



**50 Jahre FC Kirnbach**

# **JUBILÄUMSLAUF**

**Rund um Wolfach  
50 km – 1800 Hm**

**Samstag, 22.07.2006 - 9:00 Uhr**





# Sportler knacken 50-Kilometer-Marke

FC Kirnbach richtet am Samstag Jubiläumslauf aus / Pro Kilometer gehen 50 Cent an die Aktion »benni & Co.«

Von Christiane Agüera Oliver

**Kirnbach. Wer sich bewegen und gleichzeitig etwas Gutes tun will, ist beim FC Kirnbach an der richtigen Adresse. Am Jubiläumswochenende richten die Sportler nämlich einen 50-Kilometer-Lauf zugunsten der Aktion »benni & Co.« aus.**

50 Jahre – 50 Kilometer: Für Heinz Schmitt, langjähriges Mitglied, passionierter Langstreckenläufer und Leiter des Lauftreffs beim FC Kirnbach, war das eine klare Sache. Bei

einer Sportveranstaltung hatte er Rudolf Malburg kennen gelernt. Malburg gehört zu den Botschaftern der Hilfsaktion, die Jungen mit »Duchenne Muskeldystrophie« (Muskelschwund) unterstützt. Der Sportler veranstaltet unter dem Motto »laufend helfen« jährlich drei Langstreckenevents zugunsten der kranken Kinder. Heinz Schmitt war von der Initiative gleich begeistert und organisierte kurzerhand einen karitativen Wettbewerb rund um Wolfach.

»Wir laufen in der Gruppe, ganz ohne Zeitdruck«, merkt Schmitt an, es sei ein »Genuss- und Spendenlauf«. Durch regelmäßige Gehpausen werde

das Tempo so angepasst, dass auch Einsteiger der Ultraszene mithalten können. Die Sportler werden mit sieben bis acht Stundenkilometern unterwegs sein und bei Bedarf Dehnpausen einlegen. Unterwegs sind sie auf dem Wolfacher Rundwanderweg. Für das leibliche Wohl ist an sieben Etappenpunkten gesorgt, die Getränke werden von der Brauerei Ketterer gesponsert.

Rund 1800 Höhenmeter müssen die Langstreckenläufer überwinden, knapp acht Stunden kalkuliert Heinz Schmitt für die Strecke ein. Für Durchtrainierte, die nur Etappen bestreiten wollen, besteht an den Stationen eine Einstiegsmöglichkeit. Vom Kirnbacher Sportplatz geht es über Glashütte, Spitzfelsen, Hof- und Wolfsberg bis zur Wolfalbrücke. Die zweite Etappe führt über Schlössle, Langenbach und den Schirrlbergweg zum Abrahamshof. Weiter geht's über Erzwäschestraße, Hohberg, Eselsweg und Biesle zur Kinzigtalbrücke. Die vierte Etappe führt über Halden- und Schmelzebergweg und Vogtsbach bis zur St. Jakobskapelle. Pavillon, Riegelsberg, Horbenhof, Kostbachweg, Morget, Teufelsküche und Kirnbacher Kirche sind die weiteren Stationen, bevor es wieder zum

Heinz Schmitt organisiert den Jubiläumslauf zugunsten von »benni & Co.« Am Samstag gehen die Sportler für kranke Kinder auf die 50-Kilometer-Strecke.  
Foto: Agüera Oliver



## STICHWORT

### Muskelschwund

(cao). Die Diagnose »Duchenne Muskeldystrophie« (Muskelschwund) bedeutet für die betroffenen Kinder und deren Familien immer noch eine unheilbare, tödlich endende Krankheit. Sie ist nach der Mukoviszidose die zweithäufigste Erbkrankheit bei Jungen. Etwa jeder 3500. Neugeborene ist betroffen, da er auf seinem X-Chromosom ein geschädigtes Dystrophin-Gen hat, das die

Krankheit auslöst. In Deutschland gibt es etwa 2500 betroffene Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Die Hilfsorganisation Aktion »benni & Co.« sammelt Geld für die Forschung. Weitere Informationen über »Duchenne Muskeldystrophie« und die Hilfsorganisation gibt es unter: [www.abc-online.org](http://www.abc-online.org).

