

Hier ruht rein gar nichts



Als Sebastian Palussek merkt, dass er die Verpflegungsstation verpasst hat, befindet er sich auf halbem Weg zum Pass auf die 2061 Meter hohe Kleine Scheidegg. „Da dachte ich ans Aufhören.“ Das tun 183 der 333 Starter beim Inferno Triathlon. Der Weinheimer kämpft sich ins Ziel.



Kurz nach dem Wechsel aufs Mountainbike hat Palussek noch gut lachen. 600 Höhenmeter später merkt er, dass ihm die Verpflegung fehlt.

Von wegen still ruht der See: Allein die Zahlen lesen sich infernalisch. Beim Durchqueren des stark gewellten Thuner Sees müssen 3,1 Kilometer geschwommen werden. Danach geht es 97 Kilometer aufs Rennrad bei 2145 Höhenmetern, darauf werden noch einmal 1180 auf der anschließenden 30-Kilometer-Mountainbike-Strecke gepackt. Und am Ende der Gipfel: das Schildhorn. Nach 25 Kilometern Berglauf und 2175 Höhenmetern. Sebastian Palussek schafft das alles in 10:39 Stunden. Vom Rad absteigen muss er nicht wegen der Steigungen. Er hat die ungewöhnlich in der Wechselzone gelegene Verpflegungsstation verpasst und nimmt auf der Passstraße zur Kleinen Scheidegg jede Kuhtränke am Wegesrand mit, um zumindest seinen Durst zu stillen. „Als dann endlich eine Station kam, hatten die nur Getränke. Zum Glück hat mir eine Helferin ihre persönliche Banane geschenkt“, erinnert

sich der 39-Jährige an sein Missgeschick. Doch wenig später, als der Blick frei wird auf Eiger, Mönch und Jungfrau ist der mentale Akku wieder ganz aufgeladen. „Ich liebe die Berge, da ziehe ich mir ganz viel Motivation. Für mich ist der Inferno Triathlon der schönste, den ich in meiner Karriere bisher absolviert habe.“

Aber wie kommt man auf diese Tortur von 5500 Höhenmetern an einem Tag? „Es stand einfach auf meiner To-do-Liste. Dinge, die ein Triathlet einmal im Leben gemacht haben sollte“, erinnert sich Palussek, der in Micha Wagner einen verständnisvollen Chef hat. Schließlich hat der Weinheimer Radexperte seinen Angestellten erst zum Triathlon gebracht. „Die eigentliche Herausforderung ist, sich auf so eine Sache überhaupt vorbereiten zu können. Schließlich haben wir einen Zwölf-Stunden-Job“, sagt Wagner.

Trainingslager bringt Glück

Doch der ehemalige Radrennfahrer Palussek ist eben ein echter Wettkämpfer. „Das mache ich lieber als Training“, sagt er und grinst. Trotzdem. Als sein Entschluss feststeht, an diesem spektakulären Ausdauerwettkampf in den Schweizerbergen teilzunehmen, schraubt er sein wöchentliches Pensum auf 13 Stunden. Die Mittagspause wird sehr sportlich, den Heimweg aus der Weinheimer Weststadt nach Dossenheim

nimmt Palussek öfter über den Odenwald. „Auch da kann man schon unter 100 Kilometern öfter mal 2000 Höhenmeter sammeln.“ Gornheimetal, Neckarsteinach, Königsstuhl, Vöckelsbach, Hilsenhain, Bärsbach – „Palu“ nimmt jede Steigung mit. Und dann schenkt ihm sein Chef fürs zehnjährige Mitarbeiter bei Radsport Wagner noch ein zweiwöchiges Trainingslager auf Lanzarote. Ein doppeltes Glück, denn hier lernt Palussek seine Freundin Amira, ebenfalls Triathletin, kennen. „Die macht genauso verrückte Dinge wie ich“, lacht er.

Dass sie sein größter Fan am Wegesrand war, versteht sich von selbst. Nach den ohnehin schon irren Schwimmen und Radfahren, bei dessen steilen Mountainbike-Ab schnitten mancher Downhiller absteigt, wartet am Ende noch der Lauf aufs 2980 Meter hohe Schilthorn. „Da geht es auf einem Kilometer beim ‚Kanonenrohr‘ fast 1000 Meter hoch. Im Winter ist das eine schwarze Skipiste“, erinnert sich Palussek an den Abschnitt, dem hochalpines Gelände und grobes Geröll folgt. So mancher Starter krabbelte bei 4 Grad Celsius auf dem Gipfel auf allen Vieren ins Ziel. „Es war so neblig, dass wir nach Gehör gelaufen sind. Aber da oben dann anzukommen, das war Wahnsinn. Einfach wunderschön.“ Es war sein persönlicher Triumph im Kampf gegen die Elemente. AT



Im Nebel aufs Schilthorn: Beim 25-Kilometer-Berglauf betrug die Steigung 2175 Höhenmeter.

