



Max Bernshausen (Startnummer 92) vom SC Rückershausen steuerte am Sonntag beinahe die Medaillen an, er fuhr bis zum Schluss in der Spitzengruppe mit.

Foto (2): isa

Standortbestimmung im Harz

BLANKENBURG Heimische Ski-Langläufer absolvierten ihre Sommerleistungskontrolle

WSV-Trainer Stefan Kirchner war mit den Leistungen seiner Schützlinge durchaus zufrieden.

isa ■ Die richtige Taktik bestimmte für die nordischen Wintersportler des Rothaargebirges neben der Schnelligkeit den Verlauf des Wochenendes: Am dritten Juli-Wochenende stand der erste nationale Wettkampf für dieses Jahr auf dem Plan. Nachdem die Sportler aus dem Rothaargebirge in den vergangenen beiden Jahren die Sommerleistungskontrolle (SLK) als „Heimspiel“ absolvieren konnten, mussten sie dieses Jahr auf den Heimvorteil verzichten und hinterher reisen – nach Blankenburg im Harz.

Dadurch lernten die Teilnehmer eine neue Strecke kennen und gleichzeitig hatte ein anderer Verband die Chance, einen nationalen Wettkampf außerhalb der Wintersaison auszurichten. Diese nutzen die Verantwortlichen des Skiverbandes Sachsen-Anhalt für sich. Stefan Kirchner, Trainer des Westdeutschen Ski-Verbandes (WSV), war erfreut über die gute Organisation der Veranstaltung. Man habe immer kurze Wege gehabt und die Organisation sei reibungslos verlaufen. Auch in diesem Jahr teilte sich die Sommerleistungskontrolle, die mehr oder weniger als erster Deutschlandpokal für diese Saison einzustufen ist, auf zwei Tage auf. Die Wertung der Ergebnisse wird mit den Wettkämpfen der im Herbst stattfindenden Zentralen Leistungskontrolle verbunden.

Das heißt, danach wird das jeweils bessere Resultat im Crosslauf und im Skiroller-Wettkampf für den Sportler als Punktzahl für den Deutschlandpokal eingetragen. Der Athletik-Test, der bloß für die jüngeren Sportler angesetzt war, konnte dabei den führenden Skilangläufern Bonuspunkte einbringen. Für die Sportlerinnen und Sportler der Altersklassen U 16 und U 18 hieß es daher, Athletik-Test und Bahnläufe am Samstag zu absolvieren. Für die älteren Teilnehmer der Konkurrenz U 20 sowie Damen und Herren stand zuerst der Bahnlauf über 3000 Meter als Massenstart auf dem Plan, gefolgt von einem Cross-Wettkampf, der sich an erlaufenen Zeiten orientierte. Der Lauf, der im Jagdstart durchgeführt wurde, verlangte mit

seiner Streckenführung einiges von den Sportlern ab. Nach einer anfangs teerlastigen Strecke kamen Trail-artige Elemente zum Vorschein.

Dabei liefen die Athleten sowohl durch Sandabschnitte, als auch über verwurzelte Wege. Im Bereich der jüngeren Jugend habe dabei vor allem Jonas Schmidt vom SC Rückershausen ein ordentliches Ergebnis mit seinem 9. Platz eingebracht, erklärte Stefan Kirchner, Landestrainer des Westdeutschen Skiverbandes (WSV). Er habe seine Leistungen, die er im Training laufe, beweisen können. Birger Hartmann (VfL Bad Berleburg) zeigte auf der gleichen Distanz ebenfalls Durchsetzungsvermögen und habe sich mit seinem 9. Platz im 3000-Meter-Lauf schon gut bewegt, so Kirchner. Im Jagdstart gelang es dem vom Biathlon kommenden Sportler, sich auf den 7. Platz zu verbessern. „Mit dieser Platzierung hat er ein sehr ordentliches Ergebnis eingebracht und sich selbst gezeigt, dass er im Langlauf-Bereich Anschluss halten kann“, bilanzierte der Trainer. Auch die im Damen-Bereich startende Melina Schöttes (SC Oberhundem) habe sich vor allem beim 3000-Meter-Lauf gut gezeigt, so Stefan Kirchner.

So zufrieden er mit einigen seiner Schützlinge am Samstag beim Laufen war, wusste er auch, dass die Schwächen eher in der Balance, Beweglichkeit und Geschicklichkeit lägen, so der WSV Trainer. Doch eben an diesen Sachen könne man arbeiten, denn die Sommerleistungskontrolle sei in erster Linie dafür da, dass man die Leistungen der Ski-Langläufer national einordnen könne. Die Konkurrenz ruhe nicht und darum müssten die Sportler ihre Gegner kennen und einschätzen lernen.