»benni & Co.« nimmt unter Konto 1 60 94 94 bei der Deutschen Bank Neuwied, BLZ 374 700 24, Spenden entgegen.

Sportplatz zurück geht. Jeder Sportler spendet pro Kilometer 50 Cent an die Hilfsaktion, zudem werden Jubiläumslauf-T-Shirts angeboten.

Der Wettbewerb startet am

Samstag, 22. Juli, um 9 Uhr auf dem Kirnbacher Sportplatz. Anmeldungen bei Heinz Schmitt, Telefon 0 78 34/94 25 oder E-Mail [schmitt.kirnbach@gmx.de](mailto:schmitt.kirnbach@gmx.de).



# 50 Kilometer für kranke Kinder laufen

Mit besonderem Jubiläumslauf des FC Kirnbach wird am Samstag Aktion »benni & Co.« unterstützt

**Durchhaltevermögen braucht, wer sich am Samstag, 22. Juli, am Jubiläumslauf des FC Kirnbach beteiligt. Passend zum runden Geburtstag sind von den Teilnehmern 50 Kilometer zu bewältigen. Pro Kilometer und Teilnehmer gehen 50 Cent an die Aktion »benni & Co.«.**

**Wolfach-Kirnbach (cao).** Auch mit einem 50-Kilometer-Jubiläumslauf rund um Wolfach feiert der FC Kirnbach sein 50-jähriges Bestehen. Heinz Schmitt, langjähriges Mitglied und Leiter des Lauftreffs beim FC Kirnbach, hatte diese besondere Idee. Der Reinerlös kommt der Aktion »benni & Co.« zu Gute.

Heinz Schmitt, passionierter Langstreckenläufer, lernte bei einer Laufveranstaltung Rudolf Malburg kennen. Dieser gehört zu den Botschaftern der Hilfsaktion, die Jungen mit Duchenne Muskeldystrophie (Muskelschwund) unterstützt. Malburg selbst veranstaltet unter dem Motto »laufend helfen« jährlich drei Langstreckenläufe zu Gunsten der kranken Kinder. Heinz Schmitt kam auf die Idee, genau einen solchen Lauf rund um Wolfach zu organisieren.

## Ohne Zeitdruck

Es wird ganz ohne Zeitdruck gelaufen. Regelmäßige Gehpausen sorgen dafür, dass sich das Tempo der Asse anpasst, damit auch Einsteiger Schritt halten können. Geschwindigkeiten zwischen sieben und acht Stundenkilometern werden angestrebt und bei Bedarf Dehnpausen eingelegt.

Gelaufen wird auf dem Wolfacher Rundwanderweg, der mit der Wolfsangel, dem Wapen von Wolfach, gekennzeichnet

ist. Gleich an sieben Etappenpunkten ist fürs leibliche Wohl der Läufer gesorgt. Die Getränke sponsert Hornbergs Brauerei Ketterer.

Rund 1800 Höhenmeter müssen die Langstreckenläufer rund um Wolfach überwinden. Knapp acht Stunden kalkuliert Heinz Schmitt für die gesamte Strecke ein. Für Läufer, die nicht die ganze Strecke laufen möchten, besteht an den Etappenzielen Einstiegsmöglichkeiten.

## Mehrere Etappen

Vom Kirnbacher Sportplatz geht es über die Glashütte auf den Spitzfelsen sowie über den Hof- und Wolfsberg bis zur Wolfthalbrücke. Die zweite Etappe führt übers Schloßle in den Langenbach und via Schirrlbergweg zum Abrahamshof im Ippichen. In Etappe drei passieren die Läufer Erzwäsche-straße, Hohberg, Eselsweg und Biesle zur Kinzigtalbrücke. Über den Haldenweg geht es in die vierte Etappe zum Schmelzebergweg und über den Vogtsbach bis hin zur St.-Jakobs-Kapelle.