SPORT-REPORT

Heute kein Scholz-Turnier

WEINHEIM. Die für heute geplante zweite Auflage des Karl-Heinz Scholz-Gedächtnisturniers findet nicht statt. Die erste Mannschaft des Gastgebers TSG 1862 Weinheim kann verletzungs- und krankheitsbedingt keine konkurrenzfähige Mannschaft zusammenstellen, sodass die Organisatoren der Handballabteilung kurzfristig die Absage des Turniers beschließen mussten.

TuS 02-Spiel droht Absage

WEINHEIM. Das für Sonntag, 15 Uhr geplante Spiel der Fußball-Kreisklasse B zwischen dem TuS 02 Weinheim und dem SC Blumenau II steht auf der Kippe. Erneut stehen zu wenige Schiedsrichter zur Verfügung. Ob gespielt werden kann, entscheidet sich erst am Samstagmorgen. Sollte die Begegnung abgesagt werden, wird sie am Mittwoch nachgeholt.

SV Schriesheim II siegt 3:1

SCHRIESHEIM. Das wegen Schiedsrichter-Mangel ausgefallene Spiel der Fußball-Kreisklasse B gegen DJK Fortuna Edingen-Neckarhausen II gewann der SV Schriesheim II am Freitagabend mit 3:1 (2:0) relativ ungefährdet. „Nach hektischem Beginn hatten wir das Spiel ganz gut im Griff, haben uns zwischenzeitlich dann zu sicher gefühlt, aber am Ende wieder defensiv stark dagegehalten“, sagte SVS-Trainer Markus Gohlke. Beim 1:0 hob Nico Schmitt den Ball aus 30 Metern über DJK-Keeper Abel Senbetu ins Tor (15.). Danach kam von den Gästen nicht mehr viel. Dagegen traf Christian Goder (30.) per 20-Meter-Schuss zum 2:0 in den Winkel und Mike Schleinig staubte nach Querpass von Timo Siebler zum 3:0 ab. Mehr als das 3:1 von Ismail Cengiz ließ die SVS-Abwehr nicht zu. AT
SV Schriesheim: Hipp; Kornmüller, Ullrich, Pagonas, Goder, Beckenbach, Siebler (85. Wäsch), Reitberger (65. Griesheimer), Wendfeuer (70. Hornigo), Schmitt (60. Lampertsdörfer), Schleinig.
Tore: 1:0 Schmitt (15.), 2:0 Goder (30.), 3:0 Schleinig (51.), 3:1 Cengiz (58.).

DAS SPORTPROGRAMM AM WOCHENENDE

FUSSBALL

Regionalliga Südwest
Sonntag, 26. August, 15 Uhr:
 1. FC Saarbrücken - SV Waldhof

Verbandsliga
Samstag, 25. August, 15.30 Uhr:
 SV 98 Schwetzingen - VfB Gartenstadt
Sonntag, 26. August, 15 Uhr:
 VfR Mannheim - 1. FC Bruchsal
 VfR Fortuna Heddesheim - VfB Eppingen
 TSV Wieblingen - TSG 62/09 Weinheim

Landesliga
Sonntag, 26. August, 15 Uhr:
 SG Hemsbach - 1. FC Mühlhausen

Kreisliga
Samstag, 25. August, 14 Uhr:
 SC 08 Reilingen - TSG 62/09 Weinheim II
Sonntag, 26. August, 15 Uhr:
 TSG Lützelbach - TSV Am. Viernheim
 Phönix Mannheim - FV Leutershausen

Kreisklasse A
Sonntag, 26. August, 15 Uhr:
 Wallstadt II - SV Schriesheim (12.30)
 Heddesheim II - LSV Ladenburg (12.30)
 SG Hemsbach II - SG 1983 Viernheim (13)
 SV Laudenbach - ASV Feudenheim
 FV 03 Ladenburg - SG Hohensachsen

Kreisklasse B Staffel II
Sonntag, 26. August, 12.30 Uhr:
 Phönix Mannheim II - TSV Sulzbach II

