

Der 39. Dreikönigslauf

Heute mit
8 Seiten
extra



Die Marktstraße ist voller Menschen. Ein Bild des Hauptlaufs 2025.

Foto: Ufuk Arslan

Die Siegerin kommt fast zu spät

Dreikönigslauf Die 39. Ausgabe des Haller Volkslauf bringt einen neuen Teilnehmerrekord. Doch der Lauf hat neben Rekorden noch mehr zu bieten, nämlich viele Nebengeschichten und Anekdoten. *Von Hartmut Ruffer und Jonas Krauthans*

Die Temperaturen sind bei der 39. Ausgabe des Schwäbisch Haller Dreikönigslaufs fast schon frühlinghaft. Während die Top-Läuferinnen und -Läufer ihre Form testen, steht für die allermeisten Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Volkslaufs der Spaß und die Freude an der Bewegung im Vordergrund. Tausende Zuschauer säumen die Strecke und feuern die Teilnehmer an. Es waren so viele wie noch nie: 3075 kamen ins Ziel, was einen Rekord für den Haller Dreikönigslauf darstellt.

Das Organisationsteam und die Kommentatoren kennen sich schon lange. Hartwig Thöne ist seit zehn Jahren dabei, Achim Seiter noch länger. Bei der Vorbereitung mit Werner Belschner wird viel gelacht. Als Astrid Beerlage, Siegerin des Hauptlaufs von 2013, und ebenfalls seit vielen Jahren in vielen Rollen dabei, dazu kommt, wird das noch deutlicher. Sie wirft sich mit Achim Seiter verbale Bälle hin und her, alle lachen.

Neuerungen gibt es jedes Jahr, so auch bei der 2025er-Ausgabe. Die begleitenden Fahrradfahrer der Freeriders Kochertal und des Tricon Hall tragen teilweise Helmkameras. Und diese liefern von der Strecke beeindruckende Bilder, die auf der Großleinwand am Marktplatz zu sehen sind. Ein Teil der Technik stammt von dem Hüttlinger Thomas Ilg, dem Dreikönigslaufsieger von 1989. Dessen Bruder Patritz gewann vier Jahre später, hatte im Jahr 1983 seinen größten Erfolg. Er wurde in Helsinki Weltmeister über 3000 Meter Hindernis. Noch heute sei Patritz gut in Form, merkt sein Bruder an, „und das, obwohl er so gut wie gar nicht trainiert“.

Spätestens um kurz nach 12 Uhr wird es auf dem Haller Marktplatz so eng, dass man nur noch

langsam vorankommt. Wer bisher noch keinen Platz an der Start/Ziel-Geraden gefunden hat, der wird sich schwertun, noch einen zu ergattern. Zu Tausenden tummeln sich die Familien der Läuferinnen und Läufer des AOK-Junior-Cups – Eltern, Großeltern, Geschwister, Freunde. Auf der Leinwand neben dem Rathaus wird der Startschuss des ersten von zehn Läufen der Jahrgänge 2014 bis 2020 live übertragen. Jetzt steigt die Spannung, am Streckenrand werden die Handys und Kameras gezückt, um ja nicht den Zieleinlauf des Nachwuchses zu verpassen.

Ordner geleiten im Ziel die Jungen und Mädchen durch eine Schleuse, wo sie von ihren stolzen Müttern und Vätern empfangen werden. Auch Lukas Tonne nimmt hier seinen Sohn Pepe und seine Tochter Lilian im Empfang. Die Sechs- beziehungsweise Neunjährigen sind die 400 Meter gemeinsam mit Klassenkameraden der Grundschule Steinbach gelaufen. Ihr älterer Bruder Daan wird später im Hauptlauf über zehn Kilometer als jüngster Teilnehmer eine starke Zeit von 46:22 Minuten erzielen. „Ich bin schon zum vierten Mal dabei“, sagt der Zwölfjährige vor dem Start. Auch Vater Lukas Tonne sei schon häufig beim Dreikönigslauf mitgelaufen. Heuer zwingt ihn allerdings eine Knieverletzung zum Zuschauen.

