

IN KÜRZE

FUSSBALL

Kreisfachverband wertet die Saison aus

HALBERSTADT/MZ - Der Kreisfachverband Fußball Harz veranstaltet in der nächsten Woche erstmals einen gemeinsamen Staffeltag für die Mannschaften der Harzoberliga und der beiden Harzligen. Die Mannschaften treffen sich am Mittwoch, 8. Juli, um 18 Uhr im Aus- und Weiterbildungszentrum Halberstadt im Hohen Weg 12b. Einen Tag später wertet der KfV die vergangene Saison mit den Mannschaftenverantwortlichen der Harzklassen aus. Die große Fußballkonferenz ist vor der Saisonöffnung am 6. August im Gästehaus Spiegelsberge geplant.

FUSSBALL

G-Junioren spielen erst im September

HALBERSTADT/MZ - Der Kreisfachverband Fußball hat die Endrunde der G-Junioren abgesagt. „Wir sehen es als unverantwortlich an, bei Temperaturen von über 30 Grad mit den Kleinen ein Turnier zu bestreiten. Wir bitten um Verständnis für diese Entscheidung, aber die Gesundheit der Kinder muss hier im Vordergrund stehen“, teilte der Chef des Jugend-Ausschusses, Thomas Hase, mit. Das Turnier soll im September mit den Mannschaften dieser Saison nachgeholt werden.

FUSSBALL

Timmenröderinnen ziehen ein Freilos

TIMMENRODE/MZ - Die Timmenröder Frauen haben als Kreispokalsieger der Fußballerinnen in der 1. Runde des Landespokals ein Freilos gezogen. Der MSV Wernigerode spielt am 23. August beim Möringer SV.

ZAHLENSPIEGEL

TRIATHLON

Sportify der Harzer Gymnasien Klasse 10/11 Jungen: 1. Quedlinburg (10 Punkte), 2. Ballenstedt (8), 3. Martineum Halberstadt (7), 4. Käthe-Kollwitz Halberstadt (6), 5. Ballenstedt II, 6. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 7. Thale (5), 8. Wernigerode (4), 9. Osterwieck (2), 10. Osterwieck II;

Klasse 10/11 Mädchen: 1. Wernigerode (10), 2. Quedlinburg (8), 3. Käthe-Kollwitz Halberstadt (7), 4. Martineum Halberstadt (6), 5. Wernigerode II, 6. Ballenstedt (5), 7. Thale (4), 8. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 9. Ballenstedt II;

Klasse 8/9 Jungen: 1. Käthe-Kollwitz Halberstadt (10), 2. Martineum Halberstadt (8), 3. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 4. Thale (7), 5. Ballenstedt (6), 6. Wernigerode (5), 7. Osterwieck (4), 8. Käthe-Kollwitz Halberstadt, 9. Ballenstedt II;

Klasse 8/9 Mädchen: 1. Wernigerode (10), 2. Martineum Halberstadt (8), 3. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 4. Thale (7), 5. Ballenstedt (6), 6. Wernigerode (5), 7. Osterwieck (4), 8. Käthe-Kollwitz Halberstadt, 9. Ballenstedt II;

Klasse 6/7 Jungen: 1. Käthe-Kollwitz Halberstadt (10), 2. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 3. Martineum Halberstadt (8), 4. Thale (7), 5. Ballenstedt (6), 6. Wernigerode (5), 7. Osterwieck (4), 8. Ballenstedt II, 9. Quedlinburg (3);

Klasse 6/7 Mädchen: 1. Thale (10), 2. Quedlinburg (8), 3. Käthe-Kollwitz Halberstadt (7), 4. Ballenstedt (6), 5. Ballenstedt II, 6. Käthe-Kollwitz Halberstadt II, 7. Osterwieck (5), 8. Wernigerode (4), 9. Martineum Halberstadt (3);

Gesamtwertung:
1. Käthe-Kollwitz Gymnasium Halberstadt 46
2. Gymnasium Martineum Halberstadt 40
3. Waltersdorff Gymnasium Ballenstedt 39
4. Gerhart-Hauptmann-Gym. Wernigerode 39
5. Europa-Gy. Richard. Weizsäcker Thale 35
6. GütsMuts-Gymnasium Quedlinburg 34
7. Fallstein-Gymnasium Osterwieck 19

