

AM RANDE

Radsport vor
10000 Zuschauern

Während der Tour de France steht der Radsport im Fokus, das ist aktuell so und war es ungeachtet aller Dopingkandale - auch vor einem Jahrzehnt. Dass auch die Region das Interesse der Radsport-Freunde auf sich zieht, ist heute dagegen eher schwer vorstellbar. Heute vor zehn Jahren indes war es genau so, in Wetter wurden die deutschen Mountainbike-Meisterschaften ausgetragen. Mit einer Hagenerin weit vorn im Teilnehmerfeld.

So erklang auf dem Harkortberg die Nationalhymne, im Rahmen des Ruhrbike-Festivals wurden die nationalen Titelträger im Cross-Country ermittelt. Und insgesamt 10000 Zuschauer an beiden Festival-Tagen kamen zur Strecke. Sie sahen, dass Heike Hundertmark - damals amtierende deutsche Hochschulmeisterin - bei den Frauen unter Olympia-Starterinnen ganz vorn mitmischte. Am Ende wurde die gebürtige Hagenerin hinter Siegerin Hanka Kupfernagel Sechste. Das Ruhrbike-Festival gab es auch danach noch, 2016 und in diesem Jahr musste es aber komplett ausfallen. Für 2018 hofft man auf ein Comeback, auch wenn deutsche Meister in Wetter nicht mehr ermittelt werden. **Axel Gaiser**

SPRUCH

„Es ist wahnsinnig, wie meine Jungs sich in dieses Spiel gekämpft haben.“

Andreas Wilkes, Trainer von Fußball-B-Kreisligist Blau-Weiß Haspe, nach dem 5:5 des Aufstiegers beim Fritz-Kahl-Turnier in Ilpe gegen das klassenhöhere Team von Türkiyemspor Hagen II. Haspe spielte nach einer Roten Karte in der 30. Minute in Unterzahl, ein verletzter Spieler in der 70. Minute konnte nicht mehr ersetzt werden, man spielte zu neunt zu Ende. Trotzdem schaffte man in der Nachspielzeit noch den Ausgleich.

KOMPAKT

Landesliga-Klubs tagen
bei Meister Finnentrop

Hagen. Der Staffeltag der Fußball-Landesliga 2 - sportliche Heimat des SV Hohenlimburg 10 und in der nächsten Saison auch des SSV Hagen - findet am heutigen Freitag ab 19 Uhr im Vereinsheim des Meisters SG Finnentrop/Bamenohl statt (H&R-Arena am Graf-Wilhelm-Adolf-Platz). Neben Berichten stehen auch Ehrungen auf dem Programm

Hellas/Makedonikos
siegte in Gevelsberg

Hagen. In einem Testspiel bei SV Ararat Gevelsberg gewann Fußball-A-Kreisligist FC Hellas/Makedonikos Hagen mit 4:2 (1:1). Georgios Ntontos (42.) gleich für Hellas/Makedonikos kurz vor der Pause aus, nach dem Wechsel ließen Joanai Saliglou (62.) und Zisis Lontis (72./89.) die Gäste davonziehen.

SERVICE

So erreichen Sie die Lokalsport-Redaktion Hagen:
Tel.: 02331/9174196
02331/9174197
Fax: 02331/9174188
E-Mail:
hagen-sport@westfalenpost.de

Auch am Geburtstag 24 Stunden auf der Strecke

„Millennium Quest“ ist Ziel von Ultraläufer Adrian Rewig. Sieg in Bonn nach 320 Kilometern und 69 Stunden

Von Axel Gaiser

Hagen/Bonn. Der erste Eintrag in der Internet-Suchmaschine zeigt seine Wettkampf-Statistik. Elf Rennen seit 2013 hat Adrian Rewig bestritten, zwei bisher in diesem Jahr. Das klingt nicht viel - bis der Blick auf die zurückgelegte Distanz fällt. 536 Kilometer sind es 2017, denn der 35-jährige Hagener ist Ultramarathon-Läufer. Den letzten Geburtstag etwa verbrachte er auf der Strecke - die kompletten 24 Stunden. „Das war schon speziell“, sagt er, „ich habe rein- und wieder rausgefeiert.“ Der WiBoLT, ein Nonstop-Ultralauf über den kompletten Rheinstieg von Wiesbaden nach Bonn, war sein bisher ambitioniertester Wettkampf. Nach 320 Kilometern - und knapp 70 Stunden - kam der dann 35-Jährige mit drei anderen als Erster ins Ziel. Wobei der Sieg für Rewig gar nicht im Fokus stand: „Die Motivation ist es, zu finishen.“

