

## Die Favoriten



**Michael Brand** (25), Maschinenbaustudent aus Herste, gewinnt Volkslauf für Volkslauf dank beindruckender mentaler Stärke und kluger Renneinteilung. Im letzten Jahr lief er auf den dritten Platz beim Hermannslauf, steigerte sich beim Paderborner Osterlauf über zehn Kilometer auf 31:36 Minuten und überraschte zuletzt mit seinem zweiten Platz beim topbesetzten Silvesterlauf von Werl nach Soest. Er ist einer der größten Favoriten auf den Gesamtsieg.



**Maria Müller** (25), die Schnellere des schnellsten Zwillingspaars des Kreises Höxter, steigerte beim Paderborner Osterlauf ihre Bestzeit über zehn Kilometer auf starke 37:51 Minuten und führt auch über den Halbmarathon die Bestenliste des Kreises Höxter mit 1:28,43 Stunden an. Für sie sprechen ihre Konstanz und ihr Mut, Tempo zu gehen. Sie hält mit 18:16,6 Minuten seit zwei Jahren den Kreisrekord über 5.000 Meter.



**Marcus Biehl** (38), Hermannslauf-Held vom SV Brackwede, zählt zu den ganz heißen Anwärtern auf den Hochstift-Cup-Thron. Der Name des schnellen Lippers fehlt nie, wenn vor Veranstaltungen die Leute mit Siegaambitionen aufgezehlt werden. Biehl, der bei zehn Teilnahmen zweimal beim wichtigsten Volkslauf Ostwestfalens triumphierte, ist gut in Form. Im letzten Jahr lief er die zehn Kilometer in starken 31:38 Minuten.



**Elisabeth Derksen** (31), Langstrecklerin aus Willbedessen, steigerte sich kontinuierlich in den zurückliegenden zwei Jahren. Sie ist eine fleißige Kilometersammlerin, bewahrt sich aber dennoch ihr Tempo – sie ist längst in der Spitze der regionalen Langstrecklerinnen angekommen. Im letzten Jahr bestach sie mit einem guten Halbmarathon in Verl. In ihrem ersten Lauf über 21,097 Kilometer setzte sie sich mit 1:38,26 Stunden an die Spitze der Kreisbestenliste.



**Elfie Hüther** (53), Langstrecklerin vom VfB Salzkotten, bewies am letzten Tag des Jahres 2007 beim Silvesterlauf von Werl nach Soest ihre Ausnahmestellung in der Startklasse W 50. Sie absolvierte die 15 Kilometer über die Bundesstraße 1 in 61:57 Minuten und war vier Minuten schneller als die Zweitplatzierte. Bei den jüngsten Senioren-Europameisterschaften in Regensburg hatte die Salzkottenerin über die 10 Kilometer in 39:38 Minuten den fünften Platz belegt.



**Christian Gemke** (25), Talent auf den Mittel- und Langstrecken vom LC Paderborn, hängt sich zurzeit im Training rein, um endlich zurück zu alter Form und Leistungstärke zu finden. Der Vinsebecker, der 2005 seine vielleicht stärkste Saison hatte, als er beim Silvesterlauf von Werl nach Soest Dritter über 15 Kilometer in guten 49:47 Minuten wurde und hinter Michael Brand von der Non-Stop-Ultra Brakel beim Sälzlerlauf auf den zweiten Platz kam, läuft sicher in der Hauptklasse vorne mit – wenn er fit und ohne Verletzung ist.



**Silvia Krull** (29), Langstrecklerin von der LG Lage-Detmold, hat eine gigantische Saison 2007 absolviert. Sie gewann den Mittelrheinmarathon in Koblenz mit neuem Streckenrekord, holte in Wegberg in 1:19,43 Stunden die Westdeutsche Meisterschaft im Halbmarathon, war beim Berlin-Marathon hinter Irina Mikitenko und Eva Trost drittbeste Deutsche und stürmte mit den 2:46,47 Stunden auf den siebten Platz der Deutschen Bestenliste.



**Michael Amstutz** (40), erfolgreichster Hermannsläufer aller Zeiten, wird sicher ganz oft ganz vorne mitlaufen, aber wohl für den Gesamtsieg im Hochstift-Cup nicht in Frage kommen. Was ihm aber kaum jemand streitig machen kann, ist der Sieg in seiner Altersklasse M40. Der Bad Driburger, der seit über zwei Jahrzehnten die Volkslaufszene in OWL mitbestimmt, lief 2007 die zehn Kilometer noch immer in 33:46 Minuten. Die Konstanz in Person. Für ihn spricht seine Erfahrung aus unzähligen Wettkampfkilometern.



