



Die vom DSV organisierten deutschen Seniorenmeisterschaften im Skilanglauf fanden vom 12. bis 15. Februar in Oberwiesenthal im Erzgebirge statt. Am Start: 160 Athleten im Alter von über 30 Jahren – jeweils gestaffelt nach Altersklassen. Erstmals mit im Teilnehmerfeld: Katrin Höhnel von der HypoVereinsbank und Steffen Adler von der HVB Direkt.

Das sportliche Niveau der Veranstaltung, die sich an "professionelle Amateure" wendet, ist relativ hoch. "Da geht es schon hart ran", erinnert sich Adler. Die deutsche Meisterschaft war für die beiden Langläufer des HVB-Teams jedenfalls der unbestrittene Höhepunkt der Saison: "Im Skating auf der 10 Kilometerstrecke haben wir uns gute Chancen auf eine vordere Platzierung ausgerechnet, aber dass es auch auf der längeren Klassikdistanz so gut klappt – das hatten wir nicht erwartet." Katrin Höhnel ergänzt: "Das Ergebnis ist schon hoch einzuschätzen. Ohne die gegenseitige Motivation und Anfeuerung entlang der Strecke hätten wir es aber bestimmt nicht geschafft. Gemeinsam macht es einfach viel mehr Spaß. Und wenn wir jetzt irgendwo zu zweit auftauchen, hat die Konkurrenz gehörig Respekt vor uns." Die beiden haben schon neue Ziele: "Für nächstes Jahr haben wir uns vorgenommen, bei der Senioren-Ski WM an den Start zu gehen. Mal sehen, wie es auf internationaler Bühne läuft." Adler und Höhnel bereiten sich akribisch auf jeden Wettkampf vor: "Wir haben keinen Servicemann und wachsen die Bretter selbst. Da braucht man schon eine gewisse Erfahrung, um einschätzen zu können, welche Bedingungen in der Loipe herrschen."

HVB-Langläufer sichern sich bei der Deutschen Meisterschaft der Senioren Spitzenplätze

Katrin Höhnel wird in ihrer Altersklasse sowohl im Skating wie im klassischen Stil Erste, Steffen Adler jeweils Zweiter

Die Erfolge des 34-jährigen Adler kommen nicht von ungefähr: "Seit 5 Jahren betreibe ich den Langlauf richtig intensiv und starte oft bei Wettkämpfen. Das ist schon enorm zeitaufwändig. Ich trainiere regelmäßig sechs Tage die Woche und habe einen Trainer, der die Trainingspläne mit mir ausarbeitet. Im Sommer bedeutet das: Rad, Laufen, Skroller, Ausdauerathletik, ergänzt um einige Einheiten in der Kraftkammer. Im Winter liegt der Schwerpunkt eindeutig auf dem Schneetraining." Ab November heißt es für Adler: ab in die Loipe. Und das 5- bis 6-mal die Woche: "Das Pensum neben der Arbeit zu bewältigen, ist schon hart. Aber wenn man etwas wirklich will, dann macht man es auch. Meine Lieblingsreviere sind die Leutasch und die Gegend um Ramsau am Dachstein. Dort kenne ich jeden Baum beim Namen. Ich bin also auf das Ski-Meeting in Schladming bestens vorbereitet." Adler freut sich jetzt schon riesig auf das Ski-Event in der Obersteiermark: "Der Termin am Saisonende kommt mir absolut entgegen. Dann kann ich endlich mal richtig Party machen und muss nicht an das nächste Rennen denken. Bei den vielen Einsätzen zum Interbancario ging das ja nicht: denn beim Wettkampf in der Loipe liegt einem jedes Bier bleischwer in den Beinen."

Die Loipenkarriere von Katrin Höhnel nahm hingegen einen etwas anderen Verlauf: "Ich bin schon seit frühester Jugend auf den schmalen Brettern gestanden. Nachdem aber der große Wurf nie geglückt ist, habe ich eine längere Auszeit vom Skisport genommen und mich beim Handball und bei der Bergwacht verausgabt. Erst bei meiner Inter-

bancario-Premiere 2002 ist der Funke wieder übergesprungen. Seitdem trainiere ich wieder intensiver. Im Sommer geht's auf die Skroller und aufs Rad – und zur Abwechslung zum Klettern. Im Herbst und Winter wird es dann richtig ernst. Nach der Arbeit geht nichts mehr und so absolviere ich die nötigen Schneekilometer an ein paar verlängerten Wochenenden und im Urlaub – da trainiere ich dafür zweimal täglich. Generell gilt bei mir die Devise: Kurzes aber hartes Training! Auf den Saisonabschluss beim Ski Meeting freue ich mich auch schon. Das Rennen wird mir und Steffen sicher noch mal alles abverlangen, aber bei der Abschlussparty werden wir ausgiebig mit unseren Freunden feiern."