Die Streckenbeschreibung könnte dem Tourismus-Katalog entnommen sein: Zahlreiche Burgen, Weinplantagen, traumhafte Aussichten auf den Rhein, dazu die Passage entlang der Loreley, der nächtliche Aufstieg durch die Ruppertsklamm, der Lauf über die Burg Drachenfels. Das reicht für eine anregende Urlaubswoche. Doch Adrian Rewig und die 30 übrigen Ultraläufer hatten weder gemütliche Pensionen mit Halbpension noch Weinverkostung oder Konzertbesuch gebucht. Sie liefen, über 11 700 Höhenmeter in den Mittelgebirgen des Taunus, Westerwalds und des Siebengebirges, zwischendurch mal wieder hinab ans Rheinufer, von einem Mittwochabend um 18 Uhr in Wiesbaden bis Tage später im Ziel auf dem Bonner Marktplatz. In Rewigs Fall war das am Samstag nachmittag, nach genau 69:54 Stunden gemeinsam mit drei Laufkollegen. „Wahnsinn, was wir da geschafft haben“, sagt der Hagener und räumt ein: „Beim Frühstück am Sonntag habe ich auf meinem Lauf-Tracker gesehen, dass andere Läufer immer noch unterwegs waren. Da war es doch schön, schon im Ziel zu sein.“

Nur 30 Minuten „Powernapping“

Denn auch wenn das Durchstehen das große Ziel war, hatte sich das siegreiche Quartett schon ein wenig beeilt. Nach dem ersten Verpflegungspunkt bei Kilometer 16,7 setzte sich der Läufer des Tri-Team Hagen mit Holger Boller, Andy Ehler und etwas später Birger Jüchter an die Spitze des Feldes - und blieb dort die restlichen 300 Kilometer. Eine kurze Schlafpause von eineinhalb Stunden jenseits der Verpflegungs-Stoppes gönnte man sich erst bei km 160. Vor Einbruch der drit-

ten Nacht bei der zweiten Drop-back-Station (km 231) - hier gab es neben Verpflegung auch Wechselkleidung und Duschmöglichkeit - fiel die Ruhephase noch kürzer aus: 30 Minuten „Powernapping“, denn ein Verfolger nahte. Schlafmangel, den Rewig im Endspurt auf den bergigen Etappen des letzten Tages durch Westerwald und Siebengebirge zu spüren bekam. „Teilweise bin ich schlafend gelaufen“, sagt er, „zum Glück ist nichts passiert.“ Auch dank der Gruppe. „Wenn ich alleine gewesen wäre, hätte ich mich vielleicht irgendwo auf eine Bank gelegt“, räumt er ein, „aber so quält man sich durch, weil man die anderen nicht hängen lassen will.“ Lohn war der Sieg, als das Quartett gemeinsam die Ziellinie in Bonn überquerte. „Holger Boller kannte ich schon von der ‚TorTour de Ruhr‘, der ist eigentlich schneller als ich“, sagt Rewig, „aber es lief so gut bei mir, dass es bis ins Ziel gereicht hat.“

„Junut“ über Jurasteig fehlt noch

Das Ankommen beim WiBoLT hat den Angestellten der Stadt Hagen zudem dem Ziel nähergebracht, den „Millennium Quest“ zu schaffen. Eine Auszeichnung für die Langstreckler, die innerhalb von zwei Jahren bei sämtlichen vier in Deutschland ausgetragenen Ultramarathons jenseits der 200 km ins Ziel kommen. Den „Hexenstiege“ über 216 km hat Rewig Anfang Mai schon in 42:34 Stunden hinter sich gebracht. „Das war ziemlich hart, weil ich den Weg suchen musste“, denkt er zurück, „ich hatte noch kein GPS-Gerät und das Kartenmaterial war ungenügend.“ Man hätte der Beschilderung folgen können, doch nachts war die nicht zu erkennen. Bei der flachen „TorTour de Ruhr“ über 230 km von der Quelle in Winterberg bis zur Mündung in den Rhein in Duisburg, Rewigs erstem „Millennium Quest“-Lauf im

„Das war schon speziell. Ich habe rein- und wieder rausgefeiert.“

Adrian Rewig, Ultra-Langläufer, der seinen kompletten 35. Geburtstag beim WiBoLT auf der Strecke verbracht hat.

Mai 2016, war dies noch einfacher.

Nun fehlt noch der „Junut“ (239 km, 7500 Höhenmeter) über den Jurasteig in Bayern im nächsten April für die Wertung. „Dann habe ich den Millennium Quest voll“, hofft Rewig, der im nächsten Jahr auch noch die Teilnahme am „Ultra Trail Mont Blanc“ (UTMB) anstrebt, der offiziellen Trailrunning-Weltmeis-



Entspannt am Rheinufer in Wiesbaden: Gut 69 Stunden später hat Adrian Rewig vom Tri-Team Hagen die 320 Kilometer des Ultralaufs „WiBoLT“ geschafft.

