



Feldberg-Plateau im Taunus
Foto: taunus.pics

1. Cross Fondo - TaunusTripleBergSprint

ARQUE-Benefizlauf

Text: Gabriele Bayer

Mit unermüdlichem Engagement ist Michael Lederer mit der Ausdauer eines Mittel- und Langstrecken-Läufers, die ihn in seinen jungen Jahren zu Weltspitzen-Laufleistungen geführt hatte – Staffel-Weltrekordläufer über 4 x 1500 Meter – für „seine Sache“ organisatorisch im Einsatz. Seit nunmehr 30 Jahren sammelt er Spendengelder zugunsten der Arbeitsgemeinschaft für Querschnittgelähmte mit Spina bifida / Rhein-Main-Nahe e.V. (ARQUE) in Mainz. Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit angeborener Querschnittlähmung werden mit den Erlösen von Sport-Ereignissen unterstützt. Ein Sohn von Michael Lederer hat eine angeborene Quer-

schnittlähmung und dieser Einschnitt im Leben für die Familie Lederer war seinerzeit der Beginn des Engagements für ARQUE und die Mitarbeit im Vereinsvorstand.

Entwicklung des neuen BergSprints

Ein Höhepunkt im wahrsten Sinne des Wortes der ARQUE-Benefiz-Läufe eines jeden Jahres war bis im Juni letzten Jahres der SkyRun MesseTurm Frankfurt, zum zwölften Mal in Folge. Der Schauplatz von Europas höchstem Treppenhaus-Lauf in einem Bürogebäude mit der Einmaligkeit von Spitzen- und Breitensport zugunsten einer guten Sache, zuletzt mit über 1.000 Teilnehmern. Durch eine aktuelle größere

Baumaßnahme im MesseTurm kam für dieses Jahr die Absage des Managements. Um ein ähnliches vertikales Laufformat für Einzelläufer, Firmenläufer, Feuerwehren und ein Angebot für Kinder anzubieten, hat sich Michael Lederer für dieses Jahr etwas Neues einfallen lassen. Mit viel Kreativität hat er ein Laufformat entwickelt, den BergSprint auf den höchsten Gipfel des Taunus, den großen Feldberg (880 m), den Hausberg der Metropolregion FrankfurtRheinMain.

Der „CrossFondo – TaunusTripleBergSprint“ hatte nun am 23. Juni 2019 bei bestem Sommerwetter seine Premiere. Cheforganisator Michael Lederer hatte keine Mühen gescheut und mit viel persön-



BergSprint-Sieger Michael Geissler (242) vom ASC Darmstadt

Foto: Carlo Ackermann

Gut zu wissen!

In der ARQUE haben sich seit 1979 etwa 600 Eltern querschnittgelähmter Kinder und Jugendlicher sowie Jugendliche und Erwachsene, die von einer Querschnittlähmung betroffen sind, zur gegenseitigen Hilfe zusammengeschlossen.

lichem Einsatz Werbung für dieses neue Laufereignis betrieben. Am Ende waren es dann knapp 170 Anmeldungen aus allen Leistungsbereichen und der Organisator war damit nicht unzufrieden, hätte sich aber auch über größere Resonanz gefreut. Auf die Teilnehmer wartete ein interessanter Laufparcours mit unterschiedlichen Zeitfenstern. Die Sprint-Strecke 1.249 Meter, 16 % Steigung mit 170 Höhenmetern auf der legendären Nordbahn-Skitrasse, liefen die Einzelläufer im jeweils 10-Sekunden-Abstand hinauf zum Feldbergplateau, das Ganze zweimal unterbrochen mit jeweiliger 90 Minuten-Regenerations-Pause. Die größeren Leistungsunterschiede machten deutlich, dass hier die Freude an der besonderen Herausforderung vorangestellt war. Für Abwechslung der drei Sprintläufe sorgte zudem die umgekehrte Startfolge nach den jeweiligen Zieleinläufen.

