

19. Bad Kohlgruber Schluchtlauf den 3.8.2003 Rangliste

RAN	SNR	NAME+VORNAME	JG	VEREIN	ZEIT
wSchB					
1	234	ELLIS Kristin	90	SC GARMISCH	16:21.2
2	241	NIKLAS Stefanie	90	SC BAD KOHLGRUB	17:10.7
wSchC					
1	230	HABERL Andrea	93	SV SACHSENKAMM	16:08.8
	222	MÄRZ Ramona	93	SV BAD HEILBRUNN	16:08.8
3	221	WEIDACHER Julia	93	TSV UTTING	18:50.2
4	239	REßLER Kristina	93	TSV PEITING LEICHTA.THLET	19:47.7
5	232	LANG Franziska	92	TSV OBERAMMERGAU	21:34.5
wSchD					
1	226	SÖLTL Franziska	94	SC GARMISCH	17:18.0
2	233	ELLIS Joyce	94	SC GARMISCH	22:04.2
mSchA					
1	240	KAUTZMANN Christian	89	TSV SCHONGAU	14:35.2
2	223	BABIEL Rainer	88	VFL MURNAU	16:38.2
3	244	MAIER Georg	89	LANDSBERG	20:12.8
mSchB					
1	236	MÖSTL Christian	90	SV BAD HEILBRUNN	13:43.4
2	224	BENEDIKT Bernhard	91	SC BAD KOHLGRUB	14:14.8
3	231	OLLERT Tobias	90	TSV OBERAMMERGAU	14:42.0
4	220	WEIDACHER Thomas	90	TSV UTTING	14:51.3
mSchC					
1	235	ENNEBACH Martin	93	BAD BAYERSOIEN	14:32.7
2	242	NIKLAS Andreas	93	SC BAD KOHLGRUB	15:43.2
	228	HAGER Florian	93	ILC GERETSRIED	15:43.2
4	237	GUTMANN Lukas	93	SC BAD KOHLGRUB	17:09.0
mSchD					
1	225	BENEDIKT Maximilian	95	SC BAD KOHLGRUB	16:38.9
2	238	REßLER Andreas	95	TSV PEITING LEICHTA.THLET	17:06.4
3	227	HAGER Dominik	95	ILC GERETSRIED	18:32.4
4	243	SCHÜTZ Kilian	94	TSV SCHONGAU	18:35.7
5	245	KRATZER Jonas	97	KISSING	21:51.6
w20					
1	37	HUMMEL Mailin	79	TSV FELDAFING	43:51.3
2	72	FIEDLER Christine	82	MRRM MÜNCHEN	44:37.0
3	106	HÜBNER Christine	76	MÜNCHEN	1:02:39.5
w30					
1	59	SONTHEIM Gabriele	72	TSV ERLING-ANDECHS	42:39.9
2	58	LUIDL Sabine	71	TSV ERLING-ANDECHS	45:25.9
3	94	HEINLOTH Vicky	69	GRAFENASCHAU	50:09.8
4	40	ROMANO Nikole	73	LUFTHANSA PINGUINE MÜNCHEN	57:01.3
5	77	ELLIS Christine	69	SC GARMISCH	1:06:32.3
w35					
1	98	HISCHBERGER Kathrin	67	TGV AUGSBURG	43:08.0
2	16	WEIDACHER Monika	65	UTTING	44:17.2
3	33	DELLINGER Alexandra	68	TSV FELDAFING	46:17.8
4	5	SEEWALD Petra	66	LUFTHANSA PINGUINE	47:49.5
5	114	KOLLMORGEN Frauke	67	ESV NEUAUBING	49:27.2
6	79	ZWIßLER Brigitte	66	WURMANSAU	52:32.7
7	76	KILIAN Sabine	67	TV HOCHSTADT	52:59.7
8	117	SCHLEGEL Anna	68	MURNAU	53:55.3
9	113	KRATZER Claudia	65	PUCHHEIM	56:51.0

10	129	MÜLLER Christine	67	TSV FARCHANT	57:05.1
11	131	PATZTNER Dagmar	68	BAD KOHLGRÖB	1:08:42.9

W40

1	2	WIEDEMANN Inge	59	POLLING	53:50.5
2	124	REISER Ingrid	63	MÖRNA	54:21.6
3	100	JÄGER-KETTERMANN Gabi	60	TV DORFEN IM WARNDT	1:01:54.0

W45

1	57	BILLINGER Marianne	56	TSV ERLING-ANDECHS	45:22.8
2	82	ECHTER Burgi	56	SC PARTENKIRCHEN	47:21.1
3	90	LECHNER Annemarie	58	LAG GARMISCH	54:00.2

