

Und ewig lockt die Radler-Halbe

DER QUERLÄUFER UNTERWEGS Jochen Brosig vom FSV Großenseebach trifft sich regelmäßig mit Sportlern der Region auf deren Lieblingslaufrunde. Als Abwechslung zur Marathonvorbereitung folgt er der Einladung des SC Kemmern zu einem Landschaftslauf mit Einkehrschwung.

Wer bei Laufveranstaltungen in der Region startet, der begegnet interessanten Menschen. Der Querläufer Jochen Brosig trifft sich mit einigen dieser ganz unterschiedlichen Laufsportler auf deren Lieblingslaufrunde. Ein grüner Virus greift seit einiger Zeit in der Laufszene um sich. Die giftgrünen Shirts der Running-Abteilung des SC Kemmern sind schon von weitem sichtbar. Die Läufer/innen um Abteilungsleiter Klaus Geuß locken seit Jahren zum Kuckuckslauf die Laufszene nach Oberfranken. Und die „Lauf 10“-Laufkurse sind regelmäßig überfüllt. Im Februar wurden die bayerischen Crossmeisterschaften in Kemmern ausgetragen. Dort, wo die Kemmerner Läufer sind, ist gute Laune angesagt

Querläufer: Klaus, Dich und Deine Kemmerner trifft man auf vielen Volksläufen in der Region. Und es werden immer mehr Mitglieder. Steigende Teilnehmerzahlen beim Kuckuckslauf, überfüllte „Lauf 10“-Kurse und jetzt noch der Maintal-Cross. Wo soll das noch hinführen?

Klaus Geuß: Ja, das hatte ich bei der Gründung der Abteilung auch nicht gedacht. Gewünscht hatte ich mir es schon. Klar. Am Anfang waren wir zwölf Gründungsmitglieder in der Abteilung. Heute sind wir über 100 Läuferinnen und Läufer. Bei der Abteilungsgründung 2009 haben wir den ersten Kuckuckslauf veranstaltet. Schon damals schwebte mir die Idee eines Crosslaufs in Kemmern durch den Kopf. Jetzt waren wir Ausrichter der „Bayerischen“.

Wir stehen am Sportheim. Immer mehr Läufer und Läuferinnen des SC Kemmern treffen ein. Mittlerweile sehe ich nur noch grün. Die Vereinsfarben grün-weiß des SC Kemmern gaben die leuchtend grüne Teamkleidung vor. Sie wurde mittlerweile zum Markenzeichen. Das kann der Querläufer nur bestätigen. In einem Meer aus grün bin ich der Einzige im blauen Shirt. Wie man es von Klaus Geuß kennt, ist alles perfekt organisiert.

Weil der heutige Trainingslauf ein Punkt-zu-Punkt-Lauf ist, müssen die Rucksäcke mit der Wechselkleidung an den Zielort transportiert werden. Auch die Fahrgelegenheiten für den

Rücktransport sind organisiert. Doch davor stehen noch eine Brotzeit und der Flüssigkeitsausgleich in der Brauerei Will an.

Querläufer: Wie ich sehe, ist die Beteiligung bei Euch enorm, egal ob als Helfer bei Euren Veranstaltungen oder beim Training. Wie kommt das?

Thomas Busse: Unser Teamgeist ist hervorragend. Alle packen mit an. Jeder hilft jedem. Neben allem sportlichen Ehrgeiz verbindet uns auch ein ausgeprägter Hang zu Geselligkeit, was man an so einem Tag wie heute gut sehen kann.

Die Laufstrecke führt von Kemmern über Merkenhof, Drosendorf, Giech, Scheßlitz, Burgellern, Ehrl und Burglesau bis zu Vogel's Mühle. Für diejenigen, für die es zu weit ist, besteht die Möglichkeit in Giech oder Scheßlitz einzusteigen. Von der Vogel's Mühle geht es durch das Burglesauer Tal hoch nach Gräfenhäusling. Ein traumhaftes Panorama erwartet uns. Die Kemmerner Laufbegeisterung ist ansteckend. Schon bei der Premiere des Kuckuckslaufs 2009 gingen 336 Teilnehmer an den Start, der Anfang einer Erfolgsgeschichte.

