

362 besonders wertvolle Kilometer

Der Langenselbolder Milos Mihailovic und seine konditionsstarken „Cabas Cabanauten“ sammeln bei einem virtuellen Ultra-Marathon 1700 Euro für den Hanauer Kinderhospizdienst

Extremsport (jus). Sportliche Höchstleistungen, ein Herz für den guten Zweck und jede Menge Spaß: Wenn Milos Mihailovic und seine Sportfreunde von „Cabas Cabanauten“ zusammenkommen, treffen diese drei Zutaten perfekt aufeinander. So auch an „Ostern“: Beim „Schinder Trail Virtual Back-yard Ultra“ traten sie in einem internationalen Teilnehmerfeld im virtuellen Laufwettbewerb an und sammelten dabei Spenden für den guten Zweck: 1700 Euro für die Arbeit des ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienstes in Hanau sind dabei zusammengelassen.



„Wir sind eine Gruppe von Gelegenheits-Extremsportlern mit hohem Spaßfaktor“, stellt Milos Mihailovic mit einem Schmunzeln fest. Die Idee: Sport machen und dies mit außergewöhnlichen Aktionen zu kombinieren. Egal ob sie dafür beim Marathon einen Trabi samt David-Hasselhoff-Imitator auf dem Dach ziehen oder sich mit kreativen Kostümen von der Masse abheben: Wenn die Cabanauten an den Start gehen, haben auch die Zuschauer viel Spaß. In Zeiten von Corona jedoch gibt es hierfür wenig bis keine Gelegenheiten. „Die Veranstaltungen fallen aus oder finden nur virtuell statt“, stellt Mihailovic mit Bedauern fest. Eine Alternative, die den Langenselbolder so eigentlich nicht überzeugt. Denn: „Das Schöne am Laufen oder auch am Sport allgemein ist ja, dass man seine Erlebnisse miteinander teilt und sich gegenseitig anspricht.“

Jeder für sich und doch zusammen

Mit dem „Schinder Trail Ultra“ haben die Cabanauten nun aber doch ein Format gefunden, das ihre Begeisterung geweckt hat. Bei der Veranstaltung aus den USA treten Läufer auf einer festgelegten Strecke von 6,7 Kilometern gegeneinander an. Zu jeder vollen Stunde wird die Strecke neu gestartet. Wer die meisten Runden läuft, gewinnt. In der diesjährigen virtuellen Variante läuft jeder seine eigene Strecke und teilt das Ergebnis dann via Internet mit. Die Pausen zwischen den Runden nutzen Mihailovic und seine Laufreunde, um sich online auszutauschen und anzuspornen. Dabei sorgen nicht nur die Grüße aus der Badewanne von früher ausgetragenen Kollegen für die nötige Motivation. Insgesamt sind die fünf Cabanauten zusammen 54 Runden beziehungsweise knapp 362 Kilometer gelaufen. 17 Runden davon gehen auf das Konto von Mihailovic. Das entspricht rund 114 Kilometern.



Die „Cabanauten“ legten sich bei ihrem Spendenmarathon mächtig ins Zeug und hatten dabei auch noch eine Menge Spaß. Zum Abschluss der erfolgreichen Aktion übergab Milos Mihailovic den entsprechenden symbolischen Scheck an Sabrina Schwanebeck vom Kinderhospizdienst in Hanau.

FOTOS: LINK/RE

Und einer nicht unerheblichen Summe an Höhenmetern, wie der passionierte Läufer verrät: „Ich wollte nicht auf Asphalt laufen, sondern lieber im Wald. Und der hat hier in Langenselbold durchaus ein paar Höhenmeter.“ Nicht viele, aber bei 114 Kilometern summieren sie sich. „Am Ende waren es fast 1400 Höhenmeter. Das hat sich dann schon bemerkbar gemacht.“ Extra trainiert hat er für den virtuellen Ultra-Marathon nicht. „Bei uns Vertriebenen ist es so, dass wir unsere Aktionen grundsätzlich ganz spontan machen“, verrät er mit einem Schmunzeln. Allerdings ist der Langenselbolder sowieso ein echter Viel-Läufer. Sein Vorsatz: drei Mal im Monat die Marathondistanz laufen. Mit so vielen Kilometern in den Beinen braucht es dann auch kein extra Training bei spontanen Lauf-events. Und so kann sich auch sein Ergebnis beim Schinder Trail Ultra sehen lassen: Von den insgesamt 87 Startern belegte er am Ende den

fünften Platz. „Eine Runde mehr und ich wäre sogar Vierter geworden“, verrät er fast ein bisschen bedauernd. Am Ende sei es bei der Aktion aber in erster Linie um den Spaß gegangen.

