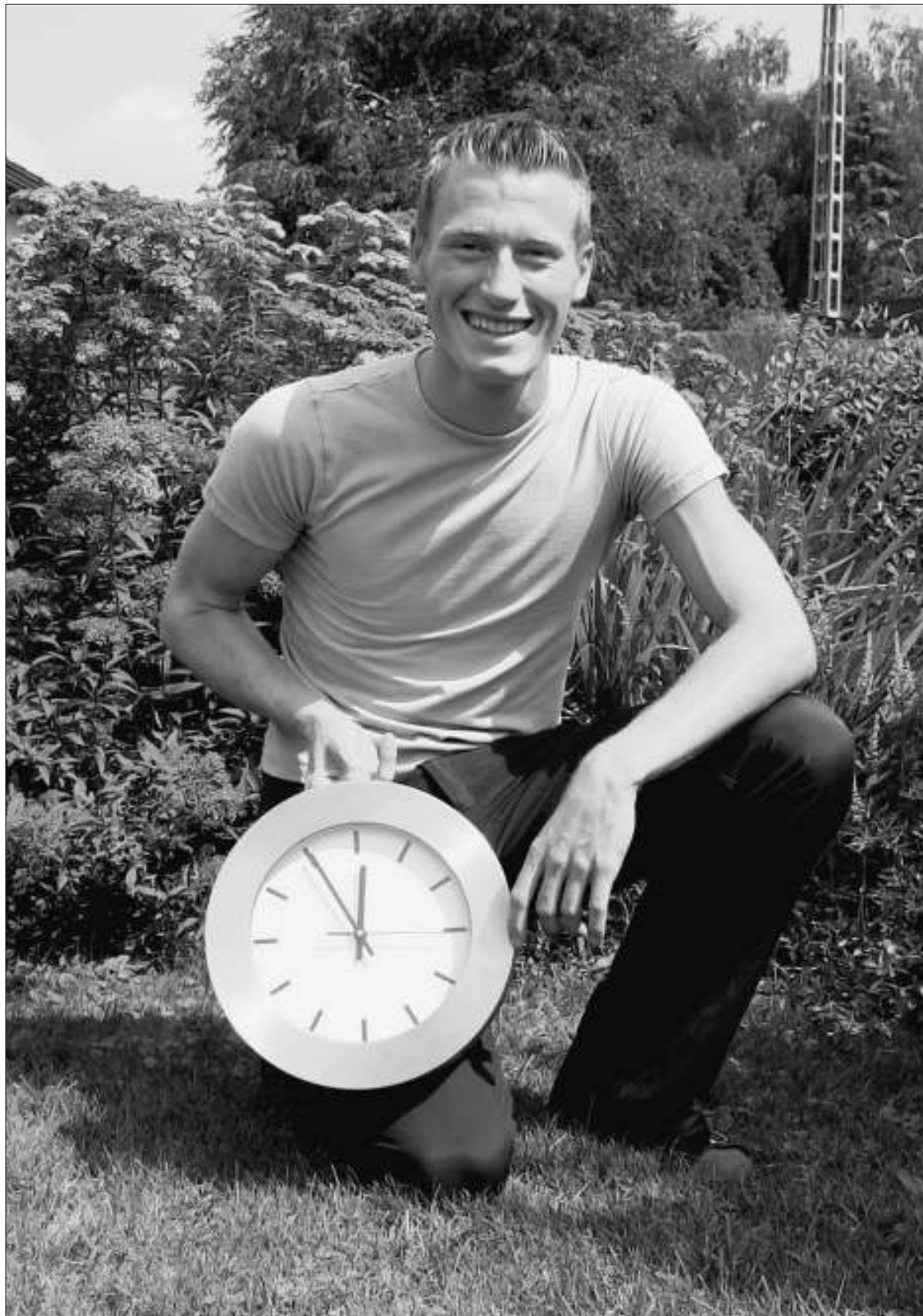


Porträt: 24-Stunden-Läufer Clemens Buchwald



Die Uhr als härtester Gegner: 24-Stunden-Läufer Clemens Buchwald.

Foto: Susi Donner

„Man geht an seine Grenzen“

LINDAU - Es ist ein Kampf gegen die Zeit, gegen sich selbst und vor allem auch gegen das Wetter. In 24 Stunden kann man alles mitmachen: Sengende Mittagshitze, Hagel, Sturm, nachts nur noch 2-3 °C – das zehrt gewaltig an den Kräften. Blasen an den angeschwollenen Füßen, abgelaufene Fußnägel, wunde Stellen am ganzen Körper – so sieht Clemens Buchwald, 24 Stunden-Läufer, am Ende eines Laufs aus – und glücklich.

