

Sechse kommen auf den Rennsteig

Ilmenau – Mit sechs Läuferinnen und Läufern wollen die Lebenshilfe Werkstätten Ilmenau am 26. Mai zum 46. GutsMuths-Rennsteiglauf antreten. Ihr Ziel ist der Special Cross für Menschen mit geistiger Behinderung in Neuhaus über 3,7 Kilometer. Die Mehrzahl der Starter aus Ilmenau hat schon gute Erfahrungen gemacht. Die meisten unter ihnen waren – wie die erfahrene Multi-Sportlerin Kerstin Remdt – schon mehrfach dabei: Kerstin Remdt zehn Mal, Peter Scholz und Paul Voigt fünf Mal.

Die 3,7 Kilometer Waldlauf sind es nicht allein, die die Freizeitläufer aus den Werkstätten anziehen. Das gemeinsame Training, die Fahrt, die Bratwurst-Party am Abend vor dem Start und die Kloß-Party nach dem

Lauf mit Siegerehrung und Musik gehören ebenso zu den Attraktionen wie der Lauf selbst.

Einen großen Teil des Trainings absolvieren die Lebenshilfe-Starter Paul Voigt, Sven Schlüter, Ilka Breuer, Maximilian Reimer, Kerstin Remdt und Peter Scholz privat oder in ihren Heimatvereinen. Das gemeinsame Training mit Ergo-Therapeutin Juliane Röhnert dient dabei der Überprüfung des Leistungsstan-



Gut eine Stunde Training mit vorheriger Erwärmung stehen für die Starter der Lebenshilfe auf dem Programm.

Foto: Dolge

des und dem gemeinsamen „Schwung holen für den Rennsteiglauf“.

cken, auf Erwärmung und auf ein wenig Kraftübung nach dem Training. „Wir laufen natürlich auch“,

Juliane Röhnert hat die Special Cross-Strecke auch schon mehrmals absolviert, meist gemeinsam mit Ilka Breuer, einmal aber auch schon mit ihrem Sohn Jonas. Für den Elfjährigen war die Strecke genau richtig.

Im gemeinsamen Training der Lebenshilfe-Werkstatt-Starter legt Juliane Röhnert viel Wert auf Dehnen und Stre-

sagt sie lächelnd. „Ungefähr eine Stunde. Das bringt schon etwas.“

Am diesjährigen Special Cross nehmen rund 350 Läufer teil. Der Crosslauf für Menschen mit geistiger Behinderung im Rahmen des GutsMuths-Rennsteiglaufes ist auch international eine Ausnahmeerscheinung. Nicht zuletzt deshalb kommen dafür die Starter nicht nur aus Thüringen.

Der Lauf orientiert sich am Reglement von Special Olympics Deutschland. Das Besondere daran ist der Wettbewerb innerhalb homogener Leistungsgruppen, das heißt, jeder Athlet hat die Chance, sich im fairen Wettkampf zu messen und auch zu gewinnen. Nachdem die drei bestplatzierten Frauen und Männer eine

gesonderte persönliche Ehrung und den Siegerpokal durch den Rennsteiglaufverein erhalten, wird jeder Teilnehmer für seine Leistung getreu dem Special-Olympics-Eid „Lasst mich gewinnen, doch wenn ich nicht gewinnen kann, lasst mich mutig mein Bestes geben!“ belohnt und bekommt eine Erinnerungsmedaille sowie eine Teilnehmerurkunde.

Für den Lauf erhält jeder Starter einen Chip, den er nach dem Lauf abgeben muss, damit rund eine Stunde später das Ergebnis verkündet werden kann. „Diese eine Stunde kann ziemlich spannend werden“, weiß Julian Röhnert. „Aber auch darauf freuen sich die Läuferinnen und Läufer schon wieder sehr.“ dol