

## „Ein ständiges auf und ab“, Pfalz-Cross-Senioren-Meisterschaften in Heltersberg.

Geschrieben von: Stich Manuel  
Montag, 03. Oktober 2022

---

(hei) Ein ideales Cross-Gelände erwartete die Teilnehmer(innen) rund um den Sportplatz in Heltersberg. Die äußerst kurzweiligen 1550m-Runden mit stetig wechselnden Auf- und Ab-Passagen fordern Ausdauer und permanente Aufmerksamkeit, die diesmal noch durch tagelange, ausgiebige Regengüsse an Gefährlichkeit gewonnen hatten. Auf der Cross-Mittelstrecke sind 3 dieser Runden zu bewältigen. Andreas Hamburger war an diesem Tag der schnellste Rülzheimer, er schaffte die Distanz in 18,25 min, das war Platz 2 der M55. Nur 10 Sek. später, in 18,35 min und einem 3.M55-Rang lief Stephan Hammer über die Ziellinie am Sportplatz, und Peter Utzmann komplettierte die LG-Riege mit einer Zeit von 20,35 min. In der Besetzung Hamburger, Hammer, Utzmann sicherte sich das Rülzheimer Trio in einer Gesamtzeit von 57,40 min überlegen die Senioren-Mannschafts-Pfalzmeisterschaft in der M50/M55. Werner Heiter war, wie so oft, ohne Partner unterwegs, er erkämpfte sich trotzdem erfolgreich den M70-Cross-Pfalztitel in 20,53 min. Und er hätte nicht den Spitznamen „der Beißer“, wenn er sich damit zufrieden geben würde. Selbstverständlich hatte er auch für die Langstrecke gemeldet, und das waren nochmals 6 kraftraubende Runden um den Sportplatz. In 42,54 min und einem gleichmäßigem Lauftempo holte er sich auch noch einen verdienten M70-Cross-Pfalzmeistertitel auf dieser Distanz. Glückwunsch!