



Lars Schläger muss am Samstag früh aufstehen: Morgens um 5 Uhr beginnt der Wappenweg-Ultralauf über 100 km. Foto: Bernhard Pierel

»Einstiegsdroge« Hermannslauf

170. Langdistanz: Für Lars Schläger ist der Wappenweg-Ultralauf ein kleines Jubiläum

Von Jörg Manthey

Bielefeld (WB). Lars Schläger ist Ultraläufer aus Leidenschaft. »Man läuft für das Gefühl hinterher«, schmunzelt der 31-Jährige und strahlt. Für ein erhebendes Gefühl, das die deutsche Sprache kaum in fassbare Ausdrücke zu kleiden vermag. Am Samstag gehört er zu den mutigen 41 Männern und acht Frauen, die die Premiere des Wappenweg-Ultralaufs bestreiten.

Seine »Einstiegsdroge« (Schläger) war der Hermannslauf. Damals war er 20. Seither hat sich die Distanz peu à peu vervielfacht. Auf den Systemadministrator der Firma Oetker warten 100 Kilometer mit 1100 Höhenmetern. »Jede Strecke ist eine neue Herausforderung, ein nicht alltägliches Erlebnis. Klasse, dass es solch einen Lauf jetzt vor der Haustür gibt. Ich war sofort Feuer und Flamme, als ich das mitgekriegt hab«, schwärmt Lars Schläger. Der Hoberger begeht Samstag ein kleines Jubiläum. Es wird sein 170. Lauf im Ultrabereich (Marathon und länger) sein. »Aber ich gehöre nicht zu den Sammlern«, erklärt er. »Ich liebe es einfach, in der Natur zu laufen. Du lernst schöne Gegenden in Deutschland kennen.«

100 Kilometer sind für ihn nichts Neues. Ob Chiemgauer Bergultra (17:39:14 Std.), Thüringen Ultra (12:23:13), Bodefelder Hollenlauf (12:02:20) oder den Ultra Trail



Naturbursche Lars Schläger, hier im Chiemgau unterwegs, lernt Deutschland laufend neu kennen.

Serra de Tramuntana in Spanien (112 km/20:41:56); Schläger hat schon zahlreiche Endorphin-Ausschüttungen erlebt. Zeiten sind für ihn dabei eher zweitrangig.

Der frühere Handballer der HSG Spradow hat auch mal Triathlon für sich ausprobiert. Kurzdistanz. »Doch Schwimmen ist nicht so meins. Und mit dem Neoprenanzug war es mir auch zu nervig. Dazu das Fahrrad, das eine Rennmaschine sein muss; für mich eine zu große Materialschlacht. Laufen

macht einfach am meisten Spaß.« Zweieinhalb Liter Flüssigkeit wird er Samstag vom Start weg am Körper tragen. Iso-Getränke. Plus Becher. »Ich finde es gut, Müll zu reduzieren. Man kennt ja die Bilder von den Marathons mit den Bergen an Plastikbechern.« Magnesium zur Vorbeugung von Krämpfen sei Pflicht. Alle zwei bis drei Stunden wird er eine Pille schlucken. Zur Verarbeitung mentaler Tiefs, die sich immer wieder mal einschleichen können, hat er Musik als hilfreiches Mittel schätzen gelernt. »Harte Sachen, aber auch Balladen. Es läuft nicht immer rund«, weiß Schläger. Eine »persönliche Niederlage« fühlt sich nicht gut an. 2012, beim 100 km-Lauf um die Zugspitze, musste er diese bittere Erfahrung machen.

»Es läuft nicht immer rund. Musik hilft mir dann über die Tiefs hinweg.«

2000 Metern Höhe einen gigantischen Sonnenaufgang erleben. Blauer Himmel, eine wunderbare Fernsicht. Ich hab mich zehn Minuten hingesetzt und dieses Erlebnis einfach nur genossen.« Nachts durchlaufen, da protestiert der Biorhythmus schon mal. Lars Schläger kennt dieses irritierende Gefühl, wenn ihm sein Ich einen Streich spielt. »Einmal war ich nur noch müde und habe mir eine Bank zum Drauflegen gewünscht. Plötzlich habe ich überall Bänke gesehen.« Es folgte ein Nickerchen auf einem Baumstumpf.

