

# „Du bist ja immer noch da“

**Leichtathletik** 40 Jahre Dreikönigslauf: Bernhard Walz ist bei jedem einzelnen Lauf über 10 Kilometer am Start gewesen. Er will die Serie so lange es geht fortsetzen. *Von Hartmut Ruffer*

Mit 15 Jahren stand Bernhard Walz beim ersten Dreikönigslauf an der Startlinie. Damals wurde noch kurz vor Silvester gelaufen. Seitdem war der Haller Lauf ein „fixer Termin“ für Walz, egal, ob er das Abitur machte, studierte oder seinen Lebensmittelpunkt nach Weinsberg verlagerte. Am 6. Januar eines jeden Jahres war Walz am Start – und lief immer die 10 Kilometer lange Strecke. Joachim Seitz ist zwar auch bei allen bisherigen 39 Ausgaben dabei, lief aber aus gesundheitlichen Gründen in den vergangenen Jahren die 5-Kilometer-Strecke. So also ist Bernhard Walz über die 10 Kilometer singulär. Werner Fröschke ist auch seit Beginn des Dreikönigslaufs immer die 10 Kilometer gelaufen, bis auf einmal. „Er musste damals wegen Fiebers aussetzen. Seit mehreren Jahren begrüßt er mich mit den Worten: ‚Du bist ja immer noch da!‘“, berichtet Bernhard Walz mit einem Schmunzeln.

Der heute 55-Jährige stammt aus Geifertshofen. Schon sein Vater war ein passionierter Läufer, bis kurz nach der Jahrtausendwende liefen sie gemeinsam in Hall, dann musste der Vater aufhören. Die Gesundheit ließ einen Start über 10 Kilometer nicht mehr zu. Auch aufgrund dieser Erfahrung ist Bernhard Walz „unfassbar dankbar“ dafür, dass er seit 40 Jahren dabei sein kann. „Das ist das größte Geschenk“, bekräftigt er.

**Trainer in Neckarsulm**

Sein Beruf als Lehrer erleichterte es ihm, da er an Dreikönig immer frei hat. Spätestens ab Neujahr passt Bernhard Walz im Training besonders auf, denn er möchte nicht, dass seine Serie reißt. Und diese wäre vor sieben Jahren fast zu Ende gegangen. „Damals bin ich unter abenteuerlichen Bedingungen an den Start gegangen. Ich hatte bei meinen Eltern übernachtet und dann nach dem Aufstehen eine Ecke übersehen.“ Die Folge war ein gebrochener kleiner Zeh. „Zum Glück habe ich noch Schuhe gefunden, in die ich reingepasst habe. Aber es war absolut kein Spaß, damit zu laufen.“



Bernhard Walz kommt beim Dreikönigslauf ins Ziel.

Foto: Rolf Müller

In jungen Jahren war Bernhard Walz ein mehr als passabler Läufer, die 10 Kilometer lief er in 36 Minuten. Noch heute ist er der Leichtathletik verbunden als Trainer bei der Sport-Union Neckarsulm. Seit 26 Jahren trainiert er mindestens dreimal pro Woche talentierte Läuferinnen und Läu-

fer, darunter war beispielsweise auch Katja Wölfl, die 2018 beim Dreikönigslauf Rang 2 hinter Sabrina Mockenhaupt belegte.

Warum Bernhard Walz auch in jungen Jahren darauf achtete, beim Dreikönigslauf dabei zu sein, erklärt er mit dem geschickten Vorgehen der Organisatoren:

„Schon nach fünf Jahren wurden diejenigen geehrt, die bei allen bisherigen Läufen dabei waren. Das waren damals ungefähr 20. Fünf Jahre später war es nur noch eine einstellige Zahl.“

Wer 40 Jahre lang immer am 6. Januar läuft, der hat einiges miterlebt. Besonders in Erinnerung

geblieben ist Bernhard Walz „die erste oder zweite Ausgabe. Damals liefen wir noch vom Marktplatz aus in die andere Richtung. In den Ackeranlagen mussten wir durch Tiefschnee laufen.“ Ebenfalls gut in Erinnerung ist ihm ein Lauf zu Beginn der 2010er-Jahre. In der Nacht zum 6. Januar fiel Regen, die Strecke war vereist. Zwar schafften es die Helfer, die Strecke lauffähig zu bekommen, „aber die Holzbrücken waren immer noch sehr rutschig. Die erfahrenen Läufer haben gewarnt, aber es gab einige, die sich auf den Brücken lang gelegt haben.“

Beim Dreikönigslauf 2025 herrschten nahezu frühlingshafte Temperaturen. „Zwei Tage vorher war es noch kalt. Das war für den Körper extrem anstrengend“, so Bernhard Walz, der sich an keinen wärmeren Dreikönigslauf erinnern kann – dafür an viele kalte. Einmal hatte er in den Achselhöhlen Erfrierungen.