Von unserer Mitarbeiterin
Susi Donner

Der 22-jährige Oberfeldwebel Clemens Buchwald aus Achberg ist 24-Stunden-Läufer, auch Ultramarathon-Läufer genannt. Seit 2002 erst, aber er konnte schon beachtliche Erfolge erzielen. Am 22. und 23. Mai dieses Jahres wurde er Juniorenmeister bei der Deutschen Meisterschaft des DUV (Deutsche Ultramarathon-Vereinigung) in Hamburg. Mit 140,871 Kilometern erlief er sich den begehrten Platz auf dem Siebertreppchen.

Die Motivation zum Laufen bekam er durch seinen Vater, der selbst Langstreckenläufer ist. Der schleppte ihn vor zwei Jahren einfach mal zu einem Ultramarathon. In Endingen absolvierte Clemens Buchwald 2002 seinen ersten 50-Kilometer-Lauf, erreichte sofort den ersten Platz in seiner Altersklasse. Und hatte Blut geleckt: „Wer einmal Langstrecke läuft, will das immer wieder tun.“

Ultramarathon geht in der Regel so weit die Füße in 24 Stunden tragen, immer im Kreis. Das Ziel? Ankommen. Durchhalten. Seinen Körper nicht überlasten sonst gibt es üble Krämpfe. Eine gewisse Schmerzempfindlichkeit sei gefragt. Der Nervenkitzel: „Man geht an seine Grenzen. Der Kampf gegen sich selber ist der härteste Kampf und man freut sich, wenn noch was drauf kommt, wie zum Beispiel ein kleiner Hagelsturm. 24-Stunden-Lauf ist Abenteuer“ schwärmt Buchwald. Und ein Märtyrium. Tausend Hochs und Tiefs, durch die man sich während des Laufs durchquält:

„Es ist eine Schur, klar!“ Und trotzdem tut man sich das an? „Ja! Und noch mal: Ja!“ Und das sagt Clemens mit leuchtenden Augen, beginnt verträumt von seinem Sahara-Lauf in Rsad/Südalgerien im Februar 2003 zu erzählen, von den Gefahren und Strapazen, denen er dort ausgesetzt war. „Das war wirklich cool. Die Beine schwellen dir beim Lauf auf ein Maximum an, du kämpfst mit Sandstürmen und du bist streckenweise völlig allein!“ Cool, ja, tatsächlich... „Blasen gibt es immer – was kümmern mich Kleinigkeiten? Die Orientierung verlor, weil die Begrenzungen mit Sand verweht sind? Einfach mit dem Kompass immer Richtung Südwesten laufen. Für den Fall, dass man sich verirrt hat trägt man ja Notwasser im Rucksack mit.“ Verpflegung, Kleidung, alles muss der Läufer dabei haben – in der Sahara außerdem das Schlangenbiss-Set und zusätzliche 1,5 Liter Notwasser – insgesamt über 10 Kilo Gepäck. „Kilometer 42 ging durch ein Dorf. Dort standen Einheimische am Straßenrand. Sie jubelten uns zu und feierten uns – mir standen die Tränen in den Augen. Es war der Wahnsinn!“

Anfeuerung von der Mama

Ja, der Wahnsinn... Unglaublich allein die Vorstellung 24 Stunden zu laufen, freiwillig und mit Freude! Aber: „Laufen macht glücklich und gelassen!“ erklärt Buchwald fröhlich. Man glaubt ihm und möchte selbst am liebsten seine Lafschuhe schnüren und loslaufen. Das Ende seines Sahara-Laufs wurde durch eine Muskelverletzung herbeigeführt. „Bei Kilometer 110, nach 21,5 Stunden.“ Die Betreuung eines Ultramarathonläufers sei das Wichtigste. Die übernimmt für Clemens und seinen Vater Mama Kerstin. „24 Stunden lang ist sie für uns da! Sie baut uns auf, tröstet, feuert uns an. Ganz nach Bedarf. Sie harrt 24 Stunden an einer Stelle aus – das finde ich schlimmer, als 24 Stunden zu laufen!“ Er trainiert täglich: Ein Tag laufen, ein Tag schwimmen. Am Wochenende gibt's dann eine größere Trainingseinheit. Sein persönliches Ziel? „Die 200 Kilometer in 24 Stunden möchte ich gern knacken!“

Golf

UBS Trophy beim GC Weißenberg Herren
Nettowertung Hcp Pro bis 20,0: 1. Tobias Wolf HCP 18,3/24, Netto 20. Tee, 189 Meter; 2. Gerry Sittner 17,8/23/20. Tee; 3. Johann Rohrer (alle Weißenberg) 10,3/14/19. Tee, 315 Meter.