Läuferische Bergerfahrungen für Spitze und Breite

Als Erster beendete Michel Geissler, M20, ASC Darmstadt, die drei Sprintläufe in 22:03,70 Minuten (7:24,70/7:18,52/7:20,46), 30 Sekunden dahinter folgte Jannik Trunk, M20, SSC Hanau-Rodenbach, in 22:32,09 Minuten und kurz danach als Dritter, der Trepplaufspezialist Pierre Marchal, M30, TRG-Köln, in 22:54,61 Minuten. Als



Erster in der Altersklasse M80: Bernd Zürn, BUND Flörsheim

Foto: Carlo Ackermann

Vierte im Gesamteinlauf kam die erste Läuferin ins Ziel, die 20-jährige Lisa Oed, SSC Hanau-Rodenbach, in 23:06,06 Minuten (7:43,81/7:43,66/7:38,57). Die Pausen zwischen den Sprints nutzte Lisa dann noch mit weiteren Bergsprints als Trainingsvorbereitungen für die Berglauf-Europameisterschaften 2019 in Zermatt, zwei Wochen später. Mit 27:50,33 Minuten folgte auf Rang zwei der Frauenwertung Sylvie Müller, ASC Darmstadt. Die Läuferinnen und Läufer in den Seniorenklassen zeigten ebenso ihre Leistungsfähigkeiten bis hin zum Ersten in der M 80, Bernd Zürn aus Flörsheim, in 39:36,1 Minuten.

Teamwertungen in Fünfer-/Dreier-Gruppen bereicherten das Laufangebot. Firmengruppen, Rettungsteams und Feuerwehren in Einsatzrüstung nahmen die Herausforderungen auf sich. Wobei die Teams der Feuerwehren und der Rettungsdienste damit gleichzeitige Übungseinsätze absolvieren konnten. Eine nicht unerhebliche körperliche Anstrengung. Kinderstafeln in Fünfer-Teams hatten ihr Lauferlebnis auf kürzerer Strecke und mit weniger Höhenmetern zu absolvieren.

Spendengelder zugunsten der ARQUE e.V.

Das Organisationsteam um Michael Lederer hatte diesem BergSprint zugunsten von ARQUE einen sehr ansprechenden Rahmen gegeben. Die aufwendigen Siegerehrungen waren schließlich die Belohnungen für die Teilnahme an der für viele nicht leicht gewesenen Bergerfahrung. Der Hintergrund einer Benefiz-Veranstaltung war nicht zu übersehen. Eine entspannte und kommunikative Atmosphäre herrschte unter Teilnehmern und Helfern. Die Erlöse aus Startgeldern und weiteren Spenden, sowie von Unternehmen aus der Region kommen ARQUE zugute, für soziale Unterstützungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die selbst nicht laufen können. Dazu kam ein weiterer Höhepunkt, als Endrit Çela von der Shareholder Management AG



Staffelläuferin mit Freude dabei

(Frankfurt am Main) im Namen der Share Value Stiftung einen Scheck über 10.000 € auf dem Taunusgipfel überreichte.

Die Überlegungen zur Fortführung des neuen Taunus-BergSprints werden Organisator Michael Lederer die nächste Zeit in Anspruch nehmen. SkyRun Messeturm Frankfurt und/oder CrossFondo – Taunus-TripleBergSprint, die Entwicklungen der Möglichkeiten werden es zeigen. Im lauffreundlichen Umfeld der Metropolregion FrankfurtRheinMain könnte der BergSprint zur Ergänzung und Auffrischung der Berglaufszene beitragen.

Zunächst aber steht für die Läufer der nächste Benefizlauf bevor, der 12. ARQUE – Wuzzelauf der TSG Altenhain Bad Soden am Taunus am 8. September 2019. Eine Woche zuvor schwingt sich dann Cheforganisator Michael Lederer bei der Charity-Radtour ARQUE-Regionalpark-CrossFondo am 1. September 2019 selbst für 12 Stunden aufs Bike über 190 km auf der Original-Regionalparkrundroute – am Stück (mit zwei Pausen) im 20er-Schnitt. Dabei waren im Vorjahr die traditionellen Biker über eine Stunde schneller auf dem Rundkurs unterwegs als die „Stromer“. Zustiegemöglichkeiten sind minutengenau ausgearbeitet, sodass sich jeder selbst seine persönliche Streckenlänge zusammenstellen kann. Die Route lässt sich aus dem Internet herunterladen. Wer dann noch in die ARQUE-BIKE-Double-Wertung kommen möchte, der schließt sich Michael Lederer am 10. November bei der 32. ARQUE-BIKE-Tour an.



Teams der Feuerwehren in schwerer Ausrüstung

Fotos: Carlo Ackermann



Dritter im BergSprint (169), Pierre Marchal, TRG-Köln, im Wettkampf mit Siegerin Lisa Oed (215), SSC Hanau-Rodenbach



Siegerehrung mit Organisator Michael Lederer (li)