**Oliver Reins** (34), Kämpfertyp vom SV Brackwede, mag kernige Steigungen und gilt als spurtstark. Ein Muskelfaserriss, den er sich bei Kilometer 35 beim Berlin-Marathon zuzog, hielt ihn nicht davon ab, in Ibbenbüren zur Westfalen-Meisterschaft im Crosslauf über 9.450 Meter zu rennen. Oliver Reins, der bis vor vier Jahren Fußball für den VfL Ummeln spielte und seitdem nur noch läuft, ist Vize-OWL-Meister über 5.000 Meter in 16:01,50 Minuten.



**Sarah Börmemeier** (22), Shooting-Star unter den Langstrecklerinnen, hat eine ganz starke Saison hinter sich. Mit Erfolgen auf fast allen Strecken: Die Delbrückerin lief beim Paderborner Osterlauf ihren ersten Halbmarathon – und den gleich in 1:29,07 Stunden. Damit ist sie die schnellste Frau des Kreises Paderborn auf dem halbierten Klassiker. Beim Katharinenlauf in Delbrück wurde sie über zehn Kilometer in 39:33 Minuten Zweite hinter der Gütersloherin Melanie Genrich.

# Hochstift - Cup



**Läufer, so weit das Auge reicht:** So wie hier Carsten Teiwes (20), Mathias Nahen (556); Peter Rehrmann (1015), Arno Hillebrandt (552) oder Dirk Wennemann (665) in Vinsebeck werden sich die Athleten bei 18 Veranstaltungen des Hochstift-Cups ins Zeug legen. FOTO: DIETER MÜLLER

## Nie dagewesene Konkurrenz

Der Hochstift-Cup mischt ab Sonntag die Laufszene auf

VON DIETER MÜLLER

■ **Paderborn/Höxter.** „Eine schöne Strecke und nette Menschen“, hatte Tegla Loroupe vor zwei Jahren in Brakel ausgemacht. Die zierliche Weltklasselangstrecklerin, die damals beim Jahreswechsellauf der Non-Stop-Ultra Brakel im Trainingsanzug und mit Handschuhen nach gemütlichen elf Kilometern ins Ziel trudelte, wird übermorgen nicht dabei sein, dafür aber die gesamte Laufszene des Hochstiftes.

Premiere. Der Hochstift-Cup startet. Aber Reinhard Nolte,

seit dessen Gründungsversammlung am 12. September 1. Vorsitzender des Hochstift-Cup-Vereins, verspürt keinerlei Aufregung. Er sieht der ersten Ausgabe der Laufserie, die sich aus 18 etablierten Veranstaltungen zusammensetzt, gelassen entgegen. „Das wird schon laufen. Da bin ich mir sicher“, sagt der laufbegeisterte Marsberger und verspricht: „Wir wollen Brakel unterstützen und werden mit voller Mannschaft vom BC Meerhof anreisen.“

Reinhard Nolte, selbst Langstreckler, der schon den prestigeträchtigen Wasa-Lauf in Schweden auf Skiern bestand und

beim ersten Berlin-Marathon nach dem Mauerfall durchs Brandenburger Tor lief, wird in Brakel nicht mitlaufen, sondern sich um die Organisation und die Präsentation der neu geschaffenen Laufserie kümmern.

Der Hochstift-Cup, der die beliebte, aber eingestellte Sauerlandserie ersetzt, zieht seine ganze Faszination aus der Konzentration der Laufszene mit all ihren regionalen Stars. Es birgt Brisanz, Rasanz und nie dagewesene Konkurrenz, wenn plötzlich Marcus Biehl, Marco Wächter, Oliver Reins, Jürgen Scherg, Michael Amstutz, Christian Gemke und Höxters derzeit bes-

ter Langstreckler Michael Brand nebeneinander an der Startlinie stehen. Und das nicht nur beim Hermannslauf, sondern jetzt – so hoffen Veranstalter und Zuschauer – auch in Vinsebeck, Salzkotten, Bentfeld, Kollerbeck, Borchon oder eben Brakel.

In der Vergangenheit war es nie so, dass die Läufer nur in ihrem Kreis starteten. Michael Brand, sechstbesten Deutscher beim letzten Osterlauf über zehn Kilometer in 31:36 Minuten, gewann beispielsweise die letzten drei Ausgaben des Delbrücker Katharinenlaufes, der am 19. September die vorletzte Station des Hochstift-Cups ist.

## Der Modus der Auswertung

Eine interessante Auswertungsmethode soll für Fairness und Ausgewogenheit beim Hochstift-Cup sorgen. Schließlich werden unterschiedliche Strecken bewertet.