Der Pavillon, der Berghexenlandeplatz und Riegelsberg führen zum fünften Etap-



Initiator Heinz Schmitt organisiert den Jubiläumslauf des FCK für kranke Kinder am Samstag.

Foto: Christiane Agüera Oliver

penziell, dem Horbenhof. Im sechsten Abschnitt passieren die Läufer den Oberen Kost-

bachweg, Morget, die Teufelsküche und gelangen zur Kirnbacher Kirche. Über den Weissbrunnenweg, Obere und Untere Ecke und den Baumensteinweg gelangen die Teilnehmer ins Ziel beim Kirnbacher Sportplatz.

50 mal 50 Cent spendet jeder Läufer an die Hilfsaktion, zudem werden Jubiläumslauf-T-Shirts mit der Aufschrift »Nicht nur laufen, sondern laufend helfen« angeboten.

Der Jubiläumslauf startet am Samstag, 22. Juli, um 9 Uhr auf dem Kirnbacher Sportplatz. Die Anmeldungen sind möglich bei Heinz Schmitt unter ☎ 07834/9425 oder aber per E-Mail unter schmitt.kirnbach@gmx.de.

## Hintergrund

Die Diagnose »Duchenne Muskeldystrophie« (Muskelschwund) bedeutet für betroffene Kinder und deren Familien immer noch eine unheilbare, tödlich endende Krankheit. Sie ist nach der Mukoviszidose die zweithäufigste Erbkrankheit bei Jungen. Etwa jeder 3500. neugeborene Junge ist betroffen, da er auf seinem X-Chromosom ein geschädigtes Dystrophin-Gen hat, das die Krankheit auslöst. In Deutschland gibt es etwa 2500 betroffene Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Die Hilfsorganisation »benni & Co.« sammelt vor allem Geld für die Forschung (Spendenkonto bei der Deutschen Bank, BLZ 574 700 24, Konto 160 94 94). Weitere Informationen gibt es unter [www.abc-online.org](http://www.abc-online.org) im Internet.



# Regenguss kommt den Läufern wie gerufen

22 Teilnehmer gehen mit Heinz Schmitt auf die 50-Kilometer-Tour rund um Wolfach

Von Christiane Agüera Oliver

Kirnbach. »Gemeinsam starten, gemeinsam ankommen«, lautete die Devise beim 50-Kilometer-Jubiläumslauf, der in die Jubiläumsfeier des FC Kirnbach eingebettet war. Alle 22 Teilnehmer – darunter drei Frauen – schafften es, nach knapp acht Stunden Laufzeit rund um Wolfach zusammen im Ziel einzutreffen.

»Die Läufer waren ganz begeistert«, berichtete Organisator Heinz Schmitt nach den Strapazen rundum glücklich. Die lange Strecke sei für die erfahrenen Läufer überhaupt kein Problem gewesen. An sieben Stationen pausierten die Sportler für etwa zehn Minuten und ließen sich dort verköstigen. Dann wurde die nächste Etappe angepackt.

Zwar sind die teilnehmenden Langstreckenläufer schon einiges gewöhnt, dennoch machte ihnen das schwüle, fast tropische Klima ordentlich zu schaffen. »Der Regenguss kam wie gerufen. Wir waren zwar alle nass bis auf die Haut, aber das störte uns nicht«, erzählte Schmitt.

Zwei Läufer seien extra aus Gerlingen bei Stuttgart, weitere aus Villingen-Schwenningen und Freiburg angereist.

22 Teilnehmer gingen beim Jubiläumslauf zugunsten der Aktion »benny & Co.« auf die 50-Kilometer-Strecke.  
Foto: Agüera Oliver



»Die meisten der Teilnehmer kamen allerdings aus der näheren Region«, blickte der Organisator auf das Starterfeld.

