



Neues TVF-Lager in Fürstenwalde

Nachdem unser Artikel in der MOZ erschienen war und der alte Vermieter unseren Mietvertrag für das Lager in Spreenhagen gekündigt hatte gab es eine regelrechte Flut von Anrufen, Vorschlägen und Aktivitäten aus unterschiedlichster Richtung, alle mit dem Ziel uns bei der Lösung des Problems zu unterstützen. So waren wir in den letzten Wochen fast täglich unterwegs, um die verschiedenen uns angebotenen Möglichkeiten – vor allem hinsichtlich Eignung und Bezahlbarkeit – zu prüfen.

Am Ende haben wir uns für eine Lagermöglichkeit in unmittelbarer Nachbarschaft von Dani Stanslawski (von der auch der Hinweis kam) und Volker Fritsche entschieden.



Es befindet sich im Rotkehlchenweg, einer von der Hegelstraße abzweigenden Straße in Fürstenwalde Nord in einem abgeschlossenen Areal, ist sehr gut zu erreichen und bietet ausreichend Platz für unser Equipment. Wir alle hoffen, dass wir damit –wie vom Vermieter zugesagt- eine langfristige Lösung haben.

Der Umzug von Spreenhagen in den Rotkehlchenweg soll numehr bereits am 16. März (und nicht wie ursprünglich geplant am 23.) stattfinden und wir hoffen natürlich auf sehr viele helfende Hände! Möglicherweise sind vorab einige vorbereitende Arbeiten zu verrichten. Wir werden zeitnah dazu weitere Infos geben.

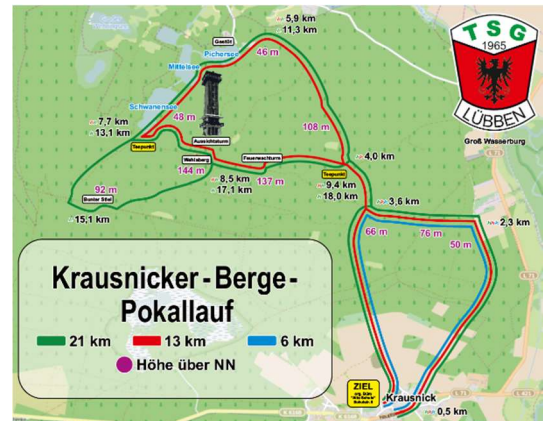


Wettkampfauftakt 2024

von Volker Fritsche

Am 25. Februar 2024 sind Arno und ich beim 27. Krausnicker-Bergelauf in die neue Saison gestartet. Krausnick ist eine kleine Ortschaft im Landkreis Dahme-Spreewald, unweit von Tropical Islands gelegen. Angeboten wurden Strecken von 6 km, 13 km und 21 km. Wir haben uns (natürlich) für die 21 km entschieden, die im Übrigen 21,5 km sind.