Kreisklasse B Staffel III
Sonntag, 26. August, 12.30 Uhr:
 SC United Weinheim - SG Viernheim II
 TSG Lützelbach II - TSV Schönau
 VfB Gartenstadt III - SV Schriesheim II
 SV Rippenweier - TSV 1887 Sulzbach (15)
 TuS 02 Weinheim - Blumenau II (15)

Gruppenliga Darmstadt
Sonntag, 26. August, 15.30 Uhr:
 SV Unter-Flockenbach - FC Fürth

Kreisoberliga Bergstraße
Samstag, 25. August, 16 Uhr:
 VfL Birkenau - SC Olympia Lorsch
Sonntag, 26. August, 15.15 Uhr:
 ET Wald-Michelbach II - Anat. Birkenau

Kreisliga A Bergstraße
Sonntag, 26. August, 15.15 Uhr:
 Azz. Lampertheim - SV U.-Flockenbach II

Kreisliga B Bergstraße
Sonntag, 26. August, 15.15 Uhr:
 Türkspor Wald-Michelbach - TG Trösel
 VfL Birkenau II - ISC Fürth

Kreisliga D Bergstraße Gruppe 2

Sonntag, 26. August, 13.15 Uhr:
 FSV Rimbach II - TG Jahn Trösel II
 SV U.-Flockenbach III - ISC Fürth II

HANDBALL

3. Liga Ost
Samstag, 25. August, 20 Uhr:
 TVG Großsachsen - HSG Hanau
Sonntag, 26. August, 17 Uhr:
 Eintracht Baunatal - SG Leutershausen

TRIATHLON

V-Card-Triathlon Viernheim
Sonntag, 26. August, ab 9 Uhr:
 Start mit dem Schwimmen 1,5 Kilometer im Hemsbacher Wiesensee, danach 40 Kilometer Radstrecke von Hemsbach über Laudenbach, Juhöhe, Nieder-Liebersbach, Saukopftunnel nach Viernheim, Abschluss 10 Kilometer Laufstrecke mit Ziel Waldstadion Viernheim

RADSPORT

Deutschland-Tour
Sonntag, 26. August, ab 12 Uhr:
 Schlusstappe von Lorsch nach Stuttgart über Viernheim, Muckenturm, Hohensachsen, Großsachsen, Rittenweier, Rippenweier, Ursenbacher Höhe, Altenbach, Wilhelmsfeld

Segelfliegen: Piloten des LSV Weinheim beenden erfolgreiche Saison

Südafrikanisches Klima im Monat Juli

WEINHEIM. Mit dem 46. Sommerfest des Luftsportvereins (LSV) Weinheim am 1./2. September auf der Alttau enden bei den LSV-Segelfliegern auch die weiten Streckenflüge beziehungsweise die Teilnahme an den Wettbewerben. Schon im März herrschte gute Thermik. Rückblickend war es eine gute Saison, wobei vor allem im Juni und Juli, den heißesten trockenen Monaten in diesem Jahr, den LSV-Piloten tolle Flüge in Höhen zwischen 2000 und 3000 Metern gelang.

Der 23-jährige Junior Finn Riegler schwärmte in dieser Zeit bei seinen Flügen von Steigwerten bis 6,7 m/s. „Wir hatten im Juli in der heißesten Phase südafrikanisches Klima, da macht das Segelfliegen riesigen Spaß“, sagt der Sohn von Alexander Riegler, der 35 Jahre lang flog und 20 Jahre als Fluglehrer beim LSV wirkte.

Meist starteten die Weinheimer Segelflieger mit ihren Hochleistungsmaschinen, der LS 4, dem Discus und Duo Discus beziehungsweise der ASW 27 und der ASH 31/21 m in Richtung Osten über den Odenwald. Weiter dann Richtung Eichstett - Nürnberg. „Dort müssen wir die Entscheidung treffen, weiter nach Nordosten zur Wasserkuppe beziehungsweise Tschechien oder über Nürnberg, Stuttgart und über die Schwäbische Alb zurück nach Weinheim zu fliegen.“ Junior Riegler hatte seinen weitesten Alleinflug mit 680 km in 7:39 Stunden im Discus am 31. Juli. Im Duo Discus einmal mit „Matze“ Arnold und Oliver Welker standen für das Jungtalent im Juli zwei Flüge von 814 km in 7:33 Stunden und 811 km über 7 Stunden bei Durchschnittsgeschwindigkeiten von über 100 km/h zu Buche.

