehmern die Kondition und Ausdauer, um den 10-km-Abschlusslauf am 12. Juli in Wolnzach zu absolvieren.

Dass man durch regelmäßiges Laufen allerdings zu weit mehr in der Lage sein kann, zeigen die Mitglieder unserer Laufgruppe immer wieder bei Laufveranstaltungen wie Marathon-, Halbmarathon- und 10-km-Läufen. So lief Silvia in der aktuellen Freiluftsaison bereits den Elbe-Marathon, während Tanja und Sabine bei der gleichen Veranstaltung die Halbmarathonstrecke absolvierten. Auch Frank hat bereits zwei Halbmarathon-Distanzen in den Beinen und verfolgt nun das Ziel, seine persönliche Bestzeit über 21 Kilometer bald unter die Zwei-Stunden-Marke zu drücken.

Wings for Life – der gute Zweck verbindet

Eine besondere Art eines Laufwettbewerbes fand am 5. Mai in München statt: der Wings for Life World Run zugunsten der Rückenmarksforschung. Das ist ein globaler Lauf-Event, der erst



Laufen für die, die nicht laufen können (Foto: privat)

endet, wenn der letzte Läufer vom sogenannten Catcher Car überholt wird. Auch 2019 liefen weltweit über 120.000 und in München 12.000 Teilnehmer für alle, die nicht laufen können. Exakt um 13 Uhr fiel im Münchner Olympiapark auch für die Teilnehmer des Leichtathletik Sauerlach e.V. der Startschuss. Eine halbe Stunde später nahm das Catcher Car die Verfolgung der Läufer auf, und für diejenigen, die eingeholt wurden, war der Lauf vorbei. Für die Sauerlacher war leider schon nach gut zehn beziehungsweise knapp zwölf Kilometern Schluss, was vor allem dem Läuferstau beim Start geschuldet war, denn sonst hätte sie das Catcher Car wohl erst viel später eingeholt. Entscheidend beim Wings for Life World Run ist aber das gemeinsame Ziel, das alle Teilnehmer verbindet: 100 Prozent der Einnahmen der Veranstaltung fließen direkt an die Wings-for-Life-Stiftung für Rückenmarksforschung – in diesem Jahr waren es 3,5 Millionen Euro.

Die Leichtathleten haben gut aufgepasst

Am 1. Mai dieses Jahres wurde am Postanger in Sauerlach der neue Maibaum aufgestellt. Daher hatten die Sauerlacher Burschen den gut 30 Meter langen Baum seit Anfang April beim neuen Vereinsheim gelagert, wo er vorbereitet, entrinde und bemalt wurde. Im Rahmen der traditi-

onsgemäßen Maibaumwachen hatte sich der Leichtathletik Sauerlach e.V. bereit erklärt, diese verantwortungsvolle Aufgabe am Dienstag nach Ostern ab 19 Uhr zu übernehmen. Eine Fußballübertragung im Fernsehen, Schafkopf-„Unter-richt“ und andere Wach-bleib-Aktionen halfen in dieser langen Nacht der Maibaumwache dabei, jeden Durchhänger zu überstehen und immer ein Auge auf den Baum zu haben. Die drei Durchhaltetärksten konnten schließlich die Wache ohne nennenswerte Vorkommnisse in der Früh um sieben beenden. um anschließend den entaanae-



Maibaumdiebe hatten am 23. April (noch) keine Chance den Schlaf nachzuholen. Wir hätten es uns nie verziehen, wenn der Baum während unserer Nacht geklaut worden wäre.

Kurt Peteler

Saisonauftritt in Geretsried

Am 10. Mai waren wir mit acht jungen Sportlern des Leichtathletik Sauerlach e.V. beim 22. Sportfest im idyllischen Geretsried angetreten. Unter bayerisch-blauem Himmel starteten pünktlich um 16 Uhr die Wettkämpfe im dortigen Isaraustadion, womit die drei Mädels und fünf Jungs aus Sauerlach zusammen mit insgesamt 155 sportbegeisterten Kindern aus Geretsried, Bad Kohlgrub, Garmisch, Weilheim, Starnberg, München und Penzberg die Freiluftwettkampfsaison 2019 eröffneten. Mit viel Spaß und großem Einsatz gaben alle ihr Bestes und erlebten einen hervorragend organisierten Wettkampf.

Für die Jüngsten stand ein 30-m-Hindernislaf, Zonen-Weitsprung und Druckwurf auf dem Programm, wobei sich Theresa Schurek in der Altersklasse W8, Lili Berecz und Amelie Adamczyk in W9, Lucas Zeman und Hunor Berecz in M8 sowie Nico Kränzle und Niklas Schulz in der Klasse M9 durchweg vielversprechende Platzierungen im oberen Mittelfeld erkämpften. In der U12 stellte sich Paul König dem Dreikampf mit einem 50-m-



Die Sauerlacher waren mit Begeisterung dabei (Foto: privat)

Sprint, Weit-sprung und 80-g-Ballwurf und belegte in seiner Gruppe einen guten 10. Platz.

Die letzte Disziplin war der 800-m-Lauf, bei dem die Kinder noch-

mals alles geben mussten. Auf den zwei Runden um die 400 Meter lange Laufbahn wurden die letzten Körner mobilisiert und bis ins Ziel gekämpft. Nico und Niklas schafften auf dieser kraftraubenden Distanz sehr gute Plätze und waren schließlich zusammen mit ihren Trainerinnen sehr stolz auf diese Leistung.

Andrea Grèzes