

47. Internationaler Bienwald-Marathon powered by Bitburger 0,0%

in Kandel

und 44. Nationaler Halbmarathon

- der Frühjahrsklassiker, wieder im März -

Nach zwei Jahren war es endlich wieder möglich, den Bienwald – Marathon, wie üblich im März stattfinden zu lassen. Ein Gefühl von Normalität macht sich breit. Der „Frühjahrsklassiker“ im Herbst letzten Jahres, war zwar eine nette Abwechslung, sollte aber die Ausnahme bleiben. Obwohl die Veranstaltung noch auf viele übliche Standards, wie Duschen verzichtet musste, waren die genehmigten 1250 Startplätze schnell vergeben. Auch von der spät angebotenen Nachmeldemöglichkeit wurde noch rege Gebrauch gemacht.

Unter Einhaltung der geltenden 2G Regelung konnten 1049 Läufer ihre Startnummern entgegennehmen und bei perfektem Laufwetter sich in die Startbereiche begeben. Den angeblichen 5,3 Kilogramm Coronaspeck suchte man hier im Starterfeld jedoch vergeblich. Dass Sport sich positiv auf die Physis auswirkt, ist ja hinreichend bekannt. Noch wichtiger scheint in Zeiten von Pandemie und Ukraine Krieg seinen positiven Einfluss auf die Psyche. Laufen im Bienwald, dem etwa 120 km² großen, dicht bewaldeten Landschaftsschutzgebiet mit urtümlicher Flora und Fauna, hat eine besondere therapeutische Wirkung und ist sogar rezeptfrei.

Egal ob Spaßläufer oder Rekordjäger, beim Bienwald – Marathon findet jeder was er sucht.

Gleich mit vier synchronen Startschüssen entließ um 10 Uhr die Politprominenz, Thomas Hitschler (MdB), Dr. Thomas Gebhart (MdB), Verbandsbürgermeister Volker Poß und Stadtbürgermeister Michael Niedermeier, das bunte Läuferfeld Richtung Bienwald.



Rennverlauf Halbmarathon

Schon aufgrund der Voranmeldungen, war klar, dass es die Halbdistanz des Marathons schnell sein wird. Sogar die nach den kurzfristigen Absagen von Alexander Hirschhäuser, Deutscher Meister Marathon, und Stefanie Doll war das Feld noch so gut besetzt, dass das Verbessern der Streckenrekorde möglich schien.

Geplant hatte Simon Stützel (LG Region Karlsruhe) mit Alexander Hirschhäuser um Sieg und Streckenrekord zu laufen. Nach dessen Fernbleiben fand er mit Lorenz Baum einen neuen Laufpartner, mit dem er sich die Führungsarbeit teilen konnte. Er



Lorenz Baum

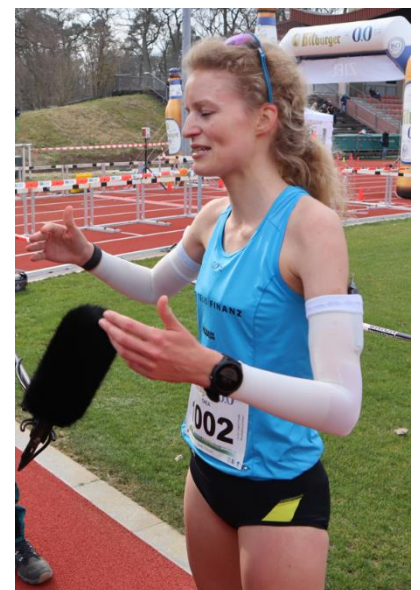
Simon Stützel

wusste, dass Lorenz eine Bestzeit anpeilte und wollte ihn dabei tatkräftig unterstützen. Bis Kilometer 18 funktionierte das auch wunderbar, dann musste Lorenz Baum dem hohen Tempo Tribut zollen und Simon Stützel ziehen lassen. Der hatte noch so viele Reserven, dass er als erster Sieger auf der neuen Tartanbahn mit einer Zeit von 1:05:08 h seinen eigenen 2016 aufgestellten Streckenrekord unterbieten konnte. „Es ist einfach gut gelaufen und Wetter und Strecke waren perfekt“, gab er im Ziel zu Protokoll. Nur sechs Sekunden nach ihm durfte sich Lorenz Baum (LAV Stadtwerke

Tübingen) über eine neue persönliche Bestzeit freuen. Zum ersten Mal in Kandel, zeigte er sich begeistert von der Streckenführung und plant nächstes Jahr wiederzukommen.