Nettowertung Hcp 20,1 bis PR: 1. Thomas Glesti (ASGI) 33,4/36/19. Tee, 302 Meter; 2. Christine Österle 27,8/37/19. Tee, 281 Meter; 3. Evelyn Schlögel (beide Weißenberg) 26,9/36/19. Tee, 182 Meter.

Nearest-to-the-Pin Loch 8:

1. Anja Böhmer (Weißenberg) 15,7/22/0 Meter - „hole in one“

Nearest-to-the-Pin Loch 11

1. Erwin Wanner (Weißenberg) 14,4/19/3,80 Meter



Hole-in-One

Nicht nur Glück, sondern auch Können gehört dazu, um den Ball mit einem Schlag direkt vom Tee ins Loch zu schlagen. Die Chancen stehen 1:33 000. Im Schnitt müssen 1833 Runden Golf absolviert werden, um dieses Kunststück zu schaffen. Anja Böhmer, Mitglied des Vorstands des GC Weißenberg, wählte am vergangenen Sonntag ein Eisen 9 und schlug ab. „Der Ball ist drin!“, riefen die Mitspieler. „Dies muss ich erst sehen“, antwortete Anja Böhmer. Und tatsächlich: Als die vier Spieler über die Brücke zu Grün 8 kamen, bestätigten sich die Vorhersagen, – ein Ass! Und damit Anja auch den an diesem Loch ausgeschrieben Wettbewerb „Nearest to the Pin“ gewonnen. Unser Bild zeigt Christoph E. Wornn vom Sponsor und Anja Böhmer. lz/Foto: privat

Fußball

WFV-Bezirkspokal, Ergebnisse 1. Runde

TSV Eris Kirch I - TSG Lindau-Zech I 3:5, SV Blitzenreute II - SG Wilhelmsdorf/Riedhausen 1:0, SV Weingarten II - SV Tannau 1:3, SV Dietmanns - SG Aulendorf Fußball 1920 13:2, FV Waldburg II - SV Fronhofen I 1:6, SV Weingarten III - SV Reute II 7:9, TSV Oberreitnau II - SG Argental I 8:7, TSV Neukirch - TSV Meckenbeuren I 3:2, TSV Hergensweiler - TSG Ailingen I 2:3, SC Schnetzenhausen - SpVgg Lindau I 3:4, TSV Eschach I - SV Kressbronn I 2:1, SV Zussdorf - SV Kehlen I 5:4, HSK Croatia Friedrichshafen - TSV Fischbach-Friedrichshafen I Heimmannschaft nicht angetreten, TSV Eris Kirch II - SV Amtzell II 0:1, TSV Ellhofen - TSV Röhrenbach II 1:7, FC Scheidegg - TSV Ratzenried I 2:1, SG Friesenhofen - ASV Wangen I 3:1, SV Maierhöfen-Grünenbach I - FC Wangen II 4:2, TSG Bad Wurzach II - SV Immennied 3:0, SV Deuchelried - TSV Ratzenried II 2:4, TSV Stiefenhofen - SV Neuravensburg II 4:5, SV Hauerz - SV Herlazhofen I 2:1, TSV Wohlbrechts I - TSG Rohrdorf I 2:3, FV Bad Waldsee - SC Unterzell-Reichenhofen 1:2, Kleinhaslach SC I - TSV Röhrenbach I 1:3, TSV Opfenbach - SV Gebrazhofen 9:0, FC Leutkirch II - SV Arnach 5:7, SV Beuren/Isny - FC Leutkirch I 1:0, SV Eglöfs - FC Lindenberg I 1:6, TSV Wuchzenhofen - SV Aichtetten I 2:6, SV Maierhöfen-Grünenbach II - SV Neuravensburg I 3:2, SV Karsee - SV Edelweiß Waltershofen 1:4, SG Kiblegg II - FV Moltperthaus 4:2, TSV Bodnegg - SV Halsach 1:5, SV Weißenau II - SG Baienfurt I 1:5, FC Kosova Weingarten - SV Weißenau I 1:3, SV Alttann - SV Reute I 0:3, FV Bad Waldsee II - FV Waldburg I Heimmannschaft nicht angetreten, SG Baienfurt II - SV Oberzell II 3:0, SV Bergatreute II - SV Haisterkirch I 0:6, SV Wolfegg I - SV Amtzell I 0:1, TSV Berg I - SV Bergatreute I 4:1, SV Horgenzell - TSG Bad Wurzach I 1:6, SV Ankenreute I - SV Fronhofen II 4:2, SV Wolpertswende - FC Vogt I 1:4, SC Michelwangen - SV Mochenwangen II 0:1, SV Blitzenreute I - SV Baidt 5:2, SV Haisterkirch II - SV Vogt II 4:2, TSV Grünkraut - FC Dostluk Friedrichshafen I 2:7, VfL Brochenzell I - TSV Hege-Wasserburg 5:3, FV Langenargen II - TSG Lindau-Zech II 0:3, SV Schmalegg - SV Oberteuringen 0:5, TSV Fischbach-Friedrichshafen II - SC Tettang-Bürgermoos 2:5, Spfr. Friedrichshafen - SV Kehlen II 0:2, SV Ettenkirch - FC Friedrichshafen 3:2, SV Nonnenhorn - TSV Hege-Wasserburg II 7:2, TSV Schlachters I - SV Achberg 1:3, TSV Heimenkirch I - TSV Oberreitnau I 2:3.