Elf Ultraläufe seit 2013
über 1578 Kilometer

Insgesamt elf Ultraläufe hat **Adrian Rewig** in seiner Liste der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung, dabei legte er insgesamt 1578 Kilometer zurück. Er startete 2013 mit dem Bodefeller Hollenlauf (67 km), es folgten Läufe am Iserlohner Seilersee über 6 bzw. 24 Stunden (60/183 km), TorTour de Ruhr (100 bzw. 230 km), Transgrancanaria (125 km), P-Weg-Lauf in Plettenberg (73 km), Zielonogórski Ultramaraton (103 km), Eiger Ultra Trail (101 km), Hexenstiege (216 km) und WiBoLT (320 km).

terschaft rund um das Montblanc-Massiv durch die französischen, italienischen und schweizer Alpen. 15 Punkte muss er für die Qualifikation sammeln, jeweils sechs gab es für WiBoLT und Hexenstiege, die TorTour de Ruhr indes zählte nicht. Rewig: „Da gibt es keine Punkte, weil sie komplett flach ist.“

Nicht mehr als 160 km pro Woche

Eine gute Woche nach dem WiBoLT ist der Hagener wieder ins Training eingestiegen. „Meine rechte Ferse war wund gelaufen, der Fuß war geschwollen“, erklärt er die Pause, „aber Muskelkater hatte ich nach 320 Kilometern nicht.“ Von



Gemeinsam mit Holger Boller, Andy Ehler und Birger Jüchter kam Adrian Rewig (rechts) auf dem Bonner Marktplatz ins Ziel des WiBoLT.

seiner Wohnung in Haspe läuft er nach der Arbeit meist entlang der Ruhr-Seen. „Über den Tücking ist man ja schnell da“, sagt Rewig, „und wenn ich Hügeliges brauche, laufe ich die Mountainbike-Tracks im Stadtwald.“ Wobei er Trainings-Umfänge von 160 km pro Woche nicht überschreitet. „Das Training ist periodisiert, nach zwei Belastungswochen kommt eine Ruhe-Woche.“ Der Montag ist ohnehin Ruhetag, sonst geht er täglich auf die Strecke. Und baut heimische Volksläufe gern ins Übungsprogramm ein. Beim Concordia-Volkslauf lief er den Halbmarathon, bei Herdecker Nikolauslauf oder Silvesterlauf ist Re-

wig auch gern, wenn es zeitlich passt.

Der Fokus des Ausdauer-Athleten, der auch schon bei zwei Ironman-Triathlons ins Ziel kam, indes gilt den Ultra-Distanzen. Beim WiBoLT hätte er es auch noch länger haben können, erstmals wurde eine „Extended Version“ über 550 Kilometer angeboten. Es kamen aber nur zwei von 22 Startern ins Ziel - nach 135 Stunden. „Ganz schön verrückt bei dem Profil und der Hitze“, sagt Rewig, er und seine Kollegen hätten unisono gesagt, das machen wir nicht. „Aber wer weiß, bei Ultraläufern gibt es nach oben keine Grenze.“

U8-Minis von
Halden 2000
unbezwingbar

Ungeschlagen sicherte sich das U8-Kleinfeldteam des TC Halden 2000 die Tennis-Kreismeisterschaft und spielt nun um den Bezirkstitel. Henri Sarnes, Noah Wiecha, Maja Abraham, Luca Wiecha, Phil Lebeus, Laura Galisteo Materlik (von links) und Tom Bauernfeind (fehlt) siegten in den Tennis-Duellen und den für ihre Altersklasse erforderlichen Geschicklichkeits-Staffeln.

B-Kreisligisten überraschen

Kahl-Turnier: Vorhalle siegt, BW Haspe spielt 5:5

Hagen. Zwei Fußball-B-Kreisligisten überraschten bei der Qualifikationsrunde des Fritz-Kahl-Gedächtnisturniers von Fichte Hagen. Vorhalle 09 bezwang Hagen 11 II mit 3:1, Blau-Weiß Haspe trotzte Türkiyemspor Hagen ein 5:5-Remis ab. Heute spielen an der Wörthstraße: Hagen 11 II - Türkiyemspor Hagen II (17 Uhr), Vorhalle 09 - BW Haspe (18.45 Uhr), Fichte Hagen II - Conc. Hagen (20.30 Uhr).

BW Haspe - Türkiyemspor Hagen II 5:5 (3:1). Zehn Tore und zwei Rote Karten (Haspes Betzi Polner und Türkiyemspor-Spieler Erhan Duran) brachte der Auftakt von Qualifika-

tionsgruppe 2. Marcel Wolpert (18.), Thomas Kupka (41.), Rejhan Zijadic (44.), Simon Jonas (80.) und Sascha Schröder in der Nachspielzeit trafen für die Hasper, Enis Demir (27./71.), Ercan Buluman (47./73.) und Fevzi Korkmaz (90.) für das durch sechs Spieler aus dem Bezirksliga-Kader verstärkte Türkiyemspor-Team.

Vorhalle 09 - Hagen 11 II 3:1 (1:0). „Vorhalle hat richtig stark gespielt“, hob Fichte-Klubchef Rupert Freytag hervor. Domenico Restieri (39.), Alexander Bode (68.) und Martin Prevoo (75.) brachten den B-KLigisten mit 3:0 in Führung, Fabian Pahl (78.) traf per Elfmeter für die Elfer. *aki*