

Niederzier
Samstag
26. August 2006



MONTE SOPHIA

V

Was bisher geschah ...



RWE Power
Tagebau Hambach



INTERSPORT
HAVLICEK
www.intersport-havlicek.de

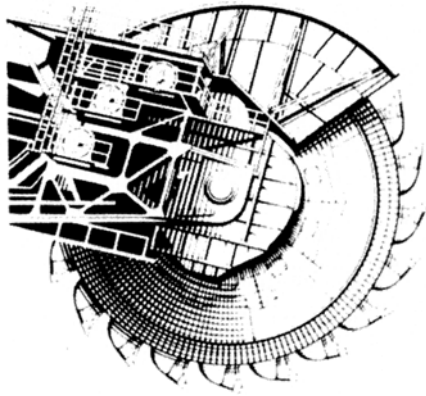


Marathon & mehr

Zeitschrift für Landschafts-Erlebnisläufe
Verlag Werbung UM Sport, Faldstr. 4, 53297 Lahrer

Am Anfang war ...

nichts - plattes Land und ein Wald, das war das Trainingsgebiet der Leichtathleten, die sich auf der Langstrecke übten.



Dann kam der Tagebau Hambach und schuf die Grundlage für den Berglauf im Flachland. Der Abraum mußte irgendwo hin und so entstand die Sophienhöhe - klar, daß man sich diese bald als neues Laufterrain erschloß.

Wie es zur Berglauf-Veranstaltung kam beschreibt das Ehrenmitglied des TV Huchem-Stammeln Hans Pelzer in seiner Chronik zum 50-Jährigen Jubiläum der Leichtathletik-Abteilung im Jahre 2001:

Vielen ist der "Berglauf auf die Sophienhöhe" ein Begriff und glauben, hier hätten wir den Einstieg in den Berglauf gefunden.

Dies ist nicht richtig, denn schon am 27.2.1977 wurde von uns ein Berglauf in Vossenack/Eifel durchgeführt. Start in Simonskall mit dem Ziel an der Schule Vossenack. Sieger war Ansgar Kieven vor Hubert Wolf. Es blieb dann aber bei der einmaligen Veranstaltung, da der organisatorische Aufwand bei einer Entfernung von ca. 35 km zu aufwendig war.

Erst mit der Erschließung des Tagebaus Hambach und der damit verbundenen Aufschüttung der Sophienhöhe wurde diese zuerst, wenn auch unerlaubt, als Trainingsstätte genutzt. Erst am 21.11.1982 war der 1. "Berglauf auf die Sophienhöhe". Gestartet wurde an der Stetternicher Grillhütte über ca. 11 km mit einem Höhenunterschied von 180 bis 200 Meter. Sieger bei diesem Lauf war Heinz Fraikin, SG Düren 99.

Diese Streckenführung ging bis 1991, jetzt nahm man Verbindung zu Rheinbraun auf, um aus der Grube, direkt vor Abbau der Kohle, zu starten und damit bei ca. 8 km Länge einen Höhenunterschied von 418 m zu erreichen

Damit wurde der Lauf attraktiver und von vielen Teilnehmern als der interessanteste Berglauf Deutschlands benannt. Die Teilnehmerzahlen stiegen über 200, was auch die Kapazitätsgrenze darstellt.



Monte Sophia V



Rheinbraun stellt den Betrieb ein, gibt uns die Räumlichkeiten für Umkleide, Duschen, Wettkampfbüro und Siegerehrung, sowie die Busse zum Transport der Aktiven von der Meldestelle an den Start in die Grube und auch wieder für den Rücktransport vom Ziel am Gipfelkreuz zur Meldestelle zurück.

Dieser Aufwand erreichte mit der Durchführung der Deutschen Senioren-Berglaufmeisterschaften im Jahre 1999 seinen Höhepunkt und läßt uns nochmals der Rheinbraun AG Dank sagen für die großzügige Unterstützung.



Der Abbau-Fortschritt des Tagebau-Betriebes auf der einen Seite mit längerer Laufstrecke bei nicht wesentlich verändertem Höhenunterschied läßt es nicht zweckmäßig erscheinen, den bisherigen Modus beizubehalten. Auf der anderen Seite können wir aber auch nicht mehr bei den Rationalisierungs-Maßnahmen der Rheinbraun erwarten,

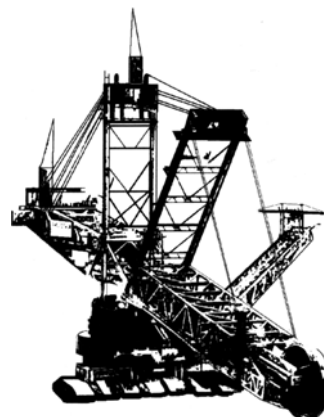
daß die bisherige Förderung beibehalten werden kann. Die letzten Läufe hatten im übrigen eine Höhendifferenz von 475 Metern.