ANZEIGE

Mitteldeutsche Zeitung
www.mz-web.de

MZ-Radpartie



Besuchen Sie unsere Galerie
www.mz-radpartie.de



Nach dem abschließenden Marathon kommen Klaus Raymund und Guido Freiherr von Reitzenstein an - sie haben „überlebt“. FOTOS: JENS HOYER/EAGLEIMPRESSIONS.COM

Überlebt

TRIATHLON Der Quedlinburger Klaus Raymund ist ein Jahr nach dem Celtman in Schottland bei der Premiere des Austria eXtreme in Österreich Finisher.

VON DETLEF ANDERS

QUEDLINBURG/MZ - Ein Mann muss tun, was ein Mann tun muss. Ein Haus hat Klaus Raymund schon gebaut, einen Baum auch gepflanzt und mit Ehefrau Jana nun sogar drei Kinder - das jüngste ist gerade drei Monate alt. Doch bei dem 43-jährigen Sportler vom SV Wissenschaft Quedlinburg gibt es da noch etwas anderes, das ihn antreibt. Orientierungsläufe und Adventure-Race wie „The hArz“ sind schon Routine. Nachdem er vor einigen Jahren den ersten Triathlon auf der Iron-Man-Distanz bei Roth mitgemacht hatte, locken ihn nun noch härtere Extreme. Extrem-Triathlons in der wilden Natur, im Gebirge. Nur mit Glück kann man da einen der wenigen begrenzten Startplätze ergattern. Der Norseman ist sein großer Traum, doch die Startplätze sind bei all diesen Rennen limitiert. Nur wenige haben das Losglück auf ihrer Seite. Raymund durfte 2014 beim Celtman in den schottischen Highlands dabei sein. In diesem Jahr hatte er sich auch wieder für mehrere dieser Rennen beworben und nach Absagen doch Glück. Er konnte bei der Premiere des „Austria eXtreme Triathlons“ dabei sein. Hunderte hatten sich beworben, 51 waren am vergangenen Samstag am Start um 4.30 Uhr dabei. Klaus Raymund kam als 25. ins Ziel. Er war einer von 36 Wettkämpfern, die in der vorgegebenen Zeit bis 0 Uhr das Ziel erreichten. „Das Finisher-Shirt war verdient. Wir haben überlebt.“

Nun Tage nach dem Wettkampf ist er im MZ-Gespräch entspannt. Doch was der 43-Jährige erlebt hat, war erneut ein Kampf, der bis an die persönlichen Leistungsgrenzen ging. „Es kam immer noch eins drauf, es war extrem hoch drei.“ Schon im Mai hatte er die jährliche Männertour mit Freunden genutzt, die Strecke zu besichtigen. Er fuhr die Berge ab und entschied sich, die Kurbel der Rennmaschine auf eine so genannte Kompaktkurbel umzurüsten, um mit kleineren Kränzen an der Pedale leichter die Berge hochzukommen. Die letzten vier Kilometer der Laufstrecke zur Südwandhütte des Dachsteins waren wie der Sölk-Pass auf der Radstrecke wegen Schnee noch nicht passierbar. Das Training in den Monaten zuvor war intensiv. Mit Kay Quandt machte er sogar noch das Abenteuerrennen „The hArz“ mit. Nur keine Infektion, das war seine größte Sorge. Bei einer Krankheit wäre das monatelange Training umsonst gewesen. Das Händewaschen nahm „dramatisch“ zu. Doch alles ging gut.

Mit seinem Supporter Guido Freiherr von Reitzenstein ging es zunächst nach Linz zu Raymunds Schwester Daniela Schagerl, die diesmal für seine Frau in die Crew kam. In Graz trafen sie dann den Rest der Crew - den leidenschaftli-



3,8 Kilometer Schwimmen bei 14 Grad in dem Gebirgsfluss Mur: 1:21:12 Stunden brauchte Klaus Raymund dafür.