2. Runde, Mittwoch, 18. August, 18.30 Uhr: u. a. TSG Zech II - VfL Brochenzell I, TSV Oberreitnau II - TSV Neukirch, TSG Ailingen I - SpVgg Lindau I, SV Kehlen II - SV Ettenkirch, SV Nonnenhorn - SV Achberg, TSV Fischbach I - TSG Lindau-Zech I - **Donnerstag, 19. August, 18.30 Uhr:** TSV Röhrenbach II - SG Kiblegg I, TSV Oberreitnau I - TSV Tettang I.

Leichtathletik

Julian Krause überrascht

LINDAU (Iz) - Julian Krause vom TSV 1850 Lindau ist Allgäuer Rekord im Fünfkampf bei den Bayerischen Mehrkampfmeisterschaften gelaufen. Bei großer Hitze hatten sich bei der männlichen Jugend B (Jahrgang '87/'88) 27 Athleten für den Start qualifiziert.

Julian Krause bestritt dort seinen erst zweiten Zehnkampf. Die langen Gesichter nach den 100m in nur 12,00 Sekunden hellten sich auch nach dem Weitsprung mit 5,93 Metern nicht auf. Doch nach neuer persönlicher Bestleistung von 13,68 Metern im Kugelstoßen schnellte Julian Krause auf den 4. Zwischenrang nach vorne. Es folgte ein Hochsprungbewerb, der dann am Ende völlig überraschend doch noch mit neuer Bestleistung von 1,76 Meter endete. Auch der abschließende 400m-Lauf mit 54,19 Sekunden war nochmals persönliche Bestleistung. Mit tollen 3152 Punkten stellte Julian Krause damit einen neuen Allgäuer Fünfkampfrekord auf und landete damit in der Bayerischen Meisterschaftswertung auf dem völlig unerwarteten 5. Platz am ersten Tag. Nur 18 Punkte fehlen zur Bronzemedaille, was nur 7 Hundertstel Sekunden schneller über 100m erbracht hätte.

Den Schwung vom ersten Tag konnte dann Julian Krause nicht mit in den zweiten Tag des Zehnkampfes nehmen. 16,22 Sekunden über die 110m Hürden, 32,35 Meter im Diskus waren durchschnittliche Leistungen. Drei Stunden Stabhochspringen in sengender Sonne erbrachten am Ende mit 3,00 Meter neue persönlich Bestleistung. Nach 37 Metern im Speerwurf lag er vor dem abschließenden 1500m-Lauf an 7. Stelle. Das gesamte Feld bummelte dann in der Hitze doch erheblich und so blieben fast alle Zeiten weit hinter den Erwartungen, so bei Julian Krause mit 5:19 Minuten zurück. Platz 7 mit 5575 Punkten im Zehnkampf bedeutet neue persönlicher Bestleistung und ist absolut als Erfolg anzusehen.

Schwimmen

Mädels sagen Sayonara

LINDAU (Iz) - Am Sonntag hieß es Abschied nehmen aus Lindau für vier jugendliche Japanerinnen, ihrer Gruppenleiterin und ihrer Dolmetscherin, die seit fast drei Wochen im Rahmen des deutsch-japanischen Simultanaustausches in Lindauer Gastfamilien wohnen.