Motto: Gute Leistungen für den guten Zweck

Dieses hatte die bunte Truppe auf jeden Fall. Und sie nutzten gleichzeitig die Gelegenheit, mit ihren sportlichen Leistungen auch etwas für den guten Zweck zu machen: Spontan rief Mihailovic vor dem Lauf zu einer Spendenaktion für den guten Zweck auf. „Viel leicht finden wir ja jemanden, der das unterstützt“, so Mihailovic. Ein Prinzip, das die Cabanauten so auch schon in der Vergangenheit praktiziert haben und das auch diesmal wieder auf große Resonanz stieß: Stolz 1700 Euro an Spenden sind zusammengelassen. „Es gab

einmalige Spenden oder Spenden pro Runde“, berichtet der Läufer. „Eine Person hat gesagt: Wenn ihr zehn Runden lauft, spende ich 100 Euro – das war natürlich ein guter Ansporn.“ Das Geld soll dem ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst in Hanau zugutekommen. Schon beim „Marathon um den Küchentisch“ vor einigen Jahren hatten die Cabanauten den Verein, der Familien von schwerkranken Kindern begleitet, mit einer großzügigen Spende aus ihrem Lauf-Event unterstützt. Koordinatorin Sabrina Schwanebeck freut sich, dass die begeisterten „Gelegenheits-Extremsportler“ auch dieses Mal wieder an den ambulanten Dienstgedacht haben. Gerade in Pandemiezeiten, in denen die eigentlich von Begegnung geprägte Arbeit des Kinder- und Jugendhospizdienstes so nicht möglich ist, freut sie sich besonders über dieses Zeichen der Unterstützung. „Viele der Familien sind durch die Erkrankung des Kin-

des sowieso schon isolierter als andere“, berichtet sie. „Nach einem Jahr Pandemie ist diese Isolation noch stärker geworden.“ Für die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter des Vereins ist es deshalb besonders wichtig, diese Familien nicht allein zu lassen und sich neue Wege zu überlegen, miteinander in Kontakt zu bleiben. Vom virtuellen Bruch bis zu Bastelpaketen, die mit der Post nach Hause kommen reicht das Spektrum an Aktionen. „Es ist Kreativität gefragt“, stellt Schwanebeck fest. Aber dies ist ohnehin eine wichtige Eigenschaft in der Hospizbegleitung. „Die einzige Alternative wäre die Begleitung einzustellen. Und das ist für uns keine Alternative.“ Dieses Engagement beeindruckt auch Mihailovic und sein Team. „Wir freuen uns sehr, diese Arbeit mit unserer Spende unterstützen zu können“, sagt er bei der Spendenübergabe. Denn gerade in dieser besonderen Zeit brauche es positive Dinge, die Mut machen.

Mikolajek neuer SG-Trainer

Fußball (rg). Die SG Altengronau/Jossa aus der A-Liga Schlichtern hat für die kommende Saison den erfahrenen Verbandsspielertrainer Matthias Mikolajek als Spielertrainer verpflichtet. Der 34-Jährige hat zuvor sehr erfolgreich für die SG Bad Soden und den SV Neuhof gespielt. „In den sehr angenehmen Vorgesprächen zeigte sich schnell eine gemeinsame Philosophie in Bezug auf den Vereinssport, sodass die Förderung der einheimischen Jugendklassen weiterhin stark in unserem Fokus liegt. Wir freuen uns sehr, dass er bei unserer SG seine erste Station als Spielertrainer anstrebt und wünschen ihm hierbei viel Spaß und Erfolg“, schreibt der Verein in einer Mitteilung. Vom ehemaligen Trainer Stefan Sperzel verabschiedet sich die SG ausdrücklich freundschaftlich.

Multifunktionstuch als Dank für Vereinstreue

Der Lauftreff Freigericht hat jedes seiner 450 Mitglieder beschenkt

Leichtathletik (re). Der Vorstand des Lauftreffs Freigericht hat seine Mitglieder überrascht und allen rund 450 Vereinsmitgliedern ein Multifunktionstuch mit Vereinslogo geschenkt. Mit dieser Aktion bedankt sich der Verein dafür, dass es trotz mehrmonatiger Corona-Pause keine Vereinsaustritte der Mitglieder gegeben hat.

Aktuell muss der Verein coronabedingt weiterhin auf seine wöchentlichen Lauftreffs im Horbacher Wald verzichten.

Der Lauftreff ist dabei das Herzstück des Vereinsangebotes, das allen Mitgliedern, aber auch für Nichtmitglieder angeboten wird. Für die regelmäßigen Gymnastikstunden in der Halle gibt es aller-

dings bereits eine gute Ersatzlösung. Diese finden online statt, und jeder Interessent kann per Instagram (Account: antjenumannthiele) mit dabei sein. Robert Naumann, Vorstand des Vereins, ist von der Treue seiner Mitglieder begeistert: „Seit Monaten dürfen wir den Lauftreff nicht anbieten, und wir wissen nicht, wie lange das noch dauern wird. Trotzdem unterstützen uns die Mitglieder weiterhin, und keiner hat den Verein verlassen. Dafür wollen wir mit dem Mundschutztuch allen „Danke“ sagen. Die bisherigen Rückmeldungen der Mitglieder zeigen, dass uns damit eine tolle Überraschung gelungen ist.“ Laufbegeisterte, die den Verein durch eine Mitgliedschaft unterstützen wollen, können sich unter info@lauftreff-freigericht.de melden.



So sehen die Multifunktionstücher aus, die sich einige Mitglieder des Lauftreffs Freigericht aus Präsentationsgründen über das Gesicht gezogen haben. FOTO: RE