Fliegender Flaschenwechsel bei Radfahren. Für die 186 Kilometer auf dem Rad brauchte er 8:30 Stunden (rechtes Bild). Am Tag danach konnte der Quedlinburger mit seinen Freunden, Supporter Guido von Reitzenstein, Trainer Jeff Kammerad und seiner Schwester Daniela Schagerl wieder lachen (Bild links).

FOTOS: JENS HOYER/EAGLEIMPRESSIONS.COM

AUSTRIA EXTREME

Von der Mur bis zum Dachstein

Durch den Norseman, Celtman und den Swissman sind die Österreicher überzeugt, dass ihr Land ebensoviel für Extremsportler bietet. Der Austria eXtreme Triathlon ist ein Rennen, das im Süden von Graz startet und über drei Berge in den Norden der Steiermark führt. Das Ziel liegt am Fuße des Dachsteins. Die Strecke umfasst 3,8 Kilometer Schwimmen, 186 Kilometer

Radfahren und den 44-Kilometer-Marathon-Lauf durch das Gebirge. Das Rennen ist eine extreme Herausforderung. Die Teilnehmer werden mit einer atemberaubenden Landschaft belohnt. Im Vordergrund stehen der persönliche Einsatz und das Abenteuer in der spektakulären Kulisse, heißt es.

Mehr im Internet unter www.austria-extreme.de. DAN

chen Fotografen Jens Hoyer und Trainer Jeff Kammerad, die am Ende alle zum Erfolg beitrugen. „An Schlafen war wie immer am Abend davor nicht zu denken. Immer wieder ging ich die Strecke durch.“

Das Schwimmen ist Raymunds schwächste Disziplin, doch alles klappte. Nach 1:21:12 Stunden, neun Minuten schneller als geplant, waren die 3,8 Kilometer - davon 1,6 gegen die Strömung, im 14 Grad kalten Wasser des Gebirgsflusses Mur bewältigt. Das Umziehen mit Krämpfen dauerte zehn Minuten und das heiße Wasserbad für die Füße war wohltuend, bevor es auf die 186 Kilometer mit dem Rad ging. Den ersten Berg ging er zu aggressiv an. Zwar überholte er

einige, doch als die Rampen bei 1 050 Höhenmetern steiler wurden, musste er seine umgebaute Kurbel vorzeitig ausreizen. „Da kam der Mann mit dem Hammer.“ Seine Energie-Gel-Riegel konnte er nicht mehr sehen. Mit Cola, Brötchen und Wurst retten ihn die Freunde über den Berg. Dank des Erfahrungsschatzes seines Trainers sei es ihm gelungen, sich auf den 35 Kilometern bis zum nächsten Berg auszuruhen. Größte Herausforderung wurde der Sölk-Pass. „Die letzten drei Kilometer waren so steil, dass meine kleinste Übersetzung am Fahrrad nicht ausreichte, um diese tretend zu meistern.“ Er vergleicht sie mit der Straße zur Roßtrappe, eben nur viel

länger. Zu den Krämpfen kam noch das Wetter. „Es regnete peitschend Bindfäden, kübelweise wie für eine Sintflut.“ Er musste absteigen und schieben, war aber mit fünf Kilometern je Stunde nicht viel langsamer, als die, die auf dem Rad blieben und sich quälten. Die Temperatur sank bis auf null Grad. Schneereggen wartete am Gipfel. In den 20 Minuten bergab auf der kurvenreichen nassen Straße mit Querrinnen wurde es nichts mit erholen: Er wollte schon pudelnass und unterkühlt schon anhalten, weil sich die Hände beim Bremsen verkrampten. Nach 8:30 Stunden, so lange war er noch nie am Stück auf dem Rad, war er am Wechselpunkt.

Anders war dann die Trekking-Strecke. Mit Jeff Kammerad lief er ab dem Staudamm Sölk bis zur Silberklamm 28 Kilometer mal wieder gemeinsam. „Das gab Moral und Selbstvertrauen.“ Ab dort wurde Raymund auf den letzten 1 000 Höhenmetern von Guido von Reitzenstein begleitet. Nach 17:08 Stunden waren sie glücklich im Ziel und nach dem Duschen gab es noch ein Bier. Kommt nun noch der Norseman? Das ist sein Traum. Doch dazu bräuchte er viel Glück.