Auf Papas Schultern wartet Martha Bechtold auf ihren kleinen Bruder Moritz. Nachdem sie Fünfte in ihrer Altersgruppe wurde, hält die Neunjährige jetzt Ausschau. Die junge Läuferin ist zum zweiten Mal dabei, für den sechsjährigen Moritz ist es die Premiere beim Dreikönigslauf. Vater Max Bechtold dagegen ist noch nie mitgelaufen. Trotzdem ist der Haller heuer aufgeregt, als seine beiden Kinder, und vor allem „sehr stolz“. Deshalb gebe es nach

dem anstrengenden Nachmittag Pizza für die ganze Familie – sehr zur Freude des Nachwuchses.

Für Läufer, die sich auf den fünf beziehungsweise zehn Kilometern besonders verausgabt oder sogar gezerzt haben, stehen die Haller Physiotherapeuten Jakob Janle und Silas Probst bereit. Die beiden haben das erste Stockwerk der Akademie Nonnenhof, keine 200 Meter vom Marktplatz entfernt, in einen kleinen Behandlungsraum umfunktioniert. Zum ersten Mal bietet Physiotherapie Jakob Janle den Service für die Sportler an. „Einige waren schon da“, sagt Probst kurz nach dem Fünf-Kilometer-Lauf. Die Sportler seien dankbar, dass es die Möglichkeit gibt. Je nachdem, wie viele Sportler in der Schlange stehen, können sie etwa 15 bis 20 Minuten behandelt werden. Dabei geht es vor allem darum, die Muskeln nach der Anstrengung etwas zu lockern, so Probst. Etwa, wenn die Wade zumacht oder der Oberschenkel zwicket.

Auf dem Kirchplatz neben St. Michael machen sich die Teilnehmer des VR-Bank-Hauptlaufes warm – laufen in kleinen Kreisen, zie-

hen die Knie an, dehnen sich an der Mauer. Auf der Großen Treppe verschnauft unterdessen Diana König. Für die fünf Kilometer brauchte sie 30:21 Minuten. „Das Wetter ist wunderschön, es ist total warm“, freut sich die Läuferin über die guten Bedingungen. Wegen der vielen Teilnehmer ist es „super eng gewesen, es war ein bisschen wie Slalom-Laufen“. Trotzdem habe es viel Spaß gemacht, weil alle Läufer sehr rücksichtsvoll gewesen seien. „Es ist ein super Start fürs neue Laufjahr.“ Nach Diana König, die für das Haller Reha Sportstudio startete, ist ihr Mann Felix Nietzsche auf den zehn Kilometern gefordert. Auch Sohn Theodor ist beim Junior-Cup mitgelaufen. „Es war ein guter Lauf, ich habe alles gegeben und durchgehalten“, sagt der Siebenjährige stolz. Nächstes Jahr soll dann Tochter Paula (4) den Familienstart komplettieren. „Dann sind wir das Dreikönigsteam beim Dreikönigslauf“, scherzt Mutter Diana König. Die Veranstaltung am 6. Januar sei ohnehin bereits ein fester Termin für die Familie.

Wer in der zweiten Startgruppe des 5- oder 10-Kilometer-Laufs dabei

ist, hat es anfangs nicht ganz leicht. Direkt nach dem Start stockt es, dann zieht sich das Feld spätestens in der Gelbinger Gasse die Länge. Die neue Streckenführung hilft, dass nahezu alle ihr Tempo laufen können. Manch einer vermisst die 90-Grad-Kurven und den AOK-Buckel, vor allem diejenigen, die mit dem lang gezogenen Anstieg an der Unterlimburger Straße nicht so zurecht kommen. Dieser täte durchaus weh, bekennen einige, selbst wenn er nicht so hart aussieht.

Die Dauerbrenner waren natürlich wieder dabei: Joachim Seitz und Bernhard Walz absolvierten ihren jeweils 39. Dreikönigslauf, sie haben also keine einzige Ausgabe verpasst. Joachim Seitz, Jahrgang 1946, kam im 5-Kilometer-Lauf nach 38:04 Minuten ins Ziel. Bernhard Walz (Jahrgang 1970) läuft seit 1985 die 10-Kilometer-Strecke. Mit seinen 48:26 Minuten ist er zufrieden, „aber es war heute fast schon zu warm“, meint er mit einem Schmunzeln. Tatsächlich sorgen die vergleichsweise hohen Temperaturen dafür, dass manch Läufer nicht nur wegen der Bewegung ins Schwitzen kam.