Doch nicht nur das Laufen hatte bei der Veranstaltung Vorrang: Der Jubiläumslauf wurde zugunsten der Aktion »benni & Co.« ausgerichtet. Pro Kilometer gingen 50 Cent an die Hilfsaktion für Kinder mit Duchenne Muskeldystro-

phie (Muskelschwund), einer bis heute unheilbaren Krankheit. Viele Läufer stockten ihre Spende noch etwas auf. Den genauen Betrag konnte Heinz Schmitt kurz nach dem Lauf noch nicht nennen, meinte aber, dass »eine Menge zusammengekommen ist«.

In tollem Ambiente, wie der Kirnbacher fand, klang der erlebnisreiche Tag aus. Beim ge-

meinsamen Abendessen im noch leeren Festzelt auf dem »Kinzigmättle«, ließen die Läufer den Jubiläumslauf noch einmal begeistert Revue passieren. Der einhellige Wunsch aller Teilnehmer war, jährlich einen 50-Kilometer-Lauf rund um Wolfach zu veranstalten. »Aber mit Sicherheit zu einer anderen Jahreszeit«, stellte Schmitt schmunzelnd fest.



# 750 Euro für »benni & Co.« erlaufen

*Trotz brütender Hitze gab keiner der Teilnehmer beim 50-Kilometer-Jubiläumslauf auf*

**Trotz brütender Hitze machte keiner der 24 Teilnehmer des FCK-Jubiläumslaufs schlapp. 750 Euro kamen für die Aktion »benni & Co.« zusammen.**

**Wolfach-Kirnbach.** Unvorstellbar für jeden Normalbürger, sich bei der Hitze auf einen 50-Kilometer-Lauf rund um Wolfach zu machen. Doch die 24 Teilnehmer am Jubiläumslauf des FC Kirnbach, darunter vier Frauen, waren am Samstag auch nach knapp acht Stunden Laufzeit noch erstaunlich gut drauf.

»Es hat Spaß gemacht«, strahlte die Kirnbacherin Annette Tönges, die beim Lauf zugunsten der Aktion »benni & Co.«, wie einige andere Läufer auch, über sich hinausgewachsen war. Denn 50 Kilometer an einem Stück laufen, das war für

die meisten durchtrainierten Teilnehmer neu.

Nicht nur vor der langen Strecke, auch vor der gnadenlosen Schwüle hatten viele beim Start am frühen Morgen ordentlich Respekt. »Wir sind ohne Zeitlimit unterwegs«, achtete Initiator Heinz Schmitt von Anfang an darauf, dass niemand überfordert wurde.

## Willkommene Dusche

War es allzu steil, wurde auch mal auf Gehen geschaltet. Dennoch, es war anstrengend, besonders bald nach dem Start. Der steile Anstieg zum Spitzfelsen machte ganz schön zu schaffen. Das Gewitter, das am Nachmittag einen kräftigen Regenguss mit sich brachte, erschien allen wie ein Jungbrunnen.

Udo Beckmann und Achim Kümmel waren eigens aus dem Raum Stuttgart angereist, um sich am Benefizlauf zugunsten

der Hilfsorganisation zu beteiligen. Doch die meisten Läufer stammten natürlich aus der Umgebung. Bürgermeister-Stellvertreter Manfred Schafheutle schickte die Sportler auf dem Kirnbacher Sportplatz auf die Strecke.

## 50 mal 50 Cent

50 mal 50 Cent spendete jeder Teilnehmer, so war es zumindest ausgemacht. Doch die Meisten legten noch etwas dazu, so kamen am Schluss 750 Euro zusammen, die Heinz Schmitt an die Organisation »benni&Co.« weiterleitet, die das Geld vor allem in die Forschung steckt. »Die Diagnose Muskelschwund ist für die Betroffenen und ihre Familien ein großer Schock. Die Krankheit ist unheilbar und endet mit einem frühen Tod«, denkt der Lehrer daran, den Benefizlauf im nächsten Jahr zu wiederholen.



**Endlich zurück: 50 Kilometer legten die Läufer des FCK-Jubiläumslaufs in acht Stunden zurück, um Geld für die Hilfsorganisation »benni & Co.« zu sammeln.**

Foto: Regine Maßholder

SA 29.07.06 OT