Ein Beispiel: Es starten 200 Läufer bei einem Lauf der Serie über zehn Kilometer. Der 100. erhält 2.000 Punkte. Seine Zeit ist die, an der alle anderen gemessen werden. Sagen wir, er brauchte 46:30 Minuten. Läufer X war bei derselben Veranstaltung 46:17 Minuten schnell. Er erhält also 2.013 Punkte, weil er 13 Sekunden schneller war als der mittlere Läufer. Läufer Y, der 47:00 Minuten brauchte, bekommt nur 1.970 Punkte gutgeschrieben, weil er 30 Sekunden langsamer war als der mittlere Läufer. Für jede Sekunde, die ein Läufer schneller ist, bekommt er bei einem Lauf über zehn Kilometer einen Punkt mehr. Für jede Sekunde unter der mittleren Zeit, einen Punkt weniger als 2.000.

Bei einem Lauf über eine andere Streckenlänge wird mit einem Faktor gearbeitet (10/Streckenlänge). So wird der Zeitabstand relativiert, weil bei einem Lauf über zehn Kilometer der Zeitabstand zwischen den einzelnen Läufern geringer ist als bei einem Lauf über 21,1 km. Gewertet werden Strecken zwischen fünf und zehn Kilometern.

Um in die Wertung zu kommen, müssen über die jeweiligen Distanzen mindestens acht Läufe absolviert werden. Macht einer mehr Läufe, zählen die acht besten Ergebnisse. dm

## „Der Cup hat Zukunft“

INTERVIEW: Adalbert Grüner erwartet Sonntag 400 bis 500 Starter in Brakel

■ **Brakel.** Der erste Lauf des Hochstift-Cups findet am Sonntag in Brakel statt. NW-Mitarbeiter Dieter Müller sprach mit Adalbert Grüner (57), dem ersten Vorsitzenden und Gründungsmitglied der Non-Stop-Ultra Brakel, über dessen Erwartungen.

Herr Grüner, der Start zur Premiere erfolgt in Brakel – erhoffen Sie sich eine deutlich größere Resonanz beim Jahreswechsellauf durch den Hochstift-Cup?

**ADALBERT GRÜNER:** Ja. Im Hochstift-Cup sind 16 Vereine vertreten. Etwa die Hälfte davon war noch nie bei uns. Diesmal werden sie kommen und sicher ihre Athleten mitbringen. Es zählt die Neugier. Kommst du zu mir, komme ich zu dir – nach diesem Motto werden die Vereine handeln. Der Cup wird auch den folgenden Veranstaltungen großen Zuspruch bringen. Es wird interessant – in jeder Hinsicht. Ich rechne am Sonntag mit 400 bis 500 Startern.

Non-Stop-Ultra veranstaltet den Jahreswechsellauf schon seit 30 Jahren. Machen Sie beim 31. Mal etwas anders sonst?

**GRÜNER:** Nein. Unsere Arbeit hat sich bewährt. Wir sind bloß besser besetzt, haben zum Beispiel zwei statt einem Computer im Einsatz. Außerdem werden wir die Siegerehrung diesmal in der Aula abhalten – da ist mehr Platz.



**Zuversichtlich:** Adalbert Grüner von der NSU Brakel. FOTO: DM

Laufen Sie selbst mit?

**GRÜNER:** Nein, das geht leider nicht. Ich bin in der Organisation tätig. Sonntag kommen gestandene Veranstalter zu uns, da wollen wir zeigen, was wir können. Obwohl ich gerne mitlaufen würde. Wahrscheinlich ist diese Strecke niemand im Training so oft gelaufen wie ich, aber im Wettkampf bin ich die 11,3 Kilometer lange Strecke erst einmal gelaufen. Als ich 50 Jahre alt wurde, habe ich mir herausgenommen, zu starten. In drei Jahren, werde ich 60 – da werde ich sicher auch laufen. Aber wir lassen jedem Vereinsmitglied offen, ob er startet oder bei der Organisation mithilft.

Sie sind selbst aktiver Langstreckler. Was haben Sie sich vorgenommen im Hochstift-Cup?

**GRÜNER:** Möglichst alle ande-

ren Veranstaltungen zu besuchen. Außerdem will ich gerne meine Altersklasse gewinnen. Das motiviert, weiterhin zu trainieren. Aber ich will auch die anderen Läufe besuchen, weil ich gucken will, was dort eventuell besser gemacht wird.

Hat der Hochstift-Cup Zukunft?

**GRÜNER:** Ja, ganz bestimmt. Wenn alles so gehandhabt wird, wie das abgemacht wurde, wird das eine tolle und gut besuchte Serie. Bei den bisherigen Treffen der 16 Vereine spürte man, dass alle dahinter stehen. Zum Erfolg der Serie wird sicher beitragen, dass nicht nur zehn und 20 Kilometer angeboten werden, sondern auch Läufe über fünf Kilometer in die Wertung kommen. So wird den Laufanfängern auch ein Reiz geboten – und fünf Kilometer auf Zeit zu laufen, ist schon eine schöne Leistung.