Lars Schlägers Traum vom Grand Raid auf La Reunion lebt weiter. Die 164 Insekilometer dort haben den einprägsamen Titel: »Diagonale der Verrückten.« Aber erst mal freut er sich »total auf den

Wappenweglauf. Mein Highlight in diesem Jahr.« Schon deshalb, weil 2015 bislang nicht ganz so gut lief. Im April musste der Modellathlet einen geplanten Ultratrail auf Mallorca absagen. Im Juli zwickte zum ersten

Mal überhaupt seine Achillessehne. Schläger freut sich aufs Wiedersehen mit Gleichgesinnten. »Die Hälfte kennt man. Es ist wie eine große Familie.« Am Freitag wird der Schalke-Fan (»Der Verein sucht sich einen. Nicht umgekehrt«) zusammen mit Freundin Anja eine schöne Mahlzeit zubereiten. »Wahrscheinlich Pizza. Eher deftig. Mit Thunfisch, Salami und Schinken.« Und nach dem Lauf gibt's zur Belohnung das ein oder andere Bierchen.

Heepen 5:4 nach Verlängerung

Kreispokal: Wellensiek schlägt Canlar 4:1

Bielefeld (WB/jm/lula). Die erste Runde im Fußball-Kreispokal hat am Abend keine großen Überraschungen gebracht. Bezirksligist VfR Wellensiek setzte sich 4:1 bei SuK Canlar durch. Im A-Liga-Duell triumphierte Ubbedissen 3:2 beim VfL Ummeln. Spannend machte es Heepen beim 5:4 in Hoberge.

SuK Canlar – VfR Wellensiek 1:4 (0:0). Lange war es ein Geduldsspiel. Mit einem Doppelschlag innerhalb von fünf Minuten durch Maneke Bondzio-Becker und Sercan Erülkeroglu stellten die Gäste die Weichen auf Sieg. Ein Eigentu der Wellensieker brachte SuK Canlar nochmal zurück ins Spiel. Aber als die Gastgeber in der Endphase alles riskierten und auf den Anschluss drängten, schlug der Bezirksligist zweimal eiskalt zu. Erst erzielte Christoph Stoll das 3:1, ehe Ali Cinar mit seinem Treffer den Schlusspunkt setzte. »SuK hat uns das Leben zunächst echt sehr schwer gemacht und stand sehr stabil, aber aufgrund der zweiten Hälfte haben wir verdientermaßen die zweite Runde erreicht«, meinte VfR-Coach Igor Sreckovic. Canlars Trainer Dario Scardino war »trotz Niederlage echt zufrieden. Die Jungs haben ein gutes Spiel gemacht.«

VfL Ummeln – SV Ubbedissen 2:3 (1:2). Im Duell der A-Ligisten schoss Dennis Bilewicz die Trügelbatter zwar in Führung, doch Ubbedissen riss die Partie an sich. Drei Treffer durch Jonas Elbracht und Rouven Lutz (2) bedeuteten eine Vorentscheidung. Tom Jungelblott schaffte nur noch den Anschluss. Ummelns Obmann Frank Pietsch musste einräumen: »Das Ergebnis geht so in Ordnung.« Patrick Nottebrock vom SVU schwärmte: »Das war von beiden Teams toller Fußball. Ummeln hatte etwas mehr vom Spiel, aber wir die besseren Tormöglichkeiten. Ich bin richtig happy.«

Spfr. Sennestadt – VfL Schildesche 1:5 (0:2). Sennestadt vergab

in der elften Minute einen Strafstoß. In einem Duell mit zahlreichen Standardsituationen machte es Felix Kwarteng besser und brachte den Gast in Führung (18.). Eine Minute vor der Pause erhöhte Besart Zeka auf 2:0. Nach Tim Fischers 3:0 (55.) schien es eine einseitige Angelegenheit zu werden, doch prompt antwortete Arnold Blehm (57.) mit dem 3:1. Da waren die Gelb-Roten Karten für die SFS-Spieler Alexander Britze (58.) und Sebastian Lange (74.) kontraproduktiv. Schildesche erhöhte in Überzahl auf 4:1 (76., Besart Zeka) und 5:1 (86., Tim Fischer).