W50

1	61	WOLF Paula	51	TSV ERLING-ANDECHS	48:58.0
2	84	TSCHOMANN-ZIESENBOCK Claudia	53	LAUFTREFF AÖGSBÖRG	52:08.3
3	21	KLEEBERGER Monika	49	SPORT SCHECK FITNESS	1:03:49.5
4	50	REIS Burgi	51	PEITING	1:04:27.9

W55

1	56	BARTSCH Karin	48	TSV ERLING-ANDECHS	47:06.0
2	18	HABEL Brigitte	46	SV ÖLM-JÖNGINGEN	51:42.6
3	36	KOTZOLD Ingrid	41	MRRC MÜNCHEN	56:53.5
4	85	PAUCKNER Edith	43	POST SV WEILHEIM	59:53.0
5	86	SANGAR Erika	44	POST SV WEILHEIM	1:08:49.4
6	128	KOLLOCH Gerda	42	BAD KOHLGRÖB	1:10:33.8

mJ

1	17	SIPPEL Sebastian	87	TSV ALTENFÖRT	42:05.5
2	52	MADERSPACHER Quirin	87	TSV OBERAMMERGAU	43:32.3
3	42	MEIER Niki	86	BAD KOHLGRÖG	46:03.7

M20

1	68	FOLGER Bernd	76	TSV FELDAFING	33:26.9
2	119	NEUMAYR Andres	74	RSG WERDENFELS	40:22.1
3	87	KÖNIG Pierre	83	PEIßENBERG	40:24.1
4	96	GRETSCHMANN Tobias	82	SC BÖBING	40:54.5
5	29	MAIER Hubert	77	LG STAFFELSEE MÖRNA	43:20.1
6	41	ROMANO Niko	75	MÜNCHEN	43:47.4
7	80	VECSEI Andreas	77	TSV ALTENA	46:47.8

M30

1	104	LINDINGER Markus	69	TSV GRÄFELFING	38:00.8
2	93	HEINLOTH Bernhard	69	GRAFENASCHA	38:41.7
3	105	SCHÖLZ Andreas	71	TSV GRÄFELFING	40:00.9
4	28	JAHN Carsten	71	LG STAFFELSEE MÖRNA	42:26.1
5	23	GREGOROVIC Sani	71	SV IGLING	42:49.0
6	30	BILLER Michael	73	LG STAFFELSEE MÖRNA	43:23.6
7	88	BÄR Rainer	69	SV VITAVIT METTINGEN	45:47.1
8	97	KÄTZMANN Rudolf	69	TSV SCHONGAU	46:06.1

M35

1	43	NIEDERMEIER Peter	67	SC HÖGLFING	35:21.5
2	73	KNOSPE Werner	64	POST SV WEILHEIM	35:29.0
3	75	ATTENBERGER Roland	67	SC HÖGLFING	35:47.3
4	66	HÖBER Markus	68	SC BAD KOHLGRÖB	36:20.4
5	125	SCHORMEIER Karl-Heinz	64	VICTORIA AÖGSBÖRG	36:33.1
6	13	JANKOWSKI Michael	67	DENKLINGEN	38:49.2
7	20	BROSIG Jochen	65	FSV GROßENSEEBACH	38:55.8
8	70	FREYDENBERG Martin	67	BERTHOLDSHOFEN	39:24.9
9	38	SACHS Heinz	65	INGOLSTADT	40:19.0
10	31	KIND Jochen	64	LG STAFFELSEE MÖRNA	40:39.2
11	55	SIEGELSTETTER Kurt	66	TSV ERLING-ANDECHS	41:02.0
12	78	MÖLLER Georg	65	SC ONSTMETTINGEN	42:29.7
13	95	ADAM Alois	67	TSV PARTENKIRCHEN	43:13.4
14	24	FINK Robert	68	IGLING	47:36.4
15	101	MEßNER Roland	66	PFORZEN	48:00.5
16	110	WEHMEYER Mike	66	BIELEFELD	48:34.1
17	99	BOMMER Thomas	67	AÖGSBÖRG	52:57.2
18	116	RIEDEL Gerhard	64	ESV PENZBERG	56:08.1
19	7	HIERONYMUS Claus	65	LÖFTHANSA PINGÖINE	57:01.7