Bei den Frauen zeigte die hoch favorisierte Thea Heim vom LG TELIS Finanz Regensburg keine Schwäche und legte einen souveränen Start-Ziel-Sieg hin. Zum Glück gab es noch ein paar Männer um sie herum, sodass sie nicht alleine im Wind laufen musste. Die mehrfache deutsche Meisterin auf verschiedenen Distanzen, hatte so einen guten Lauf, dass wie bei den Männern auch bei den Frauen ein neuer Streckenrekord fällig war. Mit 1:14:23 h war sie 5 Sekunden schneller, als Lisa Hahner. Damit gelang, was zuletzt 2016 passierte. Beide Streckenrekorde an einem Tag zu verbessern.

„In Kandel ist schon ihr Vater und sogar Großvater gelaufen. Ist ja ein Traditionsrennen“, erzählte sie freudestrahlend im Ziel. „Früher waren es noch 25 Kilometer, aber die Strecke ist gut, da kannst du



Thea Heim

mitlaufen“ war der Rat des Vaters. Die lange Gerade war für sie überhaupt kein Problem. Im Gegenteil, sie genießt es, wenn sie sich voll auf den Lauf konzentrieren kann. Dass sie an einigen Stellen von Zuschauern angefeuert wurde, war genau das richtige Maß für sie.



Familie Flügel

Wie man Sport und Familie unter einen Hut bringt, demonstrierte Christian Flügel (TSV Kandel). Er legte die Halbmarathondistanz mit seinem von zwei Söhnen voll besetzten Doppelbabyjogger in einer Zeit von 1:15:44 h zurück. Eine Zeit, von der viele Läufer ohne Babyjogger nur träumen können. Das angestrebte Ziel den Rekord von 1:14:20 h zu brechen wurde damit leider knapp verfehlt. Bis Kilometer 13 lag er voll im Zeitplan, dann plagten ihn Magenprobleme, die ihn bis ins Ziel verfolgten. Die Kinder zeigten sich im Ziel tiefenentspannt. Man wird wenige Kinder finden, die ähnlich viel Frischluft erhalten. Einen weiteren Rekordversuch will Christian nicht unternehmen. Man wird ja auch nicht jünger und die Kinder werden schwerer.

Rennverlauf Marathon

Der Marathon zeigte einen ähnlich Rennverlauf wie beim Halbmarathon. Der spätere Sieger Lennart Nies (TV Maikammer) hatte sich im Vorfeld mit Carlo Nenast (LaufLeben Running Crew e.V.) abgesprochen. Beide hatten sich vorgenommen



Lennart Nies

unter 2:30 h zu laufen. Bis Kilometer 39 hatte das Duo bestand, dann musste sich Carlo eingestehen, dass er das Tempo nicht halten konnte. Mit einem „Geh“ schickte er Lennart allein Richtung Marathonziel. Ihr Ziel unter 2:30 h zu finishen haben beide umgesetzt. Lennart Nies konnte mit einer Zeit von 2:28:30 h nicht nur den Marathonsieg heimfahren, gleichzeitig wurde er Pfalzmeister in der Einzel- und Mannschaftswertung. Dass er, obwohl für Maikammer startet, das

erste Mal in Kandel zu Gast ist, hat nur damit zu tun, dass er erst vor zwei Jahren in die Region zog. Eigentlich wollte er schon 2020 in Kandel starten und war auch top vorbereitet. Leider konnte damals der Lauf wegen der gerade aufkommenden Pandemie nicht stattfinden.

