

Die präzisen Pläne des Vielstarters

Der Langenhagener Frank Gütermann läuft beim Volkslauf rund um den Altwarmbüchener See drei Rennen

Von Matthias Abromeit

Leichtathletik. Der Volkslauf rund um den Altwarmbüchener See ist förmlich überrannt worden. Es gab mehr als 700 Anmeldungen, 622 Läufer traten an und kamen ins Ziel – beides war Rekord. Nicht nur Cheforganisator Eckhard Bade (SC Altwarmbüchen) hatte da einiges zu tun. Auch Frank Gütermann musste seinen Auftritt generalstabsmäßig planen, denn der M60-Senior vom LAC Langenhagen lief gleich alle drei Rennen mit. Erst das über drei Runden, dann über



Daumen hoch: Veranstalter Eckhard Bade freut sich über einen neuen Teilnehmerrekord.

eine und zum Schluss noch das Zwei-Runden-Rennen.

„Mein Ziel ist der Hannover-Marathon. Aber in meinem Alter braucht man zwischen den Trainingseinheiten mehr Pause“, sagte Gütermann. „Da muss ich, wenn ich trainiere, eben länger laufen.“ 10,8 Kilometer von den ersten drei Runden reichten nicht. Weil aber zwischen den Läufen kleine Pausen waren, musste er vorplanen. Drei Trikots wurden mit drei verschiedenen Startnummern versehen. „Mit vom Regen nassem Hemd wollte ich nicht auf den nächsten Start warten“, sagte Gütermann und tauschte nach dem ersten Lauf auch noch schnell die Schuhe. „Für den Marathon habe ich mir neue gekauft. Die muss ich ja irgendwann einlaufen.“ Was der Langenhagener allerdings bereute. „Die Strecke wurde zusehends matschiger. Die neuen Schuhe waren gleich schwarz und müssen wieder geputzt werden.“ Mit seinen Leistungen – 38. in 46:19 Minuten auf der langen Strecke, 15. (16:15) und 16. (32:50) bei den weiteren Starts – war er aber zufrieden.

Vorn ging indes die Post noch mehr ab. „Drei haben sich im Hauptrennen schnell abgesetzt. Der Hannoveraner

Fabian Kuklinski hat in der letzten Runde noch versucht, den Streckenrekord zu knacken“, sagte Bade. Doch nach 36:24 Minuten fehlte eine knappe Minute. Zum Sieg vor Andreas Solter (LAC) reichte es, Lisa Huwatscheck (Hannover 96/43:41) gewann die Frauen-Wertung.

„Ich bin begeistert, dass immer mehr bei uns auch so schnell laufen wollen“, sagte Bade. „Da passt wohl viel zusammen: Das Ambiente am See, der erste Start nach dem Winter. Der Lauf hat sich wirklich etabliert.“ Das galt auch für das 1,6-Kilometer-Kinder-Rennen; 96 junge Starter waren ebenfalls Rekord. Bades Befürchtungen, dass im großen Feld die Älteren die Jüngeren umlaufen würden, bewahrheiteten sich nicht. Da waren mitlaufende Eltern schon eher ein Hindernis. „Von den größeren Kindern sind einige schon auf das Ein-Runden-Rennen ausgewichen. Hier müssen wir nichts ändern“, sagte Bade. Einer von ihnen, der Bothfelder Michel Heinrich (26:37), gewann sogar den Zwei-Runden-Lauf.

Da hatte auch Vielstarter Gütermann das Nachsehen, jedoch nur beim Lauf. Als es später zur Stärkung ans Kuchenbüfett ging, musste er



Dreimal im Einsatz: Frank Gütermann vom LAC. FOTOS: DEBBIE JAYNE KINSEY

nicht wie die anderen Läufer vom finalen Rennen leer ausgehen. „Das kenne ich schon. Ich habe mir vorher Kuchen zurücklegen lassen.“ Auch das gehörte zur präzisen Planung.