

Die Laufsaison kommt auf Touren

Mettenheimer Alleelauf am Sonntag – »Tolpatschenlauf« am 7. Juli

Die Laufsaison kommt allmählich voll auf Touren: Auch an diesem Wochenende stehen wieder zwei interessante Veranstaltungen auf dem Programm, und viele heimische Sportler freuen sich auch schon auf den 7. Juli, wenn der Inzeller »Tolpatschenlauf« ansteht. Am 8. Juli folgt der Aschauer Kampenwandlauf.

An diesem Sonntag werden der Mettenheimer Alleelauf und der Münchner Stadtlauf ausgetragen. Im »Läuferdorf« Mettenheim stehen dabei für die Erwachsenen und Jugendlichen ab Jahrgang 1990 zwei Strecken zur Auswahl sowie für alle Altersklassen ein Nordic Walking.

Der Hauptlauf über 10 Kilometer (2 Runden) beginnt um 9 Uhr. Auf dem flachen Rundkurs findet auch um 10.30 Uhr dann der 5-km-Wettbewerb statt. Ebenfalls über 5 Kilometer führt das Walking/Nordic Walking mit Zeitnahme, das um 10.35 Uhr beginnt.

Anschließend ist der Nachwuchs an der Reihe: Um 11.30 Uhr beginnen die Bambini-Mädchen der Jahrgänge 2002/2001 mit ihrem 500-m-Wettbewerb. Es folgen mehrere Wettbewerbe bis zu den Schülern und Schülerinnen D (Jg. 1999/1998) über je 500 m und anschließend für die Jahrgänge 1997 bis 1992 mehrere Läufe über 1000 Meter. Nachmeldungen sind bis jeweils 30 Minuten vor den Wettbewerben möglich.

Ebenfalls am Sonntag geht es in München zur Sache. Ab 8 Uhr geht der 29. Münchner Stadtlauf über die Bühne. Um 8 Uhr beginnt der Halbmarathon, um 8.15 Uhr Walking und Nordic Walking, um 11 Uhr der 10-km-Familienlauf. Es werden insgesamt über 18 000 Teilnehmer erwartet. Die Teilnehmer erhalten zwar eine Urkunde mit ihrer Zeit, es gibt aber keine Platzierungen. Für die Aktiven solle das Lauferlebnis im Vordergrund stehen, so die Veranstalter. Nachmeldungen sind nur noch persönlich am heutigen Samstag in der Sport-Scheck-Filiale in München möglich (weitere Infos unter www.sportscheck.com).

Der 5. Inzeller Tolpatschenlauf wird am Samstag, den 7. Juli durchgeführt. Ab 16 Uhr werden die Schülerläufe im Dorfczentrum gestartet.

Angefangen von den Kleinsten, die eine Runde von knapp 500 m zurücklegen, werden die Älteren zwei und drei Runden laufen und sicherlich wieder lautstark von zahlreichen Zuschauern angefeuert werden. In den vergangenen Jahren nahmen über 200 Kinder und Schüler diese Herausforderung an.

Nach der Siegerehrung wird um 17.45 Uhr der Hauptlauf gestartet. Der 10,3 km lange Kurs führt über die Schmelz, vorbei am »Tolpatschenloch«, weiter zur Zwing und rund um den Falkenstein zurück zum Ziel ins Dorf. Die anspruchsvolle Strecke besticht durch ihre landschaftlich reizvolle Umgebung. Den Streckenrekord hält aus dem vergangenen Jahr Daniel Pickl mit einer Zeit von 33:51 Minuten. Bei den Damen hält Walburga Maier (40:05) die Streckenbestzeit. Zum ersten Mal wird auch ein Staffellauf angeboten, geeignet vor allem für die vielen Freizeitläufer, die sich die ganze Runde nicht zutrauen wollen. Anzahl der Teilnehmer und Wechselstelle sind beliebig. Auch kann in Gruppen gelaufen werden.

Weitere Infos sind unter der web-Adresse: www.sc-inzell.de oder Tel. 08665/929934 zu erhalten.

Tags darauf, am Sonntag, den 8. Juli findet der 22. Kampenwandlauf statt. Der Berglauf mit einem Höhenunterschied von 830 Metern und einer Streckenlänge von 6 km beginnt in Hohenschau (hinter der Talstation der Kampenwandseilbahn) um 9.30 Uhr. Anmeldungen bis Donnerstag, 5. Juli bei Birgit Kotiers, 83530 Harpzing, Tel. 08074/8212 oder Nachmeldungen bis eine halbe Stunde vor dem Start.

Ein »Berglauf« der »ganz anderen Art« findet am Samstag, den 14. Juli (Start: 5 Uhr Waldstadion Ruhpolding) statt: der 3. Chiemgauer 100 km Ultra-Berglauf! Auf der Haupt-

strecke sind bei 100 km Streckenlänge 4400 Höhenmeter zu überwinden! Doch es gibt auch noch die Option, am 100-Meilen-Lauf teilzunehmen – mit 6750 Höhenmetern! Dieser beginnt – »passend« zur Herausforderung – am »Unglückstag«, Freitag, den 13. Juli, um 15 Uhr (Waldstadion). Infos und Anmeldungen bei Organisator Giselher Schneider (info@Chiemgauer100.de), Kienbergstr. 14, 83278 Traunstein.

Für »Normalläufer« bietet sich dagegen am 14. Juli der 24. Raublinger Inndammlauf an. Um 17.30 Uhr beginnen die Schülerwettbewerbe mit Streckenlängen (je nach Alter) von 480 m bis 1760 m. Um 18 Uhr ist Start für das Nordic Walking (10 km), um 19 Uhr für den Hauptlauf über 10 km. Start und Ziel sind im Inntalstadion. Anmeldungen sind bis 10. Juli an Wolfgang Schmidmayer, Tel 089/32299787, Mail inndammlauf@gmx.de oder Fax 069/13306411698 (Internet-Fax) zu richten. Nachmeldungen sind bis 45 Minuten vor dem Start möglich. Ausrichter ist der TuS Raubling

Am Donnerstag den 19. Juli findet der 24. Kampenwand-Staffellauf statt, Ausrichter ist der SLV Bernau. Dabei hat der erste Sportler (Start: Chiemseestraße in Bernau) 5,36 Kilometer bei 301 Höhenmetern zu bestreiten. Bergiger wird es für den zweiten Athleten, der auf 3,8 km Streckenlänge immerhin 631 Höhenmeter überwinden muss. Die Wertung erfolgt nach dem Staffel-Gesamalter, auch eine gemischte Staffel ist möglich. Meldungen bis Sonntag, 15. Juli, 18 Uhr an Michi Hartmann, Hochplattenstr. 9, 83233 Bernau/Chiemsee, Mail mihartmann@web.de, Tel. 08051/9651295, Nachmeldungen sind ebenfalls möglich. Für 28. Juli geplant ist der Vachendorfer Gemeindeflauf (4,2 km, mit drei Anstiegen/im Rahmen des Gemeindefestfestes), eine Voranmeldung ist nicht nötig. Im August gehtes ruhiger zu, ehe dann im Herbst einige weitere heimische »Klassiker« sowie die großen Marathons auf dem Plan stehen. who