M40

1	12	THURAN Andreas	61	GLEHNER TV	36:14.8
2	120	SEGERER Alfred	61	TSV WOLFRATSHAUSEN	37:24.4
3	32	FICHTL Helmut	59	TSV OBERAMMERGAU	37:42.6
4	109	ALTMANN Thomas	63	SV 06 OETINGHAUSEN	39:55.1
5	44	LISTL Stefan	63	UFFING	40:10.9
6	123	SEEWALD Gerhard	60	ERDING	45:39.1
7	112	HOUARA Hassan	63	PUCHHEIM	45:45.6
8	107	SCHÜTZ Michael	60	TSV SCHONGAU	46:14.1
9	103	SCHÜTZ Hubert	59	SC FORST	46:52.1
10	126	WEINHART Martin	63	MÜNCHEN	48:57.4

M45

1	15	WOLF Jörg	56	TSV PEITING	36:48.2
2	130	STÜCKL Xaver	55	SVO GERMERINGEN	36:56.7
3	1	TÜNNERMANN Dirk	55	SEESSEN	38:24.4
4	9	HARTMANN Xaver	58	LUFTHANSA PINGUINE	41:17.5
5	118	HOLL Norbert	57	SV WILDSTEIG	43:18.8
6	51	ALBRECHT Klaus	57	SC MURNAU	44:15.2
7	26	SEEKATZ Werner	54	BFG KALLE-ALBERT WIESBADE	46:27.4
8	127	TAUSCHINSKI Nikolaus	57	MÜNCHEN	52:23.2
9	11	SCHUBERT Frank	58	LUFTHANSA PINGUINE	1:03:28.0

M50

1	74	BISCHUR Manfred	49	POST SV WEILHEIM	39:07.1
2	19	ROTH Wolfgang	52	POST SV WEILHEIM	39:50.9
3	64	TRETTNER Gerald	52	SC BAD KOHLGRUB	40:00.0
4	62	PERTSCH Ulrich	53	TSV ERLING-ANDECHS	42:01.9
5	27	LOCHNER Georg	51	LG STAFFELSEE-MURNAU	42:02.4
6	121	BARTH Alfred	53	TSV WOLFRATSHAUSEN	42:30.5
7	65	MICHAELIS Günter	50	SC BAD KOHLGRUB	45:09.9
8	22	BAZAN Uwe	50	TSV ZORNEDING	46:48.3
9	34	SCHENK Jürgen	52	BFC PREUSSEN	47:44.5
10	81	SCHUSTER Sepperl	50	SC BAD KOHLGRUB	48:51.5
11	49	REIS Dieter	53	PEITING	1:04:28.6

M55

1	71	FIEDLER Siegfried	48	MRRC MÜNCHEN	41:07.0
2	54	WILLER Josef	44	LAG GARMISCH-PARTENK.	46:37.8
3	48	GRÄTZ Ludwig	46	SC BAD KOHLGRUB	48:22.6
4	83	HELMER Josef	44	LANDSBERG	55:40.7
5	115	OHNEBERG Franz	48	MÜNCHEN	57:38.3
6	8	KOCH Lothar	46	LUFTHANSA PINGUINE	1:07:26.6

M60

1	39	RAMPF Roland	42	MBB SG AUGSBURG	40:44.9
2	67	PFITZER Josef	37	ISARTALER LAUFCLUB	43:00.3
3	102	REEH Klaus	39	MZV 79 MÜNCHEN	47:37.2
4	25	SCHWARZ Reinhold	41	SV SCHLINGEN	48:58.7
5	53	PFUNER Otto	39	LG GARMISCH-PARTENKIRCHEN	49:25.1
6	69	PFLUGBEIL Roland	39	MRRC MÜNCHEN	49:40.8
7	89	KRATZER Bruno	34	SPORTSTUDIO VITA-VIT	52:30.6
8	63	HEISIG Dieter	37	SC BAD KOHLGRUB	53:32.4
9	91	PLUMPE Wolfgang	40	LAG GARMISCH	54:15.4
10	111	KRATZER Werner	37	SC BAD KOHLGRUB	54:15.9
11	92	HARTENSTEIN Wolfgang	38	GARMISCH-PARTENKIRC	54:18.4
12	108	HILLER Manfred	41	TV BRETEN	57:49.1
13	35	KOTZOLD Dieter	42	MRRC MÜNCHEN	1:05:29.1
14	3	ZEH Erich	43	MÜNCHEN	1:06:02.4

03.08.2003/Bad Kohlgrub



Die Sieger des Kleinen Schluchlaufes über 3 km in Bad Kohlgrub



Die Sieger des Schluchlaufes über 10 km in Bad Kohlgrub



Die beiden Zeitschnellsten des Schluchtlauferes
Gabriele Sonthiem (TSV Erling-Andechs) und Bernd Folger (TSV Feldafing)
mit dem Vorstand des Skiclubs Bad Kohlgrub Ernst Womser