TuS Hoberge-Uerentrop – SV Heepen 4:5 n.V. (3:3,0:2). Lange sah der A-Ligist aus Heepen wie der sichere Sieger aus. Die Männer von Andreas Beyer führten nach Toren von Samuel Generotzki, Mario Wittrowski und Leon Werner bereits komfortabel mit 3:0. Doch Hoberge kämpfte sich noch einmal heran und erzwang die Verlängerung. In dieser berapellte sich der klassenhöhere SVH und zog auf 5:3 davon. Es trafen Tobias Steinborn und Alexander Kollmeyer. Hoberges Anschlusstreffer zum 4:5 kam dann zu spät. »Wir haben 60 Minuten alles im Griff, und mit unseren Wechseln und dem ersten Gegentor brechen alle Dämme bei uns. Immerhin sind wir trotzdem weiter«, meinte Heepens Trainer Andreas Beyer.

Heute Abend wird die erste Pokalrunde abgeschlossen mit den Spielen: SV Yek-Spor – SC Hicret (19 Uhr), SV Brackwede – SC Babenhausen, TuS Union 02 – TuS Quelle, TuS Brake – SCB 04/26 und FC Türk Sport – VfB Fichte (alle 19.30 Uhr). Die zweite Runde steigt vom 15. bis 17. September.

Weitere Ergebnisse: SV Baumheide – TuS Langenheide 2:5 (1:3), SG Oesterweg – KSC Bosna 8:1 (4:0), Jugos Künsebeck – TuS 08 Senne 1:2 (1:3), SC Hellas – Spvg. Steinhagen 0:9 (0:2), SG Hessel – Friesen Milse 0:8 (0:4), FC Altenhagen – Türkücü Sennestadt 1:2 (0:2), Union Vilsendorf – BSV West, TG Hörste – SC Peckeloh 1:9 (0:4), Türk Steinhagen – SC Halle 3:0 (2:0), Español Vermold – SpVg. Vermold 1:8 (1:4).

Ertunc staunt

Bezirksliga: SC Hicret besiegt Stukenbrock mit 2:0

Bielefeld (WB/jm). Aufsteiger SC Hicret hat in der Fußball-Bereichsliga seinen ersten »Dreier« eingefahren. Am Abend besiegte die Mannschaft von Mehmet Ertunc den Vorjahresvierten FC Stukenbrock verdient mit 2:0 (1:0). Und der Trainer staunte, positiv überrascht. »Ein super Spiel von uns. Ich habe die Mannschaft nicht wiedererkannt. Sie hat ein ganz anderes Gesicht gezeigt als am Sonntag.« Die Maßnahme, die beiden Urlauber İlhami Karabas und Okan Hastürk ins kalte Wasser zu werfen, sollte sich auszahlen. »Ein Sonderlob an diese beiden.« Kurz vor der Pause markierte

Kunstschütze Özgen Yıldız mit einem direkt verwandelten Freistoß aus 20 Metern die 1:0-Führung. Das 2:0 durch Atilla Koz war nicht weniger sehenswert: ein überlegter Heber über den Torwart (61.). »Wir hätten auch höher gewinnen können«, sagte Mehmet Ertunc. Doch Karabas und der eingewechselte İlhan Aslan trafen nur die Latte. In dieser Verfassung wird Hicret die Bezirksliga noch so manches Mal rocken.

SC Hicret: Afyon – Hastürk, Karahan, Gül, Amdemichael, T. Ertunc, Gebedek, Yıldız (62. Kaya), Diabang (70. İlhan Aslan), Koz, Karabas (77. Kocakas).
Tore: 1:0 Yıldız (45.), 2:0 Koz (61.).

