# Deutsche Meisterschaften Mitzteldistanz-OL

Zur diesjährigen Deutschen Meisterschaften über den Mitteldistanz-OL hatte der OLV Weimar ins wunderschöne Mühltal nahe Eisenberg geladen. Das Ambiente rund um die Meuschkenmühle bot einen nahezu perfekten Platz für die über 700 Teilnehmer, die sich am 06./07. September aus ganz Deutschland einfanden. Und sie wurden mit tollem, fast etwas zu schwühl-warmen Wetter belohnt.

Das schon 1992 zum 24-h-OL genutzte Gelände, bot sowohl für die DM über die Mitteldistanz als auch für den BRL über die Langdistanz eine sehr gute Basis. Die DM-Bahnen waren durch einen Startanstieg, einen diffizilen, technischen Mittelteil und am Ende durch Hang- und Gegenhangposten charakterisiert. Die Bahnen schienen auf dem Papier ziemlich kurz zu sein, doch der erfahrene Bahnleger Rainer Wichmann, hatte richtig gerechnet. Durch die schwierigen Posten und das viele Farn und Unterholz waren die Kilometer-Schnitte höher als üblich.

Bei den Damen startete die lange verletzte Anna Biller vom SV Mietraching wieder und erreichte einen beachtlichen 11. Platz (+9:50) kurz vor Ihrer Vereinskollegin Maria Lange, die am Ende Platz 13 belegte. Deutsche Meisterin wurde die nicht als Favoritin gehandelte Thüringerin Resi Rathmann, die es verstand, bei hohem Lauftempo die Fehler gering zu halten.

Der beste Orientierungsläufer Bayerns, der für den OC München startende Teodor Yordanov packte einen nahezu perfekten Lauf aus, obwohl er im Nachherein doch noch etwas mit sich haderte. Es wäre wohl etwas mehr drin gewesen. Doch er freute sich sehr, dass mit seinem vierten Platz und nur 2:11 min Rückstand endlich mal wieder ein Bayer auf dem Podium einer DM-Elite-Siegerehrung stand. Dieser Erfolg zeigt, dass Teo durch sein hohes Training der letzten Monate durchaus in der Lage ist, in die deutsche Spitze hineinzulaufen. Deutscher Meister wurde der durch sehr gute Ergebnisse bei der WM und Studenten-WM aufgefallenen beste Deutsche OLer: Bjarne Friedrichs.

Schade, dass es diesmal keinen Deutschen Meistertitel für Bayern zu bejubeln gab, die Konkurrenz war groß und einige bayerische OLer hatten leider nicht die ausreichende physische und psychische Stärke. Eine Silbermedaille konnte die junge Mareike Seeger und die routinierte Katrin Lorenz-Baath erringen, wobei Katrin nur 30 Sekunden zum Titel fehlten. Wie es dazu kam und es Ihr dabei erging, ist weiter unten nachzulesen. Bei den Herren waren Quirin Lehner, Wolfram Pohl und Dieter Oechler am Ende auf dem silbernen Stockerl-Platz. Die Bronze-Medaille erreichten folgende Sportler: Tobias Spangenberg und Korbinian Lehner, sowie der Altmeister Georg Reischl.

(Foto: 2014-09-06\_diebayerischenStockerlplatzierungen.jpg)

Ergebnisse DM Mitteldistanz-OL, 06.09.2014

D16: 2. Mareike Seeger, SV Beiersdorf (+2:03), 4. Marei Lehner, OLG Regensburg (+4:00)

D18: 4. Hannah Kühne, SV Mietraching (+6:14)

D20: 5. Julia Penzkofer, SV Mietraching (+33:20)

D35: 2. Katrin Lorenz-Baath, TSV Jetzendorf (+0:30)

D45: 6. Milena Grifoni, OLG Regensburg (+6:18)

D65: 4. Angelika Weid, TV 1894 Coburg-Neuses (+6:19)