Garmisch-Partenkirchner Tagblatt vom 4.8.2003

Favorit Folger schafft Tagesbestzeit

"Schluchtlaufer" mit Überraschungen

Bad Kohlgrub – Mit der Tagesbestzeit von 33.26,9 Minuten dominierte Bernd Folger vom TSV Feldafing am gestrigen Sonntag in Bad Kohlgrub den "19. Schluchtlaufer". Die Damenkonkurrenz hingegen beherrschte Gabriele Sonthiem. Die Athletin vom TSV Erling-Andechs meisterte die über zehn Kilometer lange Strecke durch den nkundenwald zur Waldschlucht in 42.39,9 Minuten. Knapp drei Minuten später erreichte Sonthiems Klubkameradin Sabine Luidl (45.25,9) das Ziel im Sportzentrum.

Für Furore sorgte auch Inge Wiedemann in der Alterklasse W 40. Die Pollingerin, die bisher an allen Schluchtläufen teilgenommen hatte, gewann in 53.50,2 Minuten von Ingrid Reiser (54.21,6) aus Murnau. "Ein wunderbarer Erfolg", findet Mitorganisator Gerald Tretter. Seine Leistung bei den Männern M 50 konnte sich aber auch sehen lassen. Als Dritter hatte der Bad Kohlgruber Bürgermeister die Distanz gemeistert (40.00,0). Damit lag der rasende Rathauschef

nicht einmal eine Minute hinter Sieger Manfred Bischur (39.07,1) vom Post SV Weilheim. Spitze auch das Resultat des Mitfünzigers Siegfried Fiedler. Mit seiner Zeit von 41.07,0 lief der Augsburgener seinen Kontrahenten auf und davon (weitere Ergebnisse siehe Sport in Zahlen).

Der SC Bad Kohlgrub, der das traditionelle Spektakel organisiert hatte, konnte mit der Resonanz zufrieden sein. 147 Athleten, die zum Teil bis aus Augsburg angereist waren, wollten beim Schluchtlauf dabei sein. Die gestrige Hitze machte dabei so manchem Sportler ein kleinwenig zu schaffen. Zum Glück, so Tretter, verzeihne der Parcours viele schattige Passagen.



Rasender Bürgermeister: Gerald Tretter auf den letzten Metern.



Die Schnellste der Damenkonkurrenz: Gabriele Sontheim.



"Auf die Plätze, fertig los": Beim Start am Volksfestplatz herrschte rege Betriebsamkeit. Am Ende enteilte Tagessieger Bernd Folger (vorne links) dem Feld.

Eindrücke von Jochen Brosig

Ois anders – Bad Kohlgruber Geschichten

19. Bad Kohlgruber Schluchtlauf

Der Landkreislauf liegt hinter uns und wir sind seit Montag im Urlaub.

Ob ich urlaubsreif bin, fragt Ihr?

„Mmei. Da macht ma sich ja als Außenstehender gar koane Begriffe, was so gearbeitet wird´an ganzn Tag. Telefon. Handy. Und Telex. Und der will des und der andere wieder was anders. Da bist gschafft. Aufd Nacht. Des sage da.“, hätte jetzt der Tscharli aus die Münchner Geschichten geantwortet. Tscharli Häusler, den kennt da doch, oder? Logesch!

Hier im Allgäu habe ich mir auch schon verschiedene Trainingsstrecken ausgeguckt. Rund um den Rottachsee zum Beispiel – 15 Km. Mein Favorit, je nach Tempo bin ich bis zu 1,5 Std. unterwegs. Auch für die GA2-Läufe optimal. Oder eine andere Variante: entlang der Rottach durch den Wald. Diese Strecke läuft Gudrun lieber. Hier stehen uns alle Möglichkeiten offen, von leicht hügelig bis bergig und die Streckenlänge können wir je nach Laune variieren. „Is sowieso, ois Chikago“

Neben Lauftraining vor dem Frühstück und regenerativen Bergwandern habe ich auch einen Wettkampf in unser Trainingslager eingebaut. Am Sonntag geht es dazu zum 19. Schluchtlauf nach Bad Kohlgrub. Ein 10 KM-Wettkampf. (www.bad-kohlgrub.de/schluchtlauf/)