Start und Ziel ist an der alten Schule in Krausnick. Am Ort eingetroffen waren wir überrascht, dass der Parkplatz schon rappellvoll war und augenscheinlich eine große Teilnehmerzahl zu erwarten ist. Ich schätze, dass insgesamt ca. 150 – 200 Läufer am Start waren. Die Wetterbedingungen waren nahezu ideal, zumal für einen Tag Ende Februar. Morgens waren es so um die 4°C bei noch leicht trübem Himmel. Später kam dann die Sonne heraus und bei 12°C war es schon ziemlich frühlinghaft. Um 10:00 Uhr fiel der Startschuss für alle Teilnehmer. Arno ist hier bereits im vergangenen Jahr auf der selben Strecke gestartet und kannte also den Kurs. Außerdem wohnt er ganz in der Nähe und ist hier öfter mal im Training unterwegs. Ich konnte mir zumindest vorstellen, was mich erwartet, zumal der Name der Veranstaltung ja schon etwas ahnen lässt. So ging es also los auf überwiegend festen, zum Teil geschotterten Waldwegen hinein in die Krausnicker Berge. Eine wirklich schöne Strecke durch Kiefernwälder, an kleinen und mittelgroßen Seen entlang. Immer schön hoch und runter. Das Highlight der Strecke ist sicher der Anstieg zum Wehlaberg. Erst geht es eine Weile terrassenförmig bergan um dann plötzlich rechts abzubiegen und die Rampe zum Aussichtsturm auf den Wehlaberg zu erklimmen. Gefühlt geht es hier im 45°- Winkel bergauf, so dass zumindest ich und die Läufer in meiner Nähe die Fortbewegungsart Gehen wählen mussten. Und selbst dabei musste ich mächtig schnaufen! Zur Belohnung gab es oben, neben der schönen Aussicht, einen Versorgungspunkt mit Tee und Wasser. Die Strecke war durchgehend gut beschildert, was dazu führte, dass sich mein Freund Arno diesmal nicht, wie 2023 beim Schlaubetal-Halbmarathon, verlaufen hat. Der Wehlaberg wird zweimal umrundet, allerdings muss man beim zweiten Mal nicht mehr zum Aussichtsturm hoch. Die Strecke führt nach dem Berg erstmal eine Weile abwärts um dann so bei Kilometer 16 bis 19 sachte aber stetig anzusteigen. Die letzten Kilometer geht es bergab, dann eher eben bis leicht abfallend.



Nach 2:14:32 waren für mich die 21,5 km geschafft und ich kam auf Platz 4 von 8 in meiner AK ins Ziel. Ist zwar immer ein bisschen blöd, vierter zu werden aber auf Platz 3 hatte schon ich gute 14 Minuten Rückstand. Außerdem konnte ich einen an meinen Fersen klebenden Läufer bis ins Ziel auf Abstand halten und somit Platz 4 absichern, denn der Verfolger startete auch in meiner Altersklasse. Arno ist als Sieger der AK 70 mit 2:33:58 ins Ziel gekommen. Respekt dafür und Gratulation! In der AK 70 hatte sich im Übrigen kein weiterer Läufer an die 21 km gewagt. Als ältester Teilnehmer wurde ein 91-jähriger Walker auf der 13 km-Strecke nach 2:21:49 im Ziel begrüßt! Was soll man da noch sagen? Fantastisch!

Der Krausnicker-Bergelauf ist aus meiner Sicht jedem zu empfehlen, der Freude an kleinen Landschaftsläufen hat. Das Streckenprofil ist anspruchsvoll aber machbar. Von der

Schwierigkeit her mit dem Rauener Fontanelauf zu vergleichen. Die TSG Lübben 65 e.V. organisiert hier eine traditionsreiche Laufveranstaltung in einer sehr schönen Gegend.





Zusätzliche Bahnzeit im Schwapp

Wie bereits angekündigt, werden wir ab Montag im Schwapp neben der bisher ab 18 Uhr möglichen Nutzung der Bahn 5 in der Zeit von 19 bis 20 Uhr auch die Bahn 1 nutzen können, da diese nunmehr für unseren Verein reserviert ist. Wir möchten damit vor allem den „Gesundheitsschwimmerinnen und –Schwimmern“ ein Angebot machen, damit diese – ungestört vom Trainingstumult auf der bisherigen Bahn 5 ebenfalls ihre Bahnen ziehen können. Zugleich soll damit das Training auf der Bahn 5 störungsfreier ablaufen können.

Sollte sich allerdings auf der Bahn 1 in der angegebenen Zeit Niemand einfinden, so kann diese selbstverständlich ebenfalls zum Training genutzt werden. Ggf. wäre auch in Abstimmung mit den anderen Nutzern im Schwapp ein Bahnentausch hin zur Nachbarbahn der Bahn 5 möglich. Dies sollte dann fallweise durch die jeweils Anwesenden vor Ort zu organisiert werden.