Der 46-jährige Oliver Welker schaffte mit seinem besten Flug dieses Jahres am 31. Juli 621 km (100 km/h). An seine persönliche Re-

kordweite von 936 km im Jahr 2015 kam er diesmal nicht heran. Auch Vorsitzender Wilhelm Jelkmann (beste Strecke 660 km in 2016) hatte am 31. Juli mit 437 km sein Erfolgserebnis. Klaus Godzieba überraschte im Juli seine Kollegen in seiner ASH 31/21m mit drei Flügen von 678 km (7:47 Stunden), 592 km (102 km/h) und 760 km (101 km/h).

Herausragend war Junior Matthias Arnold mit fünf Flügen zwischen 680 bis 1015 km sowie sein LSV-Rekord von 1080 km in 12 Stunden mit Start und Ziel in Weinheim am 26. April (wir haben berichtet).

Insgesamt verzeichnete der LSV bisher 53 Flüge mit gesamt 284:36 Stunden von der Alttau aus. Gegenwärtig belegen Arnold in der OLC Juniorchallenge – die drei besten Flüge werden gewertet – den zweiten Platz und Finn Riegler Platz 16

unter den 1085 Teilnehmern. In der Standardklasse der Deutschen Meisterschaft liegt Arnold auf Platz sechs. Und in der Baden-Württemberg Meisterschaft belegt das LSV-Juniorenteam mit Matthias Arnold, Finn Riegler und Tobias Schweikard – jeweils bester Flug – den dritten Platz. Diese Piloten sind gewissermaßen die Vorbilder für die 20-köpfige LSV Jugendgruppe, die die Fluglizenz beim LSV erwerben wollen.

Für das Sommerfest am 1. Septemberwochenende rechnet das bewährte „Duo“ mit dem Vorsitzenden Willi Jelkmann und dem langjährige Vorsitzenden Hans-Peter Gai, übrigens jetzt zum 16. Mal in der Veranstaltungsleitung dabei, mit stabilem Hochdruck, sodass dem größten Volksfest nach der Weinheimer Kerwe ein herausragender Besuch zu wünschen ist. pfr.

Fußball: SV Waldhof geht mit viel Selbstbewusstsein ins Topspiel bei Meister Saarbrücken

Variable Offensivkraft gesucht

MANNHEIM. Die ersten Wochen einer Saison sind immer eine kleine Reise ins Ungewisse. Wie funktionieren die Neuzugänge? Kommt die Mannschaft gut aus den Startlöchern? Fußball-Regionalligist SV Waldhof hat die Antworten auf dem Platz gegeben. Mit zuletzt vier Siegen in Folge untermauerten die Mannheimer ihren Anspruch, wieder um den Aufstieg mitspielen zu wollen.

„Ein Spiel auf Augenhöhe“

Weitere richtungweisende Aufschlüsse über das Leistungsvermögen der Elf von Bernhard Trares wird es am Sonntag (15 Uhr/live Sport1) geben, wenn der SVW zu Meister 1. FC Saarbrücken reist. „Es

wird ein Spiel auf Augenhöhe“, erklärt der Mannheimer Coach: „Beide Teams haben eine gute Grundstruktur und in der Offensive individuelle Klasse, die ein Spiel entscheiden kann.“

In der vergangenen Rückrunde gewann der Waldhof 1:0 im Saarbrücker Ausweichstadion in Völklingen. Ein Ergebnis, das Rechtsverteidiger Marco Meyerhöfer auch bei der Neuaufgabe „sofort unterschreiben“ würde. Der 22-Jährige gehört zu den Härtefällen im Team. In der vergangenen Saison unumstrittener Leistungsträger muss sich Meyerhöfer nach einer Muskel-Verletzung, die ihn die komplette Vorbereitung kostete, wieder in die Startelf zu-

rückkämpfen – zumal Neuzugang Jan Just den Job hinten rechts bisher solide verrichtet. „Marco hat sich super rangearbeitet und ist soweit er könnte theoretisch von Anfang an spielen“, betont Trares vor dem Südwest-Traditionsduell im Hermann-Neuberger-Stadion. Allerdings tendiert der 53-Jährige dazu, das zuletzt erfolgreiche Team wieder beginnen zu lassen.

Gefahndet wird auf dem Transfermarkt nach einer variablen Offensivkraft, die zur Spielidee des Trainers passt: aggressiv gegen den Ball arbeitend, schnell und laufstark: „Wenn das nicht der Fall ist, werden wir nichts mehr machen.“ alex



Erfolgreiche LSV-Piloten von links: Hans-Peter Gai, Willi Jelkmann, Finn Riegler und Oliver Welker. Im Duo Discus: Fluglehrer Timo Bardelli und Schüler Timo Hagen.

BILD: WOLF-RÜDIGER PFRANG