H10: 5. Ole Magnus Baath, TSV Jetzendorf (+2:19)

H16: 2. Quirin Lehner, OLG Regensburg (+2:33), 3. Tobias Spangenberg, OLG Regensburg (+3:32)

H18: 3. Korbinian Lehner, OLG Regensburg (+4:11)

H20: 2. Wolfram Pohl, TV 1894 Coburg-Neuses (+4:40), 5. Daniel Janischowsky, OLG Regensburg (+7:57)

H21E: 4. Teodor Yordanov, OC München (+2:11)

H35: 6. Michael Rödel, TV Coburg-Ketschendorf (+8:11)

H50: 3. Dirk Hartmann, SV Mietraching (+2:21)

H65: 5. Jürgen Schwanitz, OLA TSV Deggendorf (+6:33)

H70: 2. Dieter Oechler, TV 1894 Coburg-Neuses (+2:17)

H75: 6. Rudi Lorenz, OLA TSV Deggendorf (+12:11)

H80: 3. Georg Reischl, TV Osterhofen (+3:07)

# Portrait eines Gänsehautlaufs zur Vizemeisterschaft

Die Nervosität begleitet einen schon einige Wochen im Voraus, wenn man weiß, dass man bei der diesjährigen DM über die Mitteldistanz als Letzte der Kategorie an den Start gehen wird – 2 Minuten nach der mehrmaligen Weltmeisterschaftsteilnehmerin Meike Jäger. Klar war auch, ich musste läuferisch über mich hinaus wachsen, um hier um Gold kämpfen zu können und Fehler waren auch keine erlaubt. Ich startete konzentriert und konnte den ersten Posten per Kompasslauf auf den Meter exakt anlaufen. Zum zweiten Posten war es nur ein Katzensprung, das erste kleine Areal mit diffizilen Mulden und vielen Posten. Ich tappte nervositätsbedingt sofort in die Falle und fand zwei andere Posten bevor ich an meinem war. Gott sei Dank war alles sehr nah beieinander. Nun war ich gewarnt einen ruhigeren Kopf zu bewahren! Die nächsten Posten liefen wieder perfekt. Ich fühlte mich schnell. Kurz vor Posten 8 und 9 überholte ich zwei Läuferinnen, die 4 und mehr Minuten vor mir ins Rennen gegangen waren. Der Puls raste wieder als ich beflügelt versuchte meine läuferische Überlegenheit aufzuzeigen. Zu Posten zehn durchquerte ich ein Tal und war unsicher im Anlauf, da ich nicht genau wusste wo am Hang das Loch mit meinem Posten war. Ich schaute suchend nach oben und da sah ich Meike. Sie kam mir nicht sehr schnell vor und so folgerte ich, dass sie noch auf dem Weg zum Posten war und bog in dieselbe Richtung ab. Leider erwies sich die Annahme als falsch und ich musste einige Meter zum Posten zurück. Nun war er da, der Traum von Gold, nur noch 4 Posten bis ins Ziel, alles schien möglich! Um den Sichtkontakt wieder herzustellen, raste ich per Kompass fast kopflos weiter und so kam es wie es kommen musste. Ich stand im Wald und wusste nicht genau wo. Das Gehirn war bei Puls knapp an die 200 Schläge pro Minute funktionsunfähig. Ein nicht eingezeichneter Hochsitz machte die Verwirrung komplett. Die Angst davor, richtig viel Zeit zu verlieren kam auf und ich versuchte mich zu beruhigen und das Gelände um mich wieder zu verstehen. Das gelang zum Glück recht schnell, doch ich wusste, dass ich die erkämpfte Zeit wieder verloren hatte. Drei Posten blieben mir noch. Der nächste klappte wieder ideal, aber ich überholte hier eine Läuferin nun schon zum zweiten Mal, ziemlich frustrierend. Aber negative Gefühle waren jetzt nicht erlaubt, die letzten 2 Posten waren leicht und ich lief so schnell ich konnte. Kurz vor dem Ziel hörte ich bereits die Rufe meiner Familie – „Lauf, es ist ganz knapp!“ – ein Fünkchen Hoffnung auf den letzten Metern! (Foto: 2014-09-06\_D35\_KatrinaufdenletztenMetern.jpg)

