



<https://biz.li/4fza>

MTV RETHMAR LÄUFT 100 KILOMETER DURCH DIE LÜNEBURGER HEIDE

Veröffentlicht am 12.06.2023 um 09:24 von Redaktion AltkreisBlitz

An einer einmal etwas anderen Laufveranstaltung beteiligten sich die erwachsenen Läufer des MTV Rethmar am vergangenen Wochenende. Für sieben Läufer und einer Gastläuferin ging es in den Nordosten Niedersachsens in die alte Hansestadt Lüneburg. Hier fand am Sonnabend, 10. Juni 2023, die bereits vierte Auflage des "Internationalen Lüneburger Heide-Staffellaufs" statt.

Der Lüneburger Heide-Staffellauf und Ultra-Marathon führt durch eine der schönsten Naturlandschaften Deutschlands. Sie führt durch das Lopau- und Luhetal und durchquert den Naturschutzpark Lüneburger Heide mit dem Heidedorf Wilsede. Besondere Hinweisschilder an der Strecke machen auf landschaftliche Attraktionen und kulturelle Sehenswürdigkeiten aufmerksam. Die Strecke verläuft auf Radfahrwegen, wenig befahrenen Seitenstraßen und befestigten Waldwegen. Die

Lüneburger Heide ist eine sanft wellige, eher flache Landschaft und so sind die Laufstrecken sowohl für Freizeit- als auch für ambitionierte Läufer geradezu ideal. Dennoch waren einige kleinere Steigungen zu bewältigen, die gerade uns "Flachländer" ein wenig zusetzten. Den Weg weisen umfangreiche Streckenschilder, Bodenpfeile und Ordner auf der gesamten Strecke. Jeweils zur Hälfte einer jeden Etappe sind zusätzliche Getränkestationen eingerichtet. Die Staffel-Teams setzen sich aus 10 Teilnehmern (mindestens 5) zusammen. Jedes Team ist für die Verteilung der Einzelstrecken selbst zuständig. Die gesamte Laufstrecke von 100 Kilometer Länge setzt sich aus insgesamt zehn Teilstrecken zusammen. Die einzelnen Teilstrecken haben eine Länge zwischen 6,9 bis 13,8 Kilometer. Ein Teammitglied darf dabei auch mehrere Teilstrecken laufen. Der Start für die Team-Staffeln erfolgte 8 Uhr auf der Salzwiese mitten in Lüneburg. Das Zeitlimit ist mit 14 Stunden, also bis 22 Uhr, gesetzt. Die Zeitmessung erfolgte mittels eines Transponders, der nicht nur die Endzeit, sondern auch alle einzelnen Etappenzeiten erfasste. Im jeweiligen Etappenziel erhielt jeder Läufer eine Medaille. Die MTV-Gastläuferin Nora war am Sonnabend die Startläuferin. Sie, wie auch ihre beiden Nachfolgeläufer Gerold und Marco, hatten noch das große Glück, dass sie noch bei einigermaßen kühlen Temperaturen auf ihre Laufetappen gehen konnten. Aber dann wurde es zunehmend warm, sehr warm. Gerade die Läufer der Mittags- und Nachmittagsetappen hatten mit der Hitze zu kämpfen. Alle Teilnehmer waren daher froh, an ihren jeweiligen Etappenzielen sich reichlich mit Flüssigkeit versorgen zu können. Aber dann war es geschafft. Nach 10:30:18 Stunden durchlief das Team MTV Rethmar gemeinsam den Zielbogen auf der Salzwiese. Mit dieser Zielzeit konnten sie sogar ihre Laufzeit vom vergangenen Jahr um 20 Minuten toppen. Allerdings war zu dieser Zeit die Gastläuferin Nora schon wieder auf dem Heimweg und verpasste somit den gemeinsamen Zieleinlauf. Nach einem gemütlichen Essen in der Lüneburger Altstadt ging es dann wieder zurück nach Algermissen, Wehmingen, Sehnde und Rethmar.

Aber alle waren sich einig, dass eine Wiederholung auf jedem Fall für das nächste Jahr wieder ins Auge gefasst werden sollte.



Die Mannschaft des MTV Rethmar, (von links): Fabian Jochim, Michael Jäkel, Nico Bonifazi, Marco Trips, Gastläuferin Nora Reineke, Gerold Reemts, Julian Gißler und Peter Lieser