Am Samstag konnten sich die Sportler aus dem Rothaargebirge nicht nur mit den Gleichaltrigen vergleichen: Durch die für alle Altersklassen gleich lange Strecke von 3000 Metern konnten die Jugendlichen auch genau beobachten, wie klein oder groß der Abstand zu den Erwachsenen war. Am Sonntag ging es dann auf den Skirollern in der freien Technik weiter im Programm. Die Strecke, die für die Sportler aus mehreren Runden bestand, war anspruchsvoll für die Ski-Langläufer und mit wenig Ruhephasen versehen. Vor allem war ein zäher Anstieg dabei, der mal abflachte und passagenweise wieder steiler wurde – dies sollte die Jugendlichen dazu bringen, die richtige Taktik für sich zu fin-

den und zu verwenden, so Stefan Kirchner. Als gutes Beispiel dafür kann man die Platzierung von Max Bernshausen (SC Rückershausen) einstufen, der mit bloß 1,2 Sekunden Rückstand auf Platz 1 Siebter wurde. „Wenn die Zielgerade nicht so kritisch gewesen wäre und Max durch die Verkehrsinseln nicht den Schwung verloren hätte, wäre ein Podiumsplatz wahrscheinlich sicher gewesen“, äußerte sich Stefan Kirchner.

Dennoch war er mehr als zufrieden mit dieser Leistung, da Max Bernshausen bis zum Schluss in der vorderen Gruppe unterwegs war und das Renntempo somit mitbestimmt habe. Auch dessen Bruder Janne zeigte ein recht ordentliches Rennen und die jüngeren Jugendlichen zeigten generell, dass sie immer noch in ihren Bereichen mitlaufen konnten, unterstrich Stefan Kirchner im SZ-Gespräch.

Birger Hartmanns sehr gute Leistung von Samstag wandelte sich am Sonntag in ein kontinuierliches Tempo um, das ihm einen guten 24. Platz bescherte. Dabei habe er als leichterer Sportler auch gewisse Nachteile in der Abfahrt, erklärte sein Trainer. Auch Jan Stölben /SK Wunderthausen habe sich anfangs sehr gut bewegt, bis ihm dann in einer der letzteren Runden die Kräfte ausgegangen seien und er sich mit einem 30. Platz zufrieden geben musste. Doch bis zum Winter sei es noch lang und nun müsse man an den Baustellen, die zu erkennen waren, arbeiten, analysierte der Trainer die Ergebnisse seiner Schützlinge.

Generell war er aber mit den Platzierungen der Sportler zufrieden und kann nun wie geplant mit den Ski-Langläufern über ihre Fehlerquellen reden und diese verbessern wenn nicht sogar beheben. Die Ergebnisse im Überblick:

► **Athletiktest:** W16: 33. Lena Müsse (VfL Bad Berleburg) 153 Punkte ■ M16: 14. Janne Bernshausen 357; 17. Finn Luis Tielke (Westdeutscher Skiverband) 346; 26. Jonas Schmidt (beide SC Rückershausen) 292 ■ M18: 16. Max Bernshausen (SC Rückershausen) 444; 17. Fynn Peis (Westdeutscher Skiverband) 443;

► **3000 Meter Bahnlauf:** W16: 28. Lena Müsse (VfL Bad Berleburg) 13:26,2 Minuten ■ M16: 9. Jonas Schmidt 10:36,2; 16. Finn Luis Tielke (Westdeutscher Skiverband) 11:01,7; 33. Janne Bernshausen (beide SC Rückershausen) 13:06,5 ■ M18: 20. Max Bernshausen (SC Rückershausen) 10:29,7; 28. Fynn Peis (Westdeutscher Ski-



Jonas Schmidt (Startnummer 28) vom SC Rückershausen erlief am Samstag einen ordentlichen 9. Platz und führte hier das Verfolgerfeld an.

verband) 11:11,6 ■ M20: 9. Birger Hartmann (VfL Bad Berleburg) 9:28,5 ■ Damen: 5. Melina Schöttes (SC Oberhundem) 11:36,7;

► **Jagdstart:** M20 (6,3 km): 7. Birger Hartmann (VfL Bad Berleburg) 24:07,5 ■ Damen (4,8 km): 5. Melina Schöttes (SC Oberhundem) 21:35,5;

► **Skiroller Freie Technik:** W16 (5,8 km): 25. Lena Müsse (VfL Bad Berleburg) 17:34,0 Minuten ■ M16 (11,5 km): 13. Janne Bernshausen 31:33,7; 18. Finn Luis Tielke (Westdeutscher Skiverband) 32:10,8; 22. Jonas Schmidt (beide SC Rückershausen) 33:24,7 ■ M18 (14,4 km): 7. Max Bernshausen (SC Rückershausen) 35:16,8; 17. Fynn Peis (Westdeutscher Skiverband) 37:19,9 ■ Damen (14,4 km): 18. Melina Schöttes (SC Oberhundem) 41:26,1 ■ Herren (20,2 km): 24. Birger Hartmann (VfL Bad Berleburg) 48:13,5; 30. Jan Stölben (SK Wunderthausen) 49:43,3.