

# Kontrolle ist besser

551 Meldungen liegen für den Rennsteig-Herbstlauf vor, der am Sonntag zum 25. Mal ausgetragen wird. Prominenter Teilnehmer ist der frühere Weltklasse-Biathlet Sven Fischer. Der Veranstalter versucht, gesundheitliche Risiken der Läufer auszuschließen.

Masserberg – Die Resonanz für den Rennsteig-Herbstlauf im Jubiläumsjahr ist mit 551 Meldungen beachtlich. „Voriges Jahr hatten wir zum Meldeschluss 408 Zusagen“, sagt Sieghard Zitzmann, der beim Ausrichter Rennsteiglauf Sportmanagement- und Touristik GmbH für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit zuständig ist, vor der 25. Auflage am Sonntag. „Wir steuern auf eine Teilnehmerzahl um die 650 zu.“ Denn Nachmeldungen sind am Wettkampftag für die 20-Kilometer-Strecke, die um 11 Uhr in Neuhaus gestartet wird, von 8 bis 9.30 Uhr im Hotel „Am Rennsteig“ in Masserberg ebenso möglich wie von 10 bis 11 Uhr für die 10-Kilometer-Strecke, auf welche die Läufer um 11.30 Uhr geschickt werden – unter ihnen mit dem früheren Weltklasse-Biathleten Sven Fischer ein prominenter Teilnehmer. Nach Neuhaus werden die Athleten – wie im vorigen Jahr – mit einem Shuttle-Bus gebracht.

„Der Rennsteig-Herbstlauf ist Bestandteil unseres Konzepts zur langfristigen Vorbereitung auf den 44.

GutsMuths-Rennsteiglauf am 21. Mai 2016“, sagt Marcus Clauder, der Geschäftsführer der Rennsteiglauf Sportmanagement- und Touristik GmbH. „Wir freuen uns einerseits, wenn wir die Einsteiger auf der 10-Kilometer-Strecke beim Halbmarathon in Oberhof begrüßen können. Andererseits möchten wir die Teilnehmer auf dem ersten Teilstück der Marathonstrecke von Neuhaus nach Masserberg motivieren, damit sie im nächsten Jahr ‚aufs Ganze‘ gehen und den Marathon wagen.“

Die lange Strecke beim Herbstlauf ist – genau passend in dieses Konzept – ein Crosslauf auf dem ersten Teil-

stück der Rennsteiglauf-Marathon-Strecke – zum Test des eigenen Trainingszustandes und der Strecke nicht nur für „Geh aufs Ganze“-Kandidaten. Egal, ob die Läufer sich aktuell oder im kommenden Jahr für die kürzere oder die längere Distanz entscheiden, für den Ausrichter gilt: „Wir bemühen uns, gesundheitliche Risiken mit sportmedizinischen Vorsorgeuntersuchungen auszuschließen“, sagt Sieghard Zitzmann. Dieses Ansinnen gilt für Einsteiger ebenso wie für Bestandskunden, die ihre Verfassung überprüfen wollen – etwa Rene Baumann, der bereits am Rennsteiglauf-Marathon teilgenommen

hat und beim Herbstlauf starten wird. Der 40-Jährige aus Schmiedefeld unterzog sich am vorigen Samstag beim Tag der offenen Tür in der Prof.-Volhard-Klinik in Masserberg einem solchen körperlichen Test bei Oberarzt Dr. Günther Odrasil mit Anamnese, kardiologischer und orthopädischer Untersuchung.

Das Ergebnis für Rene Baumann, der regelmäßig trainiert, fiel positiv aus. Zu einer solchen Untersuchung, die von vielen Krankenkassen bezahlt wird, rät Sieghard Zitzmann den Läufern allgemein, weil Vertrauen in den eigenen Körper zwar gut sei, Kontrolle aber besser. *jtm*



Der Oberarzt legt Hand an: Dr. Günther Podrasil untersucht den Läufer Rene Baumann.

Foto: Markert