„Eher flach, leicht bergab und kurze Anstiege, die Endzeit entspricht bei den meisten Teilnehmern der 10 KM Zeit auf der Bahn“, so beschrieb mir Gerald vom SC Bad Kohlgrub am Telefon die Strecke. Das klingt ja gut, dachte ich mir, dann kann ich gleich meine Form für´s Marathontraining überprüfen. Aber es kommt „Ois anders“. Durch schlechtes Timing bei der Anfahrt kam ich viel zu früh an. Sehr gemütlich geht es hier zu. Ich komme gleich mit Dirk aus Seesen im Harz in´s Gespräch. Auch hier im Urlaub und ein alter Hase, was das Laufen mit und ohne Ski angeht. Er ist von Unterammergau mit dem Fahrrad hergefahren und fährt gleich nach Abholen der Startnummer die Strecke mit dem Rad ab. Ein Vorteil für ihn, wie sich später noch herausstellen sollte. „Wer gwinntsn – Da Beste“

Start 9.00 Uhr, 20 Grad, keine Wolke am Himmel. Für alle anderen Urlauber optimal, aber alles andere als ein Läuferwetter. Deshalb mache ich mich ausgiebig nass. Der Start ist vom Zielbereich 5 Gehminuten entfernt in einem Wohngebiet. Bis zum Startschuss sind meine Haare und meine Laufklamotten fast wieder trocken. Aber besser als gar nichts. Schuß, und los geht es! Erst einmal leicht bergauf (?), aber nur ganz kurz und dann bergab. KM 1-Zeit 3:19!!! „Die meisten sind von Ihrer 1 KM Durchgangszeit überrascht“, so klingt es mir im Ohr.

Bei dem heutigen Wetter ist es vorteilhaft, dass 90 % der Strecke durch den Wald verlaufen. So ist es bei dem leichten Luftzug noch ganz angenehm. Dirk und ich sind nicht weit auseinander. Das ergibt ein interessantes Wechselspiel. Auf den abwärts Passagen liege ich vorne und bergauf hänge ich mich an Dirk dran. Ich laufe eine sensationelle, meine bisher beste erste Hälfte eines 10 KM-Laufes. 17:38 bei KM 5!!!

„Bisase noamoi darennt – der Bua“

Für einen Landschaftslauf leider zu kurz, geht es weiter durch die bewaldete Schlucht und kurze Passagen zwischen Wiesen hindurch in Richtung Ziel. Ihr werdet es Euch schon denken, wenn es 5 KM bergab geht, dann muss es auch wieder bergauf gehen. „Na logesch“, würde Tscharli sagen, „weil 5 KM san ungefähr fünfzig Prozent von 10 Km Überschlagsmäßig wärn wir dann bei circa der halben Strecke. Wennst verstehst was i moan.“ Der erste Vorgeschmack kommt kurz vor einer gut platzierten Wasserstelle. Nochmals nass gemacht und weiter. Es geht wieder leicht bergab.

Und dann kommt es knüppeldick, über eine Minute länger brauche ich für KM 8. Dirk lässt mich hier stehen und zieht weg. Keine Chance für mich mit zu gehen. Wie gesagt, er kommt aus dem Harz. Im Ziel liegt er eine halbe Minute vor mir. „Was ned geht, des geht halt ned“, würde Tscharli sagen. Wieder ganz leicht bergab und die letzten 1,5 KM nur noch bergauf. Jetzt wird es hart, die Strecke hätte auch keinen Meter länger sein dürfen. So komme ich aus dem Wald und biege ab in´s Stadion auf die Bahn. Zum Schlussspurt reicht es nicht mehr. Geschafft!

9.00 Uhr Start. 10.10 Uhr letzter Zieleinlauf. 11.10 Uhr Beginn der Siegerehrung. 11.56 Uhr Ende der Siegerehrung. 122 Teilnehmer. Jeder Teilnehmer wurde dabei aufgerufen und die Urkunde persönlich überreicht. Nette Unterhaltungen im Festzelt, dazu selbstgebackener Kuchen. Zuschauer sehr familiär, also nur der Läuferanhang und die Streckenposten. Die Daten einer gut organisierten, kleinen aber feinen Veranstaltung. Wenn Ihr einmal Ende Juli – Anfang August in der Nähe seit, ist der Schluchtlauf nur zu empfehlen.

Tscharli: Schön wars...

Gustl: Schön wars scho...

Achmed: Ganz schön wars...

Tscharli: So schön wars überhaupt no nia.

Gustl: So ist des im Leben, zerst is schön und dann is auf amoi alles vorbei.

Tscharli: Genau.

Jochen Brosig
Röttenbach, den 10. August 2003