So laufen seit Herbst 2001 die Vorbereitungen, den Berglauf als Langstreckenlauf über die Sophienhöhe auszurichten und den Erlebnis-Charakter in den Vordergrund zu stellen.

Die Strecke wird sicherlich interessant, vor allem mit den weiten Aussichten, die Streckenlänge wird bei 28,5 km liegen und als höchster Punkt der "Römerturm" am Steinstraßer Wall zu passieren sein. Start und Ziel liegen an der Schule Niederzier.

Hoffentlich erreicht dieser Lauf den Beliebtheitsgrad, den der bisherige Berglauf sicher hatte.

Nachdem feststand, daß der 20. "Berglauf auf die Sophienhöhe" der letzte in dieser Form sein würde, wurde an einem neuen Konzept gearbeitet.



Wie es weiterging ...

Als Ausgangspunkt wurde die Schule am Weihberg in Niederzier ausgewählt, die zusammen mit ihrer nahegelegenen Turnhalle die nötige Infrastruktur bieten sollte.

Da diese ca. 2 Kilometer vom Beginn der sogenannten "Innenkippe" und ca. 4 Kilometer von der ursprünglichen Sophienhöhe entfernt ist, zeigte sich, daß es ein langer Landschaftslauf werden mußte, um den Teilnehmern auch etwas von diesem "Maulwurfshügel" zeigen zu können.

So traf man sich im Spätsommer 2001 an der Sophienhöhe, um die Strecke festzulegen, und stand dann doch erstmal eine Weile vor der Karte, um interessante Passagen zu sammeln, Gefahrenstellen auszuschließen und ein Grundkonzept zu finden.

In Anlehnung an eine Trainingsstrecke einiger Vereinsmitglieder machte man sich zunächst auf zur Umrundung des Berges, wobei als kleines Bonbon für die Berglauffreaks die Rodelbahn bei Güsten in den Kurs eingebaut wurde. Typische Qualitäten einer Rodelbahn sind die starke Steigung und die relative Kürze. Es gibt insgesamt drei Rodelbahnen, die sich auch für ein Intervalltraining eignen, wie es einige Aktive in einem Berglauf-Trainings-Lauftreff auch gelegentlich praktizieren.

Als Gegenpol zur Rodelbahn folgte etwas später eine mäßigere aber lange Steigung, "Blutstrecke" genannt, die schließlich einen schönen Ausblick in Richtung Osten freigibt.

Der Name "Blutstrecke" entstand nach dem Kommentar eines Gastes eines Trainingslaufes unserer Mitglieder, der zu dieser Stelle sagte " ... da habe ich Blut und Wasser geschwitzt ... "



Damit waren bereits die ersten Landmarken gefunden.

Während einer Schleife auf dem Hochplateau wurde ein kleiner Abstecher zum "Hinkelstein" gemacht.

Hierbei handelt es sich um einen sogenannten "Driftblock", den die Gletscher der Eiszeit bewegt haben, der wenige Meter neben dem Weg auf einer leichten Anhöhe thront. Obwohl der Pfad hier recht schmal und uneben ist, wollte man auf diesen Programmpunkt nicht verzichten, zumal das Teilnehmerfeld bis zu dessen Erreichen nicht mehr sehr dicht sein würde.

Monte Sophia V

Als Höhepunkt durfte der höchste Punkt der Sophienhöhe natürlich nicht fehlen. Hier lohnt es sich, die Rundumsicht vom sogenannten "Römerturm" zu genießen, bzw. mal drumherum zu laufen. Diese Nachbildung eines Wachturmes römischer Befestigungsanlagen krönt, schon aus der ferne zu auszumachen, den Gipfel. Der Blick schweift hier u.a. über den Tagebau, das Dürener und Jülicher Land, während in der Ferne die Ausläufer der Eifel auszumachen sind.

Der Weg führt nun am Wildgehege vorbei zum Gipfelkreuz, das das ursprüngliche Ziel des Berglaufes gewesen ist.

Das Gipfelkreuz ist mittlerweile schon längst von der "Innenkippe" erreicht worden, die insgesamt eine ähnliche Größe wie die bisherige Sophienhöhe haben wird, und diese in südlicher Richtung erweitert.