Mit der neuen Streckenführung hat er sich noch nicht ganz anfreunden können. „Ich weiß, dass viele den AOK-Buckel gehasst haben, ich aber habe ihn geliebt. Ich wusste, jetzt tut es 150 Meter lang weh, aber dann war es vorbei. Jetzt zieht sich der Anstieg von Steinbach bis zur AOK.“

Die Gesamtentwicklung des Dreikönigslaufs aber sei sehr gut. „Es wurde immer professioneller. Das war schon unter Schorsch Wachter so, aber allerspätestens seitdem Johannes Weingärtner das Organisationsteam anführt“, sagt Walz.

**Besondere Kulisse**

Beim Jubiläum des Dreikönigslaufs und damit auch seinem eigenen Jubiläum freut sich Bernhard Walz darauf, wieder viele bekannte Gesichter von früher zu sehen. „Die Kulisse ist etwas Besonderes, die vielen Zuschauer auf der Strecke auch.“ Auch das sei ein Beweggrund für ihn, jedes Jahr an den Start zu gehen, so Bernhard Walz. Diesmal möchte sein Vater versuchen, dabei zu sein. Für Bernhard Walz wäre das wohl die Krönung des 40-Jahr-Jubiläums.

Und er wagt einen Blick in die Zukunft: „50 wäre doch auch eine schöne Zahl“, meint er mit einem Lächeln.

## Jede Menge Abkürzungen

**Da haben** die Footballer der Schwäbisch Hall Unicorns kurz vor dem Jahreswechsel nochmal einen rausgehauen: Testspiele vor der Saison gab es schon einige, aber gegen einen internationalen Gegner im heimischen Optima-Sportpark? Den letzten internationalen Test bestritten die Unicorns 2022 bei den Helsinki Roosters. Jetzt kommen am 11. April die Calgary Gators aus Kanada. Diese sind eine Woche später noch bei den Minden Wolves aus der GFL2 zu Gast. Auf ihrer Webseite nennen die Gators diese Reise ganz unbescheiden „World Tour“.

Darüber darf man sicher etwas schmunzeln, schließlich gelten Schwäbisch Hall – obwohl immerhin gerne als „die kleinste Metropole der Welt“ bezeichnet – als auch die 80.000-Einwohner-Stadt Minden, gelegen in Ostwestfalen-Lippe, nicht unbedingt als Nabel der (Football-) Welt. Doch all das ändert nichts an der Vorfreude der Kanadier. Sie bezeichnen die Unicorns als „one of the most recognizable and successful franchises in European Football“, also als eine der bekanntesten und erfolgreichsten Vereinsmannschaften im europäischen Football.

**Die Gators**, Kurzform für Alligators, sind amtierender Meister der Canadian Major Football League (CMFL). Und dieses Konstrukt ist erklärungsbedürftig. Die CMFL hat nichts mit der CFL (Canadian Football League) zu tun. Die CFL ist die Profiligen Kanadas, die CMFL ist semiprofessionell. Zudem ist die CMFL der nationale Dachverband für den semiprofessionellen kanadischen Football. Die Calgary Gators spielen in der Alberta Football League (AFL), die 1984 gegründet wurde, um Männern über 21 Jahren die Möglichkeit zu geben, in der Provinz Alberta weiterhin organisiert Football zu spielen, und derzeit sechs Teams umfasst. Der Meister der AFL spielt dann im Finale der CMFL gegen den Meister der Northern Football Conference (NFC), eine weitere semiprofessionelle kanadische Football-Liga mit Teams, die hauptsächlich in Ontario beheimatet sind. Das sind insgesamt viele Abkürzungen. Vereinfacht ausgedrückt ist die CMFL so etwas wie der Super Bowl des semiprofessionellen kanadischen Footballs.

**Das Spiel** gegen die Kanadier ist eines der sportlichen Highlights des Jahres 2026 für Schwäbisch Hall. Traditionell der erste sportliche Höhepunkt ist am 6. Januar der Dreikönigslauf, der mit Rekordanmeldedaten aufwartet. Alle 3900 Startplätze sind bereits seit Wochen vergeben. Der 40. Auflage des Volkslaufs dürfte die mit Abstand größte werden.

## Nur im Viertelfinale ist es knapp

**Fußball** Die A-Junioren der Sportfreunde Schwäbisch Hall gewinnen die 25. Auflage des Jako-Cups in Niederstetten.



Die U19 der Sportfreunde Hall feiert mit dem Pokal den Turniersieg.

