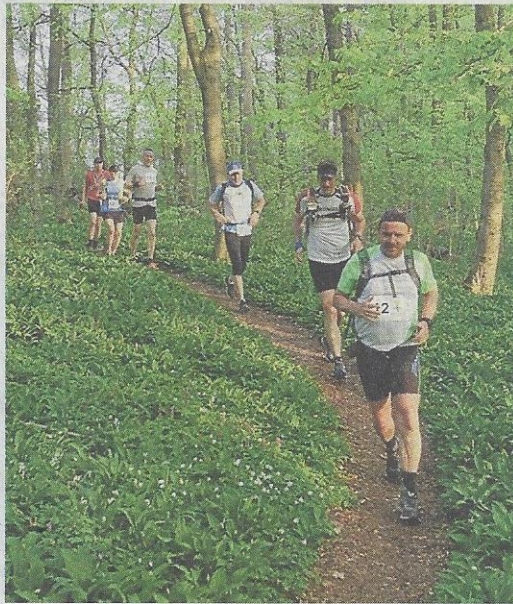


81 Kilometer über Stock und Stein beim Ith-Hils-Ultratrail

18.6.21

BAD MÜNDER. Fast die doppelte Distanz eines Marathons wollen gut trainierte Ausdauerathleten beim 5. Ith-Hils-Ultratrail bewältigen. Am Sonnabend, 3. Juli, stellen sich 60 Ultraläufer der Herausforderung, in maximal 14 Stunden 81 Kilometer inklusive 2100 Höhenmetern auf dem Wanderweg hinter sich zu bringen. Startzeit ist um 6 Uhr und 8 Uhr an der Ith-Sole-Therme in Salzhemmendorf. Bis 20 Uhr haben die Läufer Zeit, um am Startpunkt auch durch das Ziel zu laufen. Die Besten werden ab 17 Uhr erwartet.

Nach zweimaliger Verschiebung ist die Vorfreude bei Veranstaltern, Organisatoren und Sportlern groß, dass der Ultralauf mit wenigen Einschränkungen durchgeführt werden darf. Daher waren die 60 Startplätze schnell vergriffen. Das von der Tourismuszentrale östliches Weserbergland (GeTour) und Ultratrail-Läufer Detlef Erasmus veranstaltete Laufevent zieht Athleten aus dem gesamten Bun-



Unterschiedlichste Herausforderungen warten am 3. Juli auf die Teilnehmer des Ith-Hils-Ultratrail.

FOTO: GETOUR

desgebiet an. Die Streckenführung besticht durch eine zauberhafte Landschaft. Bizarre Felsen, schmale Naturpfade, weite Ausblicke und tiefe Höhlen versüßen den Läufern die Strapazen.

Unterwegs gibt es Verpflegungsstationen an den Parkplätzen Ith-Kamm bei Lauen-

stein, Ith-Holzen, Grünenplan, Delligsen und Marienhagen. Wanderer, die an diesem Tag auf dem Ith-Hils Weg unterwegs sind, werden nicht beeinträchtigt, dürfen die Ultraläufer aber jederzeit anfeuern und mit Applaus bei ihrem anstrengenden Vorhaben unterstützen. ds

Hesse siegt mit Abstand

BAD MÜNDER/SALZHEMMENDORF. Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus ganz Deutschland – einer sogar aus den Niederlanden – waren beim Ith-Hils-Trail am Start. Den 81 Kilometer langen Lauf mit Start und Ziel an der Ith-Sole-Therme in Salzhemmendorf richtete der Münderaner Detlef Erasmus zum fünften Mal aus – zum ersten Mal im Hochsommer.

Bei Temperaturen von bis zu 25 Grad galt es, sich die Kräfte gut einzuteilen und viel zu trinken – zumal auch 2100 Höhenmeter überwunden werden mussten. Eine weitere Herausforderung: Anders als bei den ersten Läufen, die jeweils im April stattfanden, sorgte die üppige Ve-

getation für größere Herausforderungen.

Die meisterte Jörn Hesse vom Delligser SC in 9:24 Stunden am besten, gefolgt von Jürgen Bäßler (Bienenbüttel) und Lutz Geske (Barnstorf/beide 10:01). Schnellste Fraue Katrin Neugebauer (Lauenhagen) und Petra Berkath (Walsrode), die gemeinsam nach 12:15 Stunden ins Ziel liefen.



Zwei Teilnehmer nutzen eine willkommene Erfrischung.

NDZ 7.7.21