Der Rückweg führte nun über die erwähnte "Innenkippe", wo sich auch für die Teilnehmer des Montelino ein Blick über Düren, Jülich und die Gemeinde Niederzier bietet. Die kurze Strecke des Montelino wurde als Ergänzung und Einstieg in den Berglauf ins Programm genommen.

Vorschläge aus den Reihen der Mitglieder führten nach dem ersten Streckenentwurf dazu, daß der Rückweg über die "Innenkippe" auch für den Hinweg genutzt wurde, um mehr Höhenmeter in den Kurs einzubauen und zusätzliche landschaftliche Reize zu bieten.

Nachdem im Laufe des Frühjahres 2002 die endgültige Streckenführung in Abstimmung mit der Rheinbraun AG festgelegt wurde, konnte die konkrete Planung in Angriff genommen werden.

Lage und Aufstellung der Verpflegungsstellen wurden erörtert, Markierungen und Streckenposten geplant, die genauen Start- und Zielpunkte festgelegt, ...

Warum es kein Halbmarathon wurde?

Die "krumme" Distanz läßt keine Vergleiche zu, aber auch ein Halbmarathon böte aufgrund des Streckenprofils keine gute Vergleichsmöglichkeit.

So entstand nun ein anspruchsvoller Landschaftslauf, der sich als Vorbereitung für einen Marathon eignet und nach langer Zeit wieder eine Distanz zwischen Halbmarathon und Marathon in dieser Region bietet.

Aber: der Name.

Ein Berglauf nach geltenden Kriterien war es nicht mehr, und auch der Charakter des Laufes war ein ganz anderer. So erinnerte man sich an den Namen, den ein Läufer gelegentlich verwendete, wenn er von der Sophienhöhe sprach:



Die Premiere

Nun wurden 2002 die Planungen umgesetzt und man richtete sich in der Schule ein. Hier wurde es auch gleich eng, als vor dem Start ein Platzregen die Teilnehmer in die zur Verfügung stehenden Flure trieb. Die Klassenräume standen wegen Baumaßnahmen nicht zur Verfügung.



Den stolzen 284 Voranmeldungen folgten einige Nachmeldungen am Veranstaltungstag, und so waren vor dem Start 402 Teilnehmer im Computer registriert. Im Ziel waren es 304 beim Monte Sophia und 55 auf der kürzeren Montelino-Strecke. Ein, für die meisten unerwartet, gutes Ergebnis



Die Veranstaltung verlief pannenfrei, vor allem die Transporte von Material und Personal an die Strecke wurde von RWE Rheinbraun hervorragend gelöst.

Dieser starke Partner, der inzwischen RWE Power heißt, hat sich schon hier als wahrer Meister der Streckenmarkierung präsentiert.

Wurde von Beginn an gut für den Lauf geworben, kam man bald zu dem Entschluß, daß der einen farbigen Flyer und ein markantes Logo

verdient hat. Zunächst improvisiert, wurde dieses nach der Premiere um die Höhenlinie des Streckenprofils ergänzt.

Glücklicher Zufall war die Entdeckung durch die damals neue Zeitschrift "Marathon und mehr" in deren Terminkalender und Reportagen der Monte Sophia seiner Zielgruppe vorgestellt wurde: dem Landschafts- und Erlebnisläufer.

Die Berichte der begeisterten Premierenteilnehmer machten die Runde und Verbesserungsvorschläge gingen ein.

Wenn auch die Wege sehr kurz waren, fiel doch die räumliche Trennung von Anmeldung/EDV, Duschen/Umkleiden und Cafeteria/Siegerehrung negativ auf, sodaß schon bei der Premiere einige Optimierungen beschlossen wurden.

Die weitere Entwicklung ...

Von Beginn an fester Teil des Konzeptes sind die Urkunden, die als "TÜV-Bericht", "Prüfungszeugnis", "Gutschein" und "Steckbrief" gestaltet wurden - weitere Ideen sind vorbereitet, man darf gespannt sein.

2003 wurde die Zusammenarbeit mit dem am Weihberg ansässigen Verein SV Niederzier 1910 intensiviert, der uns nun auch sein Clubheim zur Verfügung stellt und es ermöglichte Start und Ziel an den Sportplatz neben der Turnhalle zu verlagern.

Kompakter geht's nicht mehr.

Die Anmeldung fand in der Turnhalle reichlich Platz, die Duschen wurden warm, das Sortiment der Verpflegungsstellen erweitert.



