



Punkt neun Uhr machte sich der Pulk der Viertelmarathon-Läufer beim Insellauf auf den Weg.

Foto: Ihl

Schnellster Läufer brauchte 38 Minuten

BEWEGUNG Der Insellauf in Bad Abbach ist eine Veranstaltung für die ganze Familie. Vinodkumar Shrinivas ist ein Stammgast von der ganz schnellen Sorte.

VON GABI HUEBER-LUTZ, MZ

BAD ABBACH. Super Wetter, an die 250 Starter und beste Stimmung – Läuferherz, was willst du mehr? Organisiert vom Lauftreff Bad Abbach ging am Sonntagmorgen der 15. Insellauf über die Freizeitsinsel über die Bühne. Punkt neun Uhr starteten die Läufer über die Viertelmarathon-Distanz. Am Kanal entlang durch die Donauauen, den Kurpark und den Innerort zurück auf die Insel führte sie ihr Weg.

Nach knapp 38 Minuten erreichte der erste Läufer unter großem Applaus schon wieder das Ziel: Vinodkumar Shrinivas. Eine Überraschung war das nicht. Er ist seit Jahren Gast bei der Veranstaltung und immer ganz vorne dabei beim Insellauf.

Grüne Au war stark vertreten

Lange hielt er sich im Zielraum nicht auf. Er nutzte den Lauf als Trainingseinheit für die Marathon-Challenge, wo er als Staffelläufer mit antrete, er

zählte er, und machte sich gleich auf, um die Runde noch einmal zu absolvieren. Bald kamen auch einige der Herren mit den blauen Shirts im Zielraum an. Sie starteten für das Sommer Biathlon Team der Grünen Au Peising. Mit 20 Teilnehmern bildeten sie mit die größte Gruppe.

Auch Schützenmeister Arne Köpcke war am Start. Für ihn war es ebenfalls ein kleiner Trainingslauf. Denn er bereitet sich gerade auf den Ultra Triathlon vor. „Ich werde heute wieder nicht Erster, die ganze Weltelite ist

da“, flachste Albert Lorenz angesichts dieser sportlichen Dominanz vor dem Start.

Die sechsjährige Jasmin dachte in die andere Richtung, als sie sich aufmachte, die Drei-Kilometer-Distanz zu bewältigen. Sie wollte nicht Letzte werden. Doch die Sorge war unbegründet. Obwohl sie mit die jüngste Starterin war, landete sie im zweiten Drittel und war sehr stolz darauf.

Am anderen Ende der Altersskala der Teilnehmer standen Josef Scherl vom Lauftreff Bad Abbach und Kurt

Köhlhofer vom Lauftreff Riedenburg. Die beiden 69-Jährigen kennen sich gut, haben schon viele Strecken miteinander absolviert. Fast wie Brüder seien sie, sagte Scherl.

Von Nordic-Walker überholt

Wenn auch relativ gute Läufer heuer von einem Nordic-Walker überholt wurden, brauchten sie sich nicht zu wundern oder an ihren Fähigkeiten zu zweifeln. Es war Wolfgang Scholz, der Europameister über zehn Kilometer Nordic-Walking, der an ihnen vorbeizog. Er brauchte walkend eine gute Stunde für die lange Strecke.

Lauftreff-Chef Erich Wagner war sehr zufrieden. Die Veranstaltung habe sich in einer Größe etabliert, die gerade gut für den Lauftreff zu bewältigen sei, stellte er fest. Im Ziel hatten die Zeitnehmer rund um Thomas Riepl alle Hände voll zu tun. Sie hielten akribisch fest, wer einlief.

Den meisten Läufern ging es darum, ihre Zeit halbwegs zu halten oder gar zu verbessern, das war durchaus ein Ansporn. Der Insellauf ist eine Veranstaltung, an der oft mehrere Familienmitglieder teilnehmen. Generationenübergreifend ist das bei der Familie Limmer aus Peising. Großvater Karl startete bei den Nordic-Walkern, Vater Karl beim Viertelmarathon und Sohn Christoph über die kurze Distanz.

DIE ERGEBNISSE

► **Viertelmarathon, Männer:** 1. Vinodkumar Shrinivas, (Tegernheim) 37:42,5 Minuten, 2. Winfried Huber, (PTSV Rosenheim) 38:48,6 Minuten, 3. Richard Gottschalk (MHK TEAM Oberpfalz), 39:07,8 Minuten;

► **Viertelmarathon, Frauen:** 1. Barbara Ferstl, (LG Telis Finanz Regensburg), 43:10,8 Minuten, 2. Corinna Küffner (run & bike Kelheim), 46:54,2 Minuten, 3. Bianca Parker, (run & bike Kelheim), 47:13,2 Minuten;

► **3-Kilometer-Distanz, Jungen:** 1. Lukas Hoibl, (Skiclub Großberg), 10:56,1 Minuten, 2. Luca Pinter (Lauftreff Bad Abbach), 11:27,7 Minuten, 3. Simon Krausenecker, (Altbachschützen Hausen), 11:31,2 Minuten;

► **3-Kilometer-Distanz, Mädchen:** Sonja Thalhofer, (SWC Regensburg), 12:45,3 Minuten, 2. Theresa Krausenecker, (Altbachschützen Hausen), 12:49,9 Minuten, Stephanie Prinz, (Lauftreff Bad Abbach), 13:51,4 Minuten;

► **Nordic-Walking:** Männer: Wolfgang Scholz, (PowerNordicWalkingRbg/Crazy Scholzis), 1:04:08,6 Stunden, 2. Wolfgang Flügel, (Amberger Firebirds), 1:08:22,6 Stunden, 3. Nils Schächtele, (Power Nordic Walking Regensburg), 1:14:13,0 Stunden, Frauen: 1. Antonia Kapfer, (Nordic Walking Team Bayern), 1:18:46,0 Stunden, 2. Gabi Ostermeier, (Radl & Walking Team Grüne Au Peising), 1:26:48,3 Stunden, 3. Beatriz Spindler, 1:27:22,0 Stunden. (th)