Die Non-Stop-Ultra Brakel gilt als einer der günstigsten und großzügigsten Veranstalter der Region – was bewegt Sie dazu, entgegen dem allgemeinen Trend, die Startgebühren klein zu halten?

**GRÜNER:** Bei uns starten Athleten, die noch keine 16 Jahre alt sind, kostenlos. So wollen wir die Jugend zum Sport bringen. Überhaupt treten wir bewusst gegen zu hohe Startgebühren ein. Und für jeden Klassensieger haben wir ein kleines Präsent parat. Auch wenn niemand in erster Linie startet, weil er etwas gewinnen kann, ist das doch eine schöne Anerkennung.

## Von Brakel bis Lichtenau

Die 18 Veranstaltungen im Hochstift-Cup

- 6. Januar:** Jahreswechsellauf. Veranstalter: Non-Stop-Ultra Brakel. 10 Uhr: 11 km; 10:05 Uhr: 4 km. Internet: www.non-stop-ultra.de
- 15. März:** 16. Sälzlerlauf. Veranstalter: VfB Salzkotten. 14.10 Uhr: 5 km; 15 Uhr: 10 km. Internet: www.saelzlerlauf.de
- 5. April:** 38. Hardehausener Parklauf. Veranstalter: LG Bauerkamp Warburg. 15 Uhr: 20 km; 15:05 Uhr: 4,8 km; 15:10 Uhr: m11,2 km. Internet: www.lg-bauerkamp.de
- 12. April:** 11. Leiberger Volkslauf. Veranstalter: HTSV Leiberger. 14.30 Uhr: 5 km; 15.15 Uhr: 20 km; 15.30 Uhr: 10 km. Internet: www.htsv-leiberg.de
- 3. Mai:** 3. Belte Run'n'Roll Delbrück. Veranstalter: SuS Westenholtz. Citylauf mit Live-Musik. 20.15 Uhr: Firmenlauf über 4 km; 21 Uhr: 10 km. Internet: www.delbrueck-sport.de
- 9. Mai:** 21. Residenz Abendlauf. Veranstalter: TSV Schloß-Neuhaus. Reizvolle Strecke. 19 Uhr: 10 km. Internet: www.residenz-abendlauf.de
- 11. Mai:** Pflingstläufe. Veranstalter: SV Kollerbeck. Profilierte, interessante Streckenführung, Start am Rehbergstadion. 9.25 Uhr: 10 km; 10.10: 5,7 km; 9.45: 21 km. Internet: www.sv-kollerbeck.de
- 30. Mai:** 21. Bentfelder Abendlauf. Veranstalter: RW Bentfeld. 18.15 Uhr: 5 km; 19 Uhr: Halbmarathon, 19.15 Uhr: 10 km. Internet: www.bentfelderabendlauf.de
- 15. Juni:** 26. Eggelauf des BC Meerhof. Veranstalter: BC Meerhof. 9.15 Uhr: 6 km; 9.30 Uhr: Halbmarathon; 9.40 Uhr: 11 km; 9.50: 4,5 km. Internet: www.BC23Meerhof.de
- 20. Juni:** 10. Marienloher Volkslauf. Veranstalter: SV Marienloh. 18 Uhr: 5 km; 19.15 Uhr: 10 km. Internet: www.marienloh.de
- 19. Juli:** 23. Bürener Volkslauf. Veranstalter: SV 21 Büren. 15.30 Uhr: 5 km; 16 Uhr: 14 km. Internet: www.sv21bueren.de
- 3. August:** 31. Volkslauf mit Wandern. Veranstalter: TuSV Vinsebeck
- 12. August:** 23. Bad Driburger Brunnenlauf. Veranstalter: TV Jahnbad Driburg
- 17. August:** 26. E.ON-Westfalen-Weser-Volkslauf. Veranstalter: TuS Wünnenberg. 10 Uhr: Halbmarathon; 10.15 Uhr: 10 km; 10.25 Uhr: 4 km. Internet: www.tus-bad-wuennenberg.de
- 7. September:** 31. Altenaulauf. Veranstalter: SC Borchon. 10 Uhr: 21 km; 10.15 Uhr: 10 km; 10.20 Uhr: 5 km. Internet: www.2.sc-borchon.de
- 12. September:** 5. Westenholzer Abendlauf. Veranstalter: SuS Westenholtz. 18.20 Uhr: 4 km; 18.30 Uhr: 10 km. Internet: www.delbrueck-sport.de
- 19. September:** 10. Delbrücker Katharinenlauf. Veranstalter: RW Bentfeld. 18.30 Uhr: 10 km. Internet: www.katharinenlauf.de
- 27. September:** 7. Lichtenauer Wildschutz-Klostermannlauf. Veranstalter: VfL Lichtenau. 14.30 Uhr: 7,532 km; 14.45 Uhr: 15,064 km. Internet: VfL-lichtenu.de