

Ein Ironman beherrscht auch Schlamm

WIDRIG Der Ihrlersteiner Ingo Ulmer gewinnt den Mainburger Crosslauf. Dauerregen macht aus dem Rennen eine Tortur.

VON WOLFGANG ABELTSHAUSER, MZ

MAINBURG. Sie waren nicht zu beneiden – die Starter beim Mainburger Crosslauf. So ist die rund 200 Meter lange Steigung kurz nach dem Start ohnehin eine Herausforderung. Erst recht war sie es am Sonntag, als das Geläuf in den Fluren beim Ortsteil Wambach durch Dauerregen mit Wasser vollgesogen war und tief wurde.

Nicht nur einmal musste die Passage überwunden werden, sondern in jeder der fünf gelaufenen Runden. „Sie hätten das Stück weglassen können“, sagte Ingo Ulmer von run & bike Kelheim, kurz nachdem er als Sieger im Hauptrennen über 6,4 Kilometer das Ziel erreichte. Für ihn war der Crosslauf eine Premiere: In Mainburg lief er zwar schon mit, aber nur beim früheren Rennen in der Innenstadt.

Der zweitplatzierte Martin Stier aus dem Neustädter Ortsteil Marching hatte keine Mühe mit dem Anstieg. „Ich mag es gerne bergauf, auch unter diesen Bedingungen“, sagte er der MZ. Auch wenn Stier mit dem Untergrund besser zurecht kam, so war er dennoch nicht in der Lage, den Ihrlersteiner Ironman Ulmer zu halten.

Paintnerin siegt bei den Damen

Kurz nach dem Start setzten sich beide ab. In der ersten Runde liefen sie Seite an Seite. Aber schon im zweiten Umlauf hatte der Brandler einige Meter zwischen sich und seinem Kontrahenten gebracht. Den Vorsprung baute Ulmer sukzessive aus. Am Ende hatte der Ihrlersteiner einen Vorsprung von mehreren hundert Metern auf den Marchinger. Der Triathlet war nach 24:05 Minuten im Ziel, sein Widersacher kam 46 Sekunden später an.

Der Neustädter war auch mit Rang zwei hoch zufrieden. „Ulmer ist einfach der bessere Athlet. Seine Marke war für mich unerreichbar, noch nicht.“ Erstaunlich schnell erholte sich das Duo von den Strapazen. „Man musste auf der ganzen Strecke aufpassen. Stellenweise war der Boden tief, in anderen Abschnitten wurde das Gras durch den Regen richtig glitschig“, so der Sieger. Aber Ulmer und Stier kommen mit allen Bedingungen zurecht. So trainiert der Marchinger bei jeder

Witterung 80 Kilometer pro Woche.

Im Feld der Frauen herrschten ebenfalls klare Verhältnisse. Barbara Ferstl aus Painten setzte sich wie Ulmer stetig von der Konkurrenz ab. Im Ziel hatte sie rund eineinhalb Minuten Vorsprung auf Andrea Tietz. Rang drei belegte die Bad Göggingerin Ursula Bircheneder, die wie ihr Ihrlersteiner run & bike-Kollege schon einige Ultratriathlon-Herausforderungen bewältigte. Bei den Männern hatte Hans Hörmann (Team Mountain Heroes) den dritten Platz erobert.

Geparkte Autos versanken

Insgesamt zeigte sich, dass die Mainburger eine selektive Strecke gefunden haben. Zum zweiten Mal fand der Crosslauf auf dem Gelände bei Wambach statt. Das Feld der 200 Mitstreiter hatte sich schon kurz nach dem Start in die Länge gezogen. Die Steigung gleich zu Beginn wurde zur Hürde. Schon auf der zweiten Runde kamen einige Läufer nur noch im Tempo von Fußgängern den Berg hoch.

Was der Regen diesmal anrichtete, überforderte nicht nur manchen Läufer. Geparkte Autos mussten aus dem Schlamm gezogen werden. Da erwies es sich als hilfreich, dass unter den Teilnehmern auch Feuerwehrler und Wasserwachtler waren. Den Staffellauf, der auch über 6,4 km ging, gewann denn auch die Wasserwacht Nandlstadt (25:29) vor dem Sportpark Au (26:23).

Trotz der widrigen Bedingungen erreichten alle Teilnehmer das Ziel. Und Stürze gab es auch keine. Der Nachwuchs, der sich vom Schmuddelwetter nicht abhalten ließ, hatte es mit 400 und 800 Meter langen Strecken auf flachem Terrain etwas einfacher.

Das Rennen gehörte auch zum Kelheimer Landkreis-Laufcup und bildete die vorletzte Station. Eine offizielle Zwischenwertung im Gesamtklassement liegt noch nicht vor, doch bei den Damen dürfte sich Barbara Ferstl mit ihrem Sieg auf Rang eins geschwungen haben. Bei den Männern verteidigte Martin Stier die Führungsposition, auch wenn Ingo Ulmer näher rückte.

Das Finale zum Landkreiscup steigt beim Silvesterlauf in Sandharlanden. Von Veranstalter FSV flatterte gestern die Ankündigung für gemeinsame Trainingsläufe rein: Am 20. Oktober, 15 Uhr, beginnen Vorbereitungseinheiten für jedermann am Sportgelände. In unterschiedlichen Tempogruppen wird trainiert. Ob auch auf unterschiedlichem Geläuf, blieb offen.



Der 200 Meter lange Anstieg nach dem Start wurde für alle Teilnehmer zur Herausforderung. Nur mit Mühe kamen sie hoch. Foto: Abeltshauser

DIE WICHTIGSTEN ERGEBNISSE

► **Hauptlauf Männer (6,4 km):** 1. Ingo Ulmer (run & bike Kelheim) 24:05 Minuten; 2. Martin Stier (Marching) 24:51; 3. Hans Hörmann (Team Mountain Heroes) 25:29.

► **Frauen:** 1. Barbara Ferstl (SG Painten) 29:07; 2. Andrea Tietz (Shinkyokushin

Karate) 30:41; 3. Ursula Bircheneder (run & bike) 31:17.

► **Jugendlauf (800 Meter):** 1. Michael Schwindl (run & bike) 2:39; 2. Valentin Lechner (Marathon Regensburg) 2:42; 3. Marco Steger (run & bike) 2:43. (eab)

→ Alle Resultate: www.tsv-mainburg.de