

## Nebel und schlechte Sichtbedingungen werden für die Teilnehmer des Dreikönigslaufs zur besonderen Herausforderung

Rund 70 Laufbegeisterte treffen sich am Gehrenberg  
Wetterbedingungen erfordern gute Streckenkenntnis  
Wie sich der Lauf in den 29 Jahren seines Bestehens verändert hat



Der Aufstieg durch den Wald zum Gehrenbergturm verlangt im dichten Nebel einen guten Orientierungssinn.  
| Bild: Helga Stützenberger

VON **HELGA STÜTZENBERGER**

Grau in grau: So präsentierte sich der Gehrenberg am Dreikönigstag. Umso bunter und kontrastreicher erschien indessen die Schar an Laufbegeisterten, die sich bereits morgens um halb zehn beim Wirtshaus am Gehrenberg eingefunden hatte, um gemeinsam zum traditionellen Dreikönigslauf zu starten.



Ein buntes Bild trotz Nebelgrau: Rund 70 Läufer sind auf unterschiedlich langen Strecken beim traditionellen Dreikönigslauf über den Gehrenberg gestartet. | Bild: Helga Stützenberger

„Seit 29 Jahren findet dieser Lauf an Dreikönig statt“, erklärt Organisator Herbert Eberhardt von der ehemaligen Langstreckenstaffel Friedrichshafen. „Eigentlich war das unsere ursprüngliche Trainingsstrecke“, so der einstige Staffelläufer. Und eigentlich sei das zu Beginn eine Herausforderung ausschließlich für Profis gewesen. „Dann wurden wir aber schnell immer weniger“, erinnert sich Herbert Eberhardt an die Anfänge. Um das Ganze nicht wieder einschlafen zu lassen, wurden alsbald die Partner, die Freunde und Nachbarn rekrutiert und der Lauf für jeden Anspruch ermöglicht.

Das könnte Sie auch interessieren



#### MARKDORF

Die Narren sind aus ihrem Schlaf erwacht und freuen sich auf die fünfte Jahreszeit

## Von ursprünglich 15 zu durchschnittlich 70 Teilnehmern

Heute, fast 30 Jahre später, sind aus durchschnittlich 15 Läufern 70 und mehr geworden; darunter befinden sich Sportler aus verschiedenen Disziplinen und mit verschiedenen Ambitionen. Zwei Läufer aus den Pionierzeiten laufen noch heute mit: Herbert Eberhardt selbst und sein damaliger Sportsfreund Helmut Treichel.



Von den Läufern der ersten Stunde sind Herbert Eberhardt (links) und Helmut Treichel als einzige noch immer jedes Jahr beim Dreikönigslauf dabei. | Bild: Helga Stützenberger

Wohlgemerkt heute bei der Riege der „gemütlichen Wanderer“, was dem Sportsgeist aber keinerlei Abbruch tut, wie Helmut Treichel erklärt: „Das ist eben der Lauf der Zeit.“ Dass vieles nicht mehr so laufe wie in jungen Jahren, sei normal. Aber ganz gleich in welchem Tempo und auf welche Distanz: Rund 23, 18, 12 oder 10 Kilometer zu rennen, zu laufen, zu walken oder einfach zu spazieren sei für jeden Menschen nicht nur eine Herausforderung, sondern ein wunderbarer Anlass, das neue Jahr mit Schwung anzugehen, zeigt er sich überzeugt.

## ▼ Der Lauf

Der Dreikönigslauf am Gehrenberg hat seit 29 Jahren Tradition und findet jedes Jahr am 6. Januar statt. Ursprünglich als Trainingsstrecke der Friedrichshafener Langstreckenstaffel war dieser Lauf in den 1990er Jahren nur den Profisportlern und Spitzenläufern vorbehalten. Seit vielen Jahren ist der Lauf ein sogenannter Jedermannslauf, an dem neben Walkern und Nordic-Walkern auch Spaziergänger und Wanderer teilnehmen können. Die Strecken sind von unterschiedlicher Länge und für alle sportlichen Ansprüche und Ambitionen.