**Niederstetten.** Nicht aufzuhalten waren die A-Junioren der Sportfreunde Schwäbisch Hall beim Jako-Cup in Niederstetten. Sie holten sich völlig verdient den Turniersieg.

**Deutliche Siege**

In der Gruppenphase dominierte Hall die Gruppe A und kam gegen die SG Balbach/Königshofen/Edelfingen zu einem 7:0-Erfolg, gegen die SG Gommersdorf/Mittleres Jagsttal gewannen die Haller mit 6:1. Im letzten Gruppenspiel wurde es noch deutlicher:

Die Sportfreunde besiegten den TV Niederstetten mit 8:1. Somit hatten die Haller A-Junioren souverän das Viertelfinale erreicht.

**Starker Gegner**

Dort allerdings machte man es sehr spannend. Die Entscheidung zugunsten der Sportfreunde gegen den FV 04 Würzburg kam erst durch ein Neunmeter-Schießen zustande, die Haller gewannen mit 5:4.

Im Halbfinale traf das von Anil Öztürk und Oktay Yilmaz betreute Team auf den Lokalmatador

FSV Hollenbach und zog mit einem klaren 6:2-Erfolg ins Finale gegen den VfR Mannheim ein.

Und schon mal im Finale wollte man dieses natürlich auch erfolgreich bestreiten. Mit 3:0 besiegte Hall die Mannheimer und setzte sich somit die Krone als Turniersieger auf.

**Sechs Spiele, 15 Tore**

Zudem stellten die Sportfreunde Schwäbisch Hall auch den Torschützenkönig des Turniers: Maxim Sergeev erzielte in den sechs Spielen starke 15 Tore.

## SGi muss nach Ludwigsburg

**Waldenburg.** Nach dem erfolgreichen Heimwettkampfwochenende und einer verdienten Pause in der Advents- und Weihnachtszeit geht es für die Waldenburger Luftpistolenschützen am ersten Wochenende nach Neujahr am 3./4. Januar, zum letzten Bundesliga-Wettkampfwochenende nach Ludwigsburg.

Bei der Schützengilde Ludwigsburg müssen die Schützinnen und Schützen der SGI Waldenburg am 3. Januar um 16.30 Uhr gegen den ESV Weil am Rhein antreten. Tags darauf heißt um 10 Uhr FSG Kempten der Gegner. Die Historie der Kemptener

Feuerschützengesellschaft (FSG) reicht bis ins Jahr 1466 zurück.

Der ESV Weil am Rhein ist als Titelverteidiger stark einzuschätzen und auch die FSG Kempten möchte noch Plätze in der Tabelle gutmachen. Es sind also besonders umkämpfte Duelle zu erwarten.

Die Waldenburger Schützen hoffen auf starke Unterstützung durch ihre Fans im Rücken.

**Info** Wie gewohnt können die Wettkämpfe am 3. und 4. Januar auf der Internetseite des Schießanlagenherstellers Meyton unter [www.bundesliga-meyton.info](http://www.bundesliga-meyton.info) verfolgt werden.

## Fußball Zwei Neue für den SV Tüngental

**Schwäbisch Hall.** Der SV Tüngental, derzeit Tabellenzweiter in der Kreisliga B6, meldet zwei Zugänge. Kai Luibrand wechselt vom SC Steinbach-Comburg nach Tüngental. Er bringt jede Menge Erfahrung mit und soll die junge Mannschaft in der Rückrunde verstärken. Ebenfalls neu im Kader ist Benjamin Haag, der vom TSV Michelfeld II zum SV Tüngental stößt. Auch er schließt sich dem Team in der Winterpause an und erweitert die personellen Optionen für die Rückserie.

## 39. Auflage des Hohenloher Silvesterlaufs

**Wallhausen.** Der 39. Hohenloher Silvesterlauf startet am morgigen Mittwoch, 31. Dezember, um 13 Uhr. Organisiert wird er von der Freizeitsportgruppe der Spvgg Hengstfeld-Wallhausen. Start und Ziel befinden sich vor dem Vereinsheim der SpVgg Hengstfeld-Wallhausen.

Der Silvesterlauf ist der erste Lauf im Kalender des Vier-Jahreszeiten-Cups. Angeboten werden Strecken über fünf und zehn Kilometer.

**Info** Online-Anmeldung und nähere Informationen unter [www.hohenloher-silvesterlauf.de](http://www.hohenloher-silvesterlauf.de).



Ein Bild vom Hohenloher Silvesterlauf 2024.

Foto: Ralf Mangold