

12. Juni 2013 00:10 Uhr

AUSDAUERSPORT

## Über Stock, Stein und Straße

**Am 23. Juni findet in Aystetten der Landkreislauf statt. Wir haben die Strecke vorab getestet** *Von Max Mann*



F Empfehlen



Tweet



+1



So oder ähnlich soll es am 23. Juni auf der Anlage des SV Cosmos Aystetten aussehen, wenn der Landkreislauf über die Bühne geht. Schon jetzt können Ausdauerstportler die ausgeschilderte Strecke ablaufen.

Foto: Marcus Merk

Aystetten In knapp zwei Wochen, am Sonntag, 23. Juni, ist es wieder so weit. Beim Landrat-Dr.-Frey-Landkreislauf, der in den Terminplänen der ambitionierten Freizeitsportler nicht fehlen darf, werden wieder viele hundert Läuferinnen und Läufer ihre Laufschuhe schnüren und sich im Wechsel auf die beiden unterschiedlich langen Strecken begeben. Und diese haben es bei der diesjährigen Ausgabe der traditionsreichen Laufveranstaltung in Aystetten durchaus in sich. Die Strecke ist ab sofort geöffnet, um darauf zu trainieren. Zum Vorabtest ist der Autor die Strecke schon mal selbst abgelaufen.

## Der Streckentest – zwei angebotene Strecken

### Strecke 1

Der Startschuss fällt auf dem oberen Spielfeld des SV Cosmos Aystetten. Von dort aus geht es zunächst bergab über das untere Trainingsfeld und den Wertstoffhof auf den Weldenbahnradweg in Richtung Horgau. Nach rund 300 Metern geht es nach dem Ende des Schilfgebietes über einen kleinen Hang, der im Winter gerne zum Rodeln genutzt wird, in den Wald hinein und nach einer kleinen Kurvenkombination auf die erste Anhöhe.

Oben angelangt folgt eine kurze Bergabpassage, bis es nach einer scharfen Rechtskurve am Waldparkplatz ins Eisental hinauf geht. Hier beginnt das eigentliche Rennen, denn bei der anschließenden zwar leichten, aber (unter anderem durch eine lange Gerade) endlos erscheinenden Steigung auf den Aystetter Berg, wird sich die Spreu vom Weizen trennen.

Durch den Baumbewuchs ist lange kein „Gipfel“ in Sicht, sodass man vom Erreichen des höchsten Streckenpunktes sogar eher ein wenig überrascht wird. Zwei Drittel der Strecke sind geschafft und von hier an geht es nur noch – teilweise sogar sehr steil – bergab bis zur Wechselstelle.

Wer sein Pulver auf dem zähen Anstieg noch nicht vollends verschossen hat, kann es hier im wahrsten Wortsinn richtig „laufen lassen“. Erneut vorbei am Schilf und über die kurze Passage auf der Weldenbahn gelangen die Läufer über eine Behelfsbrücke über den Mühlbach zurück auf den Sportplatz, wo sie den bei der diesjährigen Ausgabe nach dem Vorbild internationaler Wettkämpfe erstmals eingesetzten elektronisch ausgestatteten Staffelstab an den nächsten Läufer übergeben.

### Strecke 2

Während die erste kürzere Strecke (4,5 Kilometer) beinahe ausschließlich im Wald verläuft, führt ihr längeres Pendant (6,3 Kilometer) zu rund zwei Dritteln über asphaltierten Untergrund. Das Spielfeld verlassend gelangt man nach rund einem halben Kilometer über eine leicht abschüssige Straße auf den Weldenbahnradweg. Auf diesem geht es einen knappen Kilometer lang nahezu ebenerdig in Richtung Westen, bis die Strecke am kürzlich aufgestellten Gedenkstein, der an die Bombardierung des Aystetter Bahnhofs im Zweiten Weltkrieg erinnert, in den Wald

führt. Der folgende kurze, dafür aber sehr steile Anstieg hat es wirklich in sich. Am Waldrand entlang verläuft die Strecke vorbei an ein paar Wochenendhäusern, bis es kurz darauf nach einer Linkskurve wieder in den Wald geht und eine – ähnlich wie auf der ersten Strecke – zwar leichte, dafür aber erbarmungslos stetige Steigung bis zum höchsten Punkt folgt.

Oben angekommen bleibt kaum Zeit zum Durchatmen, denn es geht kurzzeitig sehr steil bergab in Richtung des westlichen Ortsendes. Dort angelangt, ist das Schlimmste überstanden. Zurück über die Weldenbahn und die Mühlbachstraße, auf der mit zahlreichen Zuschauern am Streckenrand zu rechnen ist, besteht nun die Möglichkeit, noch einmal richtig Gas zu geben und die letzten Kräfte zu mobilisieren.

Auf Höhe des Mühlenwegs, macht die Strecke eine kurze Linkskurve und führt über einen kurzen Fuß- und Radweg, bis es nach rechts in den Mühlmahd geht. Vorbei am Kinderspielplatz folgt nochmal eine letzte leichte Steigung hinauf zum Sportgelände, wo bereits der nächste Läufer auf seinen Einsatz harrt oder das Ziel wartet.