Die spontane, als einmalige Aktion gedachte, Idee eines Vereinsmitgliedes ist inzwischen fester Bestandteil.

Seit 2003 ist der "Römerturm" wieder in Betrieb, und die Besatzung wurde von den Teilnehmern "Cäsar" getauft.

2004 wurde die Beschallung verbessert, die Anzahl der Startnummern-Ausgabestellen wurde erhöht und die EDV zog von der Turnhalle in die Nähe des Zieles.

Leider hielt ein verregneter Vormittag und ein Verkehrschaos viele Läufer ab bzw. auf, obwohl der Lauf im Trockenen stattfand und das Strecken-Markierungs-Team noch mal loszog um eventuell verblaßte Markierungen zu erneuern.

Einige unverzagte gingen trotz verspäteter Ankunft noch einige Zeit nach dem Startschuß auf die Strecke.



Entgegen der gängigen Meinung waren die 2004 angebotenen Finisher-T-Shirts ausverkauft. Da lediglich 72 Exemplare existieren und eine Neuauflage in dieser Form nicht vorgesehen ist sind sie etwas Besonderes.

Gleichzeitig wurden die Veranstaltungshelfer mit T-Shirts ausgestattet, die statt des "Finisher"-Schriftzuges mit "Team" beschriftet sind.

Monte Sophia V



Erstmals konnte im Ziel Freibier angeboten werden. Die Promotion-Aktion von Erdinger-Alkoholfrei war ein großer Erfolg



2005

Wurde bereits 2004 ein Zieltor konstruiert, um das Ziel optisch hervorzuheben, wurde 2005 nun auch der Starter hervorgehoben - mit einem Startpodest.

Zur Einstimmung und Unterhaltung wurden die Videoaufnahmen des Vorjahres auf eine Leinwand projiziert.



Nach den (ausverkauften) T-Shirts sind nun Monte-Sophia-Caps im Angebot.

Was freilich nicht verbessert werden mußte war die Strecke - sie wurde sofort begeistert angenommen.

So fand der Monte Sophia zu seiner jetzigen Form.

Willkommen beim ...



Niederzier, Samstag 26. August 2006

28,5 Km / 350 m HD



Schirmherrschaft :

präsentiert von



Treffpunkt	Sportanlagen am Weihberg in Niederzier
Strecke	Landschaftlich reizvolle, anspruchsvolle Strecke über die Sophienhöhe Hauptlauf Monte Sophia 28,5 Km, 350m Gesamtanstieg Jogging Montelino 9,2 Km, 85m Gesamtanstieg
Startzeit	<i>Monte Sophia</i> : Start 16:30 Uhr, Zielschluß 20:00 Uhr, anschließend Siegerehrung und Urkundenausgabe <i>Montelino</i> : Start 16:45 Uhr, Siegerehrung und Urkundenausgabe ab ca. 17:45 Uhr
Startgeld	(zahlbar am Veranstaltungstag) Monte Sophia 8,00 € Montelino 5,00 € Nachmeldegebühr 2,00 € (bis 16:00 Uhr)
Laufklassen	M/W Jugend A+B, HK, 30, 35,... (1990 und älter)
Meldungen	Bis 24. August 2006 an Stefan Vilvo, Weierstr. 47, 52349 Düren, Tel. 02421 / 15401 (d+p) oder im Internet unter www.tv-huchem-stammeln.de/la/
Auszeichnungen	Alle Teilnehmer erhalten eine Urkunde. Die drei Erstplatzierten des Gesamteinlaufs und die Sieger der Altersklassen im Hauptlauf Monte Sophia erhalten einen Pokal bzw. Ehrenpreis. Kein Nachsenden der Preise, Urkunden nur mit Ergebnisliste.
Ergebnislisten	Im Internet oder gegen 2,50 € per Post.
Umkleidung/Dusche	In der Turnhalle der Schule Niederzier
Anfahrt	<i>Autobahn Köln-Aachen</i> : Abfahrt Düren, Richtung Jülich, über Krauthausen - Niederzier <i>Autobahn Düsseldorf-Aachen</i> : Abfahrt Jülich-Ost, über Stetternich Tagebaurandstraße (L255/L264/K40) - Niederzier Ab den Autobahnabfahrten bitte Hinweisschilder beachten.
Haftung	Teilnahme auf eigenes Risiko. Keine Haftung bei Personen- und Sachschäden sowie Diebstählen.



Änderungen vorbehalten