Per Lautsprecher erfuhr ich gemeinsam mit meinen Konkurrentinnen, dass es am Ende doch nicht gereicht hatte. Um 30 Sekunden musste ich mich geschlagen geben. Knapp 2 Minuten hatte mich der Black-out gekostet. Doch letztlich war ich zufrieden mit einem souveränen Lauf auf Platz 2! (Foto: 2014-09-06\_D35\_dasPodiumdiskutiertdasRennen.jpg)

# Bundesranglisten-OL Langdistanz

Am darauffolgenden Sonntag fand im gleichen Gelände ein Bundesranglisten-OL über die Langdistanz statt. Die physisch sehr fordernden Bahnen ließen die Abstände hinter den Sieger sehr schnell wachsen. Als Kritikpunkte wurden einige im Farn „versteckte“ Posten (Posten 93: wer ihn nicht gesucht hat, hat bei mir was gut!) diskutiert. Weiterhin hatte der Bahnleger nicht den optimalen Langdistanz-Charakter getroffen: die Postenabstände waren teilweise sehr einheitlich, die wirklich langen Schläge, die in diesem von Wegen und Schneisen durchfurchten Gelände sicher sehr viele Routenmöglichkeiten geboten hätten, fehlten auf den meisten Bahnen.

Die Bayern konnten mit vier Siegen dennoch sehr gute Leistungen ins Ziel bringen, die bemerkenswerter Weise über alle Altersklassen verteilt waren: vom 8-jährigen Ole Magnus Baath, der die H10 gewann, über Anna Biller, die diesmal auf die D21AL auswich, bis hin zu unseren Senioren Dieter Oechler in der H70 und Georg Reischl in der H80.

(Foto: 2014-09-06\_DMMittel-Ole.jpg)

Ergebnisse BRL Langdistanz, 07.09.2014

D16: 3. Isabel Seeger, SV Beiersdorf (+5:51), 4. Linda Indola, OLG Regensburg (+9:15)

D18: 6. Hannah Kühne, SV Mietraching (+13:41)

D21AL: 1. Anna Biller, SV Mietraching (+0:00)

D45: 5. Milena Grifoni, OLG Regensburg (+10:41)

D55: 6. Irma Schwarzkopf, TV 1894 Coburg-Neuses (+26:11)

D65: 6. Angelika Weid, TV 1894 Coburg-Neuses (+24:07)

H10: 1. Ole Magnus Baath, TSV Jetzendorf (+0:00)

H14: 2. Riccardo Casanova, OLG Regensburg (+0:31)

H16: 3. Quirin Lehner, OLG Regensburg (+6:23), 5. Tobias Spangenberg, OLG Regensburg (+12:41)

H18: 3. Korbinian Lehner, OLG Regensburg (+3:40)

H20: 3. Daniel Janischowsky, OLG Regensburg (+10:30), 5. Wolfram Pohl, TV 1894 Coburg-Neuses (+14:12)

H21E: 4. Teodor Yordanov, OC München (+9:49)

H35: 3. Michael Rödel, TV Coburg-Ketschendorf (+14:29), 6. Peter Weinig, OC München (+22:49)

H50: 5. Veikko Baath, TSV Jetzendorf (+15:36)

H65: 6. Jürgen Schwanitz, OLA TSV Deggendorf (+15:10)

H70: 1. Dieter Oechler, TV 1894 Coburg-Neuses (+0:00), 6. Viktor Jarkov, OLG Regensburg (+17:42)

H75: 4. Rudi Lorenz, OLA TSV Deggendorf (+19:35)

H80: 1. Georg Reischl, TV Osterhofen (+0:00)