Nach der erfolgreichen Premiere erfuhr der Lauf immer größerer Beachtung bei den Läufern. Mittlerweile ist der Kuckuckslauf längst über den Bamberger Landkreis hinaus bekannt. Der Maintal-Cross steht da nicht hinten an. Schon bei der Premiere hat er aufhören lassen. So war er schon bei der zweiten Ausgabe fit für die bayerischen Crossmeisterschaften. Jetzt ist es für die Kemmerner etwas ruhiger. Es bleibt mehr Zeit zum Training. Die Running-Abteilung steckt in den Vorbereitungen für den Hamburg-Marathon.

Querläufer: Wie sieht Dein Trainingsalltag aus? Wie integrierst Du Deine sportliche Aktivität in den Alltag?

Klaus Geuß: Mittlerweile trete ich etwas kürzer. Doch das Training mit unserem Team ist für mich ein wichtiger Termin. Das Schöne an unserem Sport ist doch: Wir starten direkt vor der Haustür. Und bei der Vorbereitung zum Hamburg-Marathon zählt mittlerweile auch das Gruppenerlebnis für mich.

Nach seinen eigenen Erfolgen gefragt, bleibt Klaus bescheiden und weicht aus. Doch seine Marathonbestzeit von 2:27:54 Std. ist eine besonders starke Marke. Jetzt gibt er sein Wissen an seine Teammitglieder weiter. Junge Lauf Talente, aber auch gute Altersklassenläufer tragen das grüne Shirt des SC Kemmern. Und es werden immer mehr. Natürlich benötigt eine engagierte Laufgruppe viele Helfer im Hintergrund. Heute zum Beispiel ist Matthias Lieb als Fahrer aktiv. Beim Kuckuckslauf ist das Gründungsmitglied für die EDV zuständig.

Querläufer: Von der Auswahl der Strecke bis zur Organisation drum herum gibt es viel zu planen. Bei Euch sieht das immer so locker aus.

Matthias Lieb: Mit der Vorbereitung haben wir durch den Kuckuckslauf schon einige Erfahrung. Aber je näher der Termin rückt, umso spannender wird es. Das ist dann für uns im Orga-Team genauso aufregend wie für die Teilnehmer.

Strahlend blauer Himmel und leichter Wind geben ein perfektes Laufwetter. Fragt sich nur, wer beim SC Kemmern für das Wetter zuständig ist. Im Burglesauer Tal liegt noch eine Bergwertung vor uns. Dann geht es zum Zielspurt nach Schedernhof. Mit einer Radlerhalben und Zieberlaskäs mit Bratkartoffeln belohnt sich der Querläufer in der Brauerei Will. Eine landschaftlich schöne Strecke mit einer herrlichen Aussicht, dazu nette Laufkollegen für einen Small-Talk. Im Flug verging die Zeit. Da macht das Marathontraining besonders Spaß!

Meine Empfehlung: Schaut einmal in Kemmern vorbei. Am Samstag, den 23. September heißt die Running-Abteilung des SC Kemmern alle Freizeitläufer zum 9. Kemmerner Kuckuckslauf willkommen. Also, im Herbst sehen wir uns in Kemmern!

Rum happy and smile!
Euer Querläufer

Bildergalerie
Weitere Fotos vom Landschaftslauf gibt es im Internet unter

inFranken.de



Unterwegs bietet Quellwasser die nötige Erfrischung.

Fotos: Jochen Brosig



Abkürzung durch einen Entwässerungstunnel



Der Frühling hält Einzug, da hellt sich die eh schon gute Stimmung bei den Läufern des SC Kemmern weiter auf.



Zwei Karawanen treffen sich



Gewusst wo: Die Überquerung des Bachs ist hier kein Problem.