Läuferinnen und Läufer, die nicht ortskundig waren, hatten es angesichts des vollgepackten Marktplatzes nicht leicht, zu ihrem Startplatz zu kommen. Manch einer versucht sich beim „Mann mit Hut“ durchzuschlängeln, was nicht einfach ist angesichts der Menschenmengen. Zwar konnte der Zeitplan größtenteils eingehalten werden, aber manchmal war zu sehen, dass die Kapazitätsgrenzen erreicht waren. So waren noch nicht alle Läufer des Gesundheitslaufs gestartet, als die ersten des Jugendlaufs schon wieder ins Ziel kamen.

Richtig gute Laune hatte Axel Krippschok. Der mehrfache DDR-Meister über 3000 und 5000

Meter lebt schon lange in Obersontheim. Er hatte sich vor Jahren vorgenommen, die Kinderläufe, vor allem aber den Jugendlauf voll zu besetzen. Auftrag erfüllt, meinte er mit einem breiten Lächeln. Selbst der Jugendlauf, in der Vergangenheit der am schwächsten nachgefragte Lauf, war diesmal überbucht. „Das macht mich total stolz.“ Diesmal war der Lauf so schnell ausgebuht, dass manche Schulen ihre Schülerinnen und Schüler zunächst gar nicht mehr anmelden konnten. „Aber wir haben alles möglich gemacht, mussten niemanden abweisen.“

Großen Beifall bekamen erneut die Mitglieder der verschiedenen Feuerwehren, die sich in voller Montur auf den Weg machten und am Ende gemeinsam mit Banner ins Ziel liefen.

Das Team mit den meisten Teilnehmern stellte Recaro. Als Anerkennung durften Vertreter der Mannschaft mit zur Flower Ceremony auf den Rathausbalkon und wurden dort ausgezeichnet. Selbst zu diesem Zeitpunkt war der Marktplatz noch ordentlich gefüllt. Die Sportlerinnen und Sportler erhielten viel Beifall. Beinahe wären die schnellsten Frauen des 10-Kilometer-Laufs zu spät zu dieser Zeremonie gekommen. Siegerin Esther Pfeiffer und die Zweitplatzierte Alina Reh liefen sich gemeinsam aus und kamen gerade noch rechtzeitig zur Ehrung zurück. Nach der Flower Ceremony machte sich Ehepaar Pfeiffer auf den Heimweg nach Düsseldorf. Die beiden hatten noch einen Termin. Sie wollten am Abend noch eine weitere Laufeinheit gemeinsam absolvieren.

Info Auf der Internetseite www.3koe-nigslauf.de gibt es zu jedem Lauf Bildergalerien. Es kann nach Startnummern gesucht werden. Die Downloads sind kostenlos.



Wegen der Änderung der Route des Dreikönigslaufs kommen die Läufer erstmals durch ein Steinbacher Wohngebiet. Dort werden sie von den Anwohnern der Neustetterstraße mit La Ola und Tröten angefeuert. *Foto: thumi*

VOLKSLAUF IN SCHWÄBISCH HALL: IMPRESSIONEN VON DER 39. AUFLAGE



Läufer Jens Söllner aus Bühlermann bekommt laute und bunte Unterstützung von seiner Frau Rahel sowie den beiden Söhnen Mats und Carlo, die Schilder gebastelt haben.



Sie begleiten die Läufe und die Führer: Die Radfahrer der Freeriders Kochertal und des Tricon Hall, der Triathlon-Abteilung der TSG Schwäbisch Hall.



Nicht nur im Zielbereich laufen die Kameras (oben). Theo Krumpfen (unten) kommt als Schnellster des Jahrgangs 2019 ins Ziel.

Jubel auf und neben der Strecke

Dreikönigslauf Tausende sind am Start, Tausende feuern am Wegesrand die Athleten an: Der Dreikönigslauf ist mittlerweile ein großes Event geworden. *Bilder von Rolf Müller (4), Ufuk Arslan (3) und Jonas Krauthansl (1)*



Selbst in voller Montur sind diese Feuerwehrleute gut gelaunt bei ihrer 5-Kilometer-Runde.



Geschafft! Mustafa Gürcü kommt nach zehn Kilometern mit einem Freudensprung ins Ziel.



Die Gaildorfer Schlossgarde sorgt im Zielbereich auf dem Marktplatz für Stimmung und begrüßt jeden Teilnehmer im Ziel.



Ein ganz wichtiges Utensil ist beim Dreikönigslauf das Smartphone. Mit ihm werden die entscheidenden Momente nicht nur des Nachwuchses festgehalten.