Anders als ein Jahr zuvor, als manch einer bei Matsch und Schneeregen die Sofalandschaft dem Linzgau-Buckel vorzog, lockte es an diesem nebeligen Dreikönigsmorgen rund 70 Läufer hinter dem Ofen hervor und hinaus ins frostige Freie. Ob es der Optimismus und die Hoffnung auf Sonne waren oder der fromme Neujahrsvorsatz? „Ich habe auf jeden Fall mal die Sonnenbrille eingepackt“, erzählte Annette Gutemann, die zum wiederholten Mal bei diesem Lauf dabei war.

### **Dichter Nebel rund um den Gehrenberg**

Jedoch sollte es sich mit den Sonnenbrillen wie mit den Regenschirmen verhalten: Denn beides wurde nicht benötigt. Einzig die Hand vor Augen genügte an diesem Morgen – nicht etwa, um vor gleißender Sonne zu schützen, sondern vielmehr, um als Wegweiser zu dienen. Denn dichter Nebel lag zäh um den gesamten Gehrenberg. So dicht, dass im verzweigten Wegenetz guter Orientierungssinn und Streckenkenntnis von immensem Vorteil waren.



Fast am Ziel: Für die Läufer, die sich für die 12 bis 15 Kilometer lange Strecke entschieden haben, geht es am Gehrenbergturm nur noch bergab zum Wirtshaus. | Bild: Helga Stützenberger

„Irgendwann hatten wir uns oberhalb vom Sturzhof dann doch verlaufen“, erzählte Jörg Angrik, der in einer größeren Gruppe die zwölf Kilometer lange Strecke angehen wollte. „Am Ende sind es dann 15 geworden“, ergänzte Karin Gutemann lachend. Aber dafür habe sich ganz oben für einen kurzen Moment die Sonne gezeigt – jedoch leider nur so kurz, dass sich das Aufsetzen der Sonnenbrille für Schwester Annette nicht gelohnt habe.



Eins, zwei, drei – blinzeln! Denn nur ganz oben und nur für einen ganz kurzen Augenblick zeigt sich auf dem Gehrenbergturm die Sonne. | Bild: Helga Stützenberger

Und auch die Walker und Spaziergänger wurden für einen kleinen Augenblick auf dem Aussichtsturm mit Sonnenschein belohnt. Einmal mehr musste die Hand vor Augen genügen: Kurz blinzeln für's Foto – und schon war die Sonne auch wieder weg und das Kitzeln auf der Nasenspitze nur noch eine Ahnung. Und während die graue Nebelkälte langsam und träge durch die farbigen Funktionsfasern der Turmbesteiger kroch, wurde unten am Picknickplatz bereits der Tisch gedeckt.

**Das könnte Sie auch interessieren**

---

**MARKDORF**

Cornelia Rick führt Spaziergang auf dem Raunacht-Weg

---

## Hochprozentiges für die Teilnehmer

„Whiskey, Quittenlikör, Obstler und natürlich die Bredle von meiner Frau“, zählte Herbert Eberhardt auf und lud jeden dazu ein, zuzugreifen und sich innerlich mit einem Schnäpsle aufzuwärmen. Denn auch das gehört traditionell zu dieser Laufveranstaltung dazu.

Ein Prosit auf 29 Jahre gemeinsames Laufen am Dreikönigstag: Traditionell dürfen oben am Gehrenbergturm auch das Schnäpsle und die Weihnachts-Bredle nicht fehlen. | Bild: Helga Stützenberger

Und so dürften alle der rund 70 Teilnehmer auf ihre Kosten gekommen sein: Die einen bei der Bewältigung einer herausfordernden Laufstrecke mit knackigem Höhenprofil, die anderen bei der geselligen Runde mit Likör und einem knusprigen Springerle. Im Anschluss ging es für alle zusammen zum gemütlichen Hock ins Wirtshaus am Gehrenberg.

---