Wenn der Fußball zur Chance wird

Drei Asylsuchende aus Albanien und Ghana zum Probetraining im Arminia-Nachwuchsleistungszentrum

Bielefeld (WB/jm). 1:0 für eine aktive Willkommenskultur. Drei Asylsuchende haben am Mittwochvormittag ein Probetraining beim DSC Arminia Bielefeld begonnen.

Brian Andy Aklie aus Ghana und der Albaner Elidan Bilali, ein Linksfuß, sind alterstechnisch Kandidaten für die U23-Mannschaft, den Oberligaprimus. Der 15 Jahre alte Erion Bilali (Albanien) könnte im U16-Team unterkommen, das in der Jugend-Landesliga spielt. Das Trio nahm gestern Vormittag zunächst an Einheiten des Förderkaders teil. Für die 16 Leute (aus U 19 und U 23) standen individuelle Abläufe auf dem Programm. »Koordinative Sachen, technische Übungen, Passformen, Torabschlüsse«, gibt U 23-Trainer Daniel Scherning einige Inhalte wider –

und bleibt zurückhaltend. »Es ist zu noch früh, Konkretes zu sagen.« Nachmittags stand Teamtraining an. Die drei Asylbewerber aus Ghana und Albanien waren ursprünglich untergebracht in Rees, bis sie nach Ostwestfalen weiterbefördert wurden. »Alle drei werden erstmal ganz normal bei uns mittrainieren. Dann sehen wir weiter und entscheiden, ob wir die Spieler in die Teams integrieren«, erklärt Arminia-Sprecher Tim Santen.

»Entdecker« des Trios war der Freizeitpädagoge Chris Terhart, der die Flüchtlinge in der Unterbringungseinrichtung in Rees betreut hatte. »Das sind drei echte Granaten, die auch im deutschen Fußball eine Chance verdient haben«, hatte der gemeint.

Nun erhalten sie beim DSC diese

Chance; Perspektive statt Ungewissheit. Ganz im Sinne von DFB-Präsident Wolfgang Niersbach. »Unsere Fußballkultur ist bunt und bietet allen Menschen eine Heimat. Dass der Fußball keine Unterschiede zwischen Kulturen, Religionen und Sprachen macht, ist Teil seiner Stärke und Faszination.« Fußball sei ein wichtiger Beitrag, Leichtigkeit in den Alltag von Flüchtlingen zu bringen.

Bei allem Wohlwollen zum Helfen gibt Daniel Scherning doch einen einschränkenden Unterschied zu bedenken. »Wir sind kein Breitensportverein. Grundsätzlich kommt es bei uns Leistung an. Wir sehen uns die Jungs an, bewerten die fußballerische Qualität und entscheiden dann, ob sie uns weiterhelfen.«



Flüchtlinge im DSC-Probetraining, von links: Elidan Bilali, U 23-Trainer Daniel Scherning, Erion Bilali und Brian Andy Aklie. Foto: Peter Unger

Fußball

Männer Bezirksliga St. 2

Hicret Bielefeld - FC Stukenbrock	2:0
1. TA Gütersloh	2 2 0 3:1 6
2. FC Kaunitz	2 1 1 0 5:1 4
3. TSV Oerlingshn.	2 1 1 0 6:4 4
4. VfR Wellensiek	2 1 1 0 5:3 4
5. TuS Friedrichsdorf	2 1 0 1 5:3 3
6. BV Werther	2 1 0 1 5:3 3
7. TuS Jöllenbeck	2 1 0 1 3:2 3
7. FC Stukenbrock	2 1 0 1 3:2 3
9. FC Türk Sport	1 1 0 0 2:1 3
10. Hicret Bielefeld	2 1 0 1 3:3 3
10. SV Jerxen -0.	2 1 0 1 3:3 3
12. Aram. Gütersloh	2 1 0 1 2:3 3
13. SC Bielefeld	2 1 0 1 4:6 3
14. FSC Rheda	2 0 1 1 4:5 1
15. PSV Detmold	2 0 1 1 4:6 1
16. SC Wiedenbrück II	2 0 1 1 1:4 1
17. Vikt. Rietberg	1 0 0 1 1:2 0
18. SW Marienfeld	2 0 0 2 0:7 0