Insgesamt sind in Deutschland zur Zeit fast 120 Jugendliche zu Gast, die in verschiedenen Regionalprogrammen Erfahrungen der fremden Kultur sammeln. Für die Lindauer Gruppe ist die Bayerische Schwimmjugend der Regionalpartner. Die Vorsitzende Sandra Albrecht und der Überfachliche Sachbearbeiter Benedikt Beck hatten im Vorfeld ein buntes Programm für die sechs „Mädels“ zusammengestellt, das keinerlei Langeweile aufkommen ließ. Dank der tatkräftigen Unterstützung der Gastfamilien, des TSV 1850 Lindau, der Stadt Lindau und einer großen Vielzahl anderer Unterstützer konnte der Gruppe ein eindrucksvolles

Programm geboten werden, in dem vor allem die Vielfalt der Region genutzt wurde.

Das Jahresthema des Austausch „21. Jahrhundert: Was können wir tun? Engagement Jugendlicher – Mitbestimmung, Mitgestaltung, Mitverantwortung“ stand dabei oft im Vordergrund, wobei vor allem der Schulbesuch in der Berufsschule und im VHG (jeweils inklusive der Schulfeste), das Kinderfest und die eigene Durchführung eines Rahmenprogrammes für Kinder bei einem Schwimmwettbewerb ein aktives Erleben des Themas bedeuteten. Von der Vielfältigkeit des Programms konnte sich auch die fünfköpfige deutsch-japanische Leitungsdelegation des gesamten Austausches überzeugen, die für vier Tage die Lindauer Gruppe besuchte.

Am Sonntag sagten die Besucher aus Fernost „Sayonara“ und freuen sich im nächsten Jahr auf den Gegenbesuch der deutschen Partner in Japan.



Die Gäste aus Japan hatten sichtlich Spaß bei ihrem Besuch in Lindau. Unser Bild zeigt Claudia (Dolmetscherin), Yoko (Gruppenleiterin), Mirko Bandlow (DSV-Jugend), Sandra Albrecht (BSV-Jugend); vorne: Seiko, Ayako, Maki, Kaoru. Foto: privat



15 Schwimmerinnen und Schwimmer wagten den Start über die sechs Kilometer lange Strecke von Bregenz nach Lindau. Foto: privat

In 1:48 Stunden durch den See

LINDAU (Iz) - In den frühen Morgenstunden des Samstags sind 15 Schwimmer des TSV Lindau auf die sechs Kilometer lange Strecke von Bregenz nach Lindau gegangen. Am Lindauer Segelhafen schlug Thomas Röhl vor Tobias Hotz als Erster an.

Der Start erfolgte an der Hafennole in Bregenz bereits um 6.45 Uhr. Gleich vom Start an wurden vom Trainer-Team Wilfried Fuchs und Peter Hämerle drei Gruppen gebildet, die von den sieben Begleitbooten sicher begleitet und betreut wurden. Ein sehr großes Problem war für alle Schwimmer der Seitenwind, der die Strecke auf zirka sieben Kilometer verlängerte und der Wellengang, der die Orientierung erschwerte.

Bereits von Beginn an schwammen die „Startschwimmer“ mit Thomas Röhl, Tobias Hotz, Christian Steib, Michael Ziegler und Michael Dlugosch kräftig los und ließen den Abstand zur zweiten und dritten Gruppe immer größer werden. Doch auch ihr Feld wurde immer größer, so dass Thomas Röhl in der Zeit von 1:48 Stunden, zehn Minuten vor Tobias Hotz, anschluss.

Das „Mittelfeld“ bestand aus Daniela Kalkbrenner, Sandra Neugebauer, Fabian Gielen und Marco Koenen. Beim Zielanschlag an der Molentreppe hatte Fabian Gielen um 2:17 Stunden die Nase um vier Minuten vorn, die zwei zeitgleichen Mädchen erreichten das Ufer mit zwei Stunden und 40 Minuten. In der dritten Gruppe starteten neben Hans Sterker auch die „Kleinen“. Julia Gregg, Angela Aigner, Sandra Niedermeier, Patrick Dlugosch und Tizian Erckens versuchten unter ständig wechselnden Führungspositionen möglichst schnell ihr Ziel zu erreichen. In der Zeit von 2:48 Stunden wurde das „Dreierteam“ mit Sandra, Patrick und Tizian Sieger.

Alle Schwimmer wurden von den Eltern und Vereinsangehörigen empfangen und jubelt. Bei der anschließenden Siegerehrung mit kräftiger Stärkung im Strandbad Eichwald Restaurant dankte der Abteilungsleiter Wilfried Fuchs allen Bootsführern, Helfern und Mitstreitern für die Unterstützung zum Gelingen dieser Veranstaltung, insbesondere auch für die unbürokratische Zusammenarbeit mit der Feuerwehr und dem THW. Gleichzeitig dankte er auch den Aktiven für die tollen erbrachten Leistungen.