Einen Bericht von Klaus Raymund gibt es unter www.ramberg-ol.de. ein Celtman-Video von 2015 unter www.cxtri.com/?p=10119.

AUSZEICHNUNG

Nach den Sternen greifen

Endspurt für beliebten Vereinspreis.

QUEDLINBURG/MZ - Eigentlich wäre schon Schluss gewesen. Doch die Harzer Volksbank hat sich entschlossen, noch mehr Vereinen die Möglichkeit zu geben, sich an der Aktion „Sterne des Sports“ zu beteiligen. Der Bewerbungsschluss wurde bis zum 31. Juli verlängert.

Seit 2004 werden herausragende Projekte in Sportklubs mit den Sternen in Bronze, Silber und Gold gewürdigt. Dafür lobt die Volksbank Preise von 500, 750 und 1 000 Euro aus. Der Preis ist bundesweit einer der renommiertesten für Sportvereine. Der Bundessieger erhält den „Großen Stern des Sports“ in Gold, der mit bis zu 14 000 Euro dotiert ist.

Die MZ beantwortet die wichtigsten Fragen zum Wettbewerb.

Was verbirgt sich hinter „Sterne des Sports“? „Sterne des Sports“ ist eine Initiative des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und des Bundesverbandes der deutschen Volksbanken sowie Raiffeisenbanken (BVR). Sie werden von den Landessportbünden sowie den Kreis- und Stadtverbänden unterstützt.

Wer kann teilnehmen? Teilnehmen können alle Vereine, die unter dem Dach des DOSB organisiert sind, also Mitglieder des Landessportbundes, eines Spitzenverbandes oder eines Sportverbandes mit besonderen Aufgaben.

Welche Projekte können mitmachen? Gesucht werden Vereinsaktivitäten, die einen besonderen sozialen Hintergrund haben. Wie diese aussehen, ist in der Ausschreibung bewusst weit gefasst. Mögliche Schwerpunktthemen für Projekte können sein: Gesundheit und Prävention, Integration, Kinder- und Jugendarbeit, Seniorenarbeit, Familienfreundlichkeit, Gleichstellung, Leistungsmotivation, Ehrenamtsförderung sowie Klima- und Umweltschutz.

Haben kleine Vereine eine Chance? Entscheidend für die Teilnahme ist nicht die Größe des Vereins, sondern die Qualität der eingereichten Maßnahme. Vereine können sich auch mit unterschiedlichen Projekten gleichzeitig bewerben. Und: Solange ein Projekt noch nicht mit dem „Großen Stern des Sports“ in Bronze ausgezeichnet wurde, kann es auch ein zweites Mal zum Wettbewerb eingereicht werden.

Wie und wo bewerbe ich mich als Verein? Die Unterlagen gibt es im Internet auf der Homepage der Harzer Volksbank oder können direkt per E-Mail angefordert werden. Einsendeschluss ist der 31. Juli.

Bewerbungsunterlagen können per E-Mail angefordert werden unter: daniel.doerfler@harzer-volksbank.de

SPORTFÖRDERUNG

Arbeit soll Früchte tragen

MAGDEBURG/MZ - Unter dem Motto „Frauen engagieren sich“ würdigt der LSB Sachsen-Anhalt ehrenamtliches Engagement von Frauen im Sport. Insgesamt stellt der Landessportbund dafür 1 500 Euro zur Verfügung. Bis zum 20. März 2016 müssen die Stadt- und Kreissportbünde sowie die Landesfachverbände ihr Aktivitäten zur besseren Einbeziehung von Frauen beim LSB einreichen. Danach werden die Anträge geprüft.

Weitere Informationen unter www.lsb-sachsen-anhalt.de. Ansprechpartnerin ist Margrit Lindner, Sachbearbeiterin Frauen und Gleichstellung, E-Mail: lindner@lsb-sachsen-anhalt.de