Sechs Minuten nach dem Zweitplatzierten Carlo Nenast (2:29:04 h) kam der Vorjahressieger Richard Schumacher (Sparda Team Rechberghausen) ins Ziel. Nach 2019 zum zweiten Mal nach Kandel kam die Marathonsiegerin Margit Klockner. Ihr gefiel der Lauf so gut, dass sie für einen Start erneut den Weg aus dem Hunsrück auf sich nahm. Im Rennen orientierte sie sich am Pacemaker für 3 Stunden. Vor ihr lief bis Kilometer 34 die später zweitplatzierte Eva Katz. „Sie wurden zwar gegen Ende langsamer, aber sie wurde weniger langsam und dann war ich vorne“ erzählte sie im Ziel. Neben dem Laufsport fährt sie auch intensiv Rad. Weil das im Winter aber so nicht möglich ist, kam ihr der Frühjahrsmarathon genau recht. Im Sommer würde sie sicher keinen Marathon laufen. Genaue Wettkampfpläne

hat die Vereinslose keine. Sie sei da spontan und geht nach Gefühl. Dass sie ihre 2019 auch in Kandel erlaufene Bestzeit von 3:04 h ganze 4 Minuten unterbieten konnte hat sie selbst überrascht. Mit einer Zeit von 2:58:50 h knackte sie die 3 Stundenmarke und wurde im Ziel überraschend von ihren Nachbarn gefeiert, die für den erkrankten Mann einsprangen.

Die Zweitplatzierte Eva Katz (RC Vorwärts Speyer) konnte sich über die Pfalzmeisterschaft freuen. Ganz locker durch das Ziel laufend, merkte sie an, Luft hätte sie noch, aber der Rücken schmerzt. Da merkt man doch die 10 Jahre unterschied zur Siegerin. Vizepfalzmeisterin wurde mit einer Zeit von 3:06:16 h die für den LG Ultra startende Katrin Gottschalk.

Erfreulich für den Veranstalter ist der dritte Platz von Pia Winkelblech in der Pfalzmeisterschaft. Die im Ultratrail aktive Kandlerin lief nach 3:10:26 h durchs Ziel und konnte ihre 2014 in Berlin aufgestellte Bestzeit deutlich verbessern. „Älter muss nicht langsamer heißen“ war ihr lachendes Statement dazu. Nächstes Ziel ist die 100- Kilometer Meisterschaft am 9. April.

Was sonst noch so geschah

Am Rande der Veranstaltung, gab es eine Ehrung, die eigentlich schon 2020 hätte stattfinden müssen. Seit zwei Jahren nämlich hat der Urvater des Bienwald - Marathon Roland Schmidt, die Leitung der Organisation an Markus Poth übergeben. Wie gut dieser Übergang funktionierte, konnte man an den letzte zwei



Jürgen Eichberger

Roland Schmidt

Markus Poth

Veranstaltungen, die beide unter erschwerten Bedingungen stattfanden, sehen. Vielen Dank Roland für 45 Jahre aktiven Einsatz für diese Veranstaltung. Nach der symbolischen Staffelübergabe, überreicht ihm der Weggefährte Jürgen Eichberger ein Geschenk in Form eines vergoldeten Spike Schuh. Er ist ein Zeichen für

Rolands aktive Zeit, bei der er hauptsächlich auf der Bahn bei der Mitteldistanz sehr erfolgreich war. Jürgen Eichberger ist übrigens bis heute der einzige Läufer, der drei Mal den Bienwald - Marathon gewinnen konnte (1978, 1980, 1981).

Fazit des Veranstalters

Was für ein Tag, konnte man überall hören. Der Bienwald - Marathon hat sich permanent weiterentwickelt.

Wenn wir als einzigen Kritikpunkt, wieder keine Wildkatze gesehen, hören, wissen wir, dass wir alles richtig gemacht haben. Bis zum nächsten Jahr, dann hoffentlich ohne Maske.

	<p>Tsv 1886 Kandel e.V. Abtl. Leichtathletik Marktstraße 31 76870 Kandel</p>	
<p>www. Bienwald-Marathon.de organisation@bienwald-marathon.de</p>		
