



In Scharen wanderten 3708 Teilnehmer zum 30. Sachsen-Dreier durch die Region. Aus neun Strecken konnten sich die Läufer ihren Favoriten auswählen. Start war entweder in Döbeln oder Waldheim – Ziel für alle: Das Lok-Stadion in Döbeln/Großbauchlitz. Die Frühlingswanderung am Sonnabend machte ihrem Namen alle Ehre: bei nicht zu warmen Temperaturen, aber ohne Regenschauer wurde gewandert. Fotos (6): Sven Bartsch

**SACHSEN-DREIER-SPLITTER**

■ Teilnehmer-Rekord gebrochen: 3708 Menschen nahmen am Sonnabend beim 30. Sachsen-Dreier teil. Das sind knapp 1000 Leute mehr als im Vorjahr und macht besonders Organisator Günter Schär glücklich: „Überwältigend!“

■ Aus neun Strecken konnten die Läufer wählen. Dabei gab es zwei Startpunkte: Döbeln und Waldheim. Ziel war für alle Wanderer schließlich das Lok-Stadion in Döbeln/Großbauchlitz.

■ Immer größerer Beliebtheit erfreut sich die 8 Kilometer-Strecke, die von Döbeln über Keuern und Masten nach Technitz und wieder zurück führte. Etwa 580 Teilnehmer entschieden sich für den sogenannten „Quickie“. Besonders Neuankommlinge und Familien, die mit Kindern unterwegs sind, wählen diesen Rundweg.

■ Auf dem sogenannten „Quickie“ gab es in diesem Jahr erstmals eine Verpflegungsstation. „Warum sollen die Läufer auf der Strecke benachteiligt werden“, entgegnete Günter Schär über die erste von fünf Verpflegungsstationen.

■ Die längste Strecke über 50 Kilometer liefen in diesem Jahr 104 Teilnehmer. Darunter auch die älteste Läuferin: Mit 77 Jahren meisterte Waltraud Hille die Königsdisziplin souverän.

■ Am häufigsten wurde die 17 Kilometer-Strecke gewählt: Rund 890 Menschen wanderten von Döbeln nach Masten über Limnitz, Wöllsdorf, Schweta und Technitz, um schließlich wieder in Döbeln zu landen.

■ Nicht weniger beliebt, war die 21 Kilometer-Strecke von Waldheim aus. Zirk 700 Teilnehmer wählten diese Route. „Die 20 Kilometer-Strecken sind sowieso immer am beliebtesten“, weiß Günter Schär.

■ Insgesamt 1000 kleine, rote Pfeile wurden von den Organisatoren und Helfern im Vorfeld auf den Strecken angebracht und zeigten zur Wanderung den Teilnehmern den Weg auf dem rund 60 Kilometer langen Streckennetz.

■ Fast 800 Liter Tee wurden gekocht, um an den Verpflegungsstationen an die durstigen Wanderer ausgegeben zu werden. Im Akkord schmierten die Frauen und Männer vom Organisationsteam Fettbmmchen, die es ebenfalls für die Läufer kostenfrei gab.

■ An der Verpflegungsstation am Reinsdorfer Bach pausierte eine Wandergruppe aus der Schweiz, erinnert sich Günter Schär. „Eine der Damen griff kurzerhand zum Messer und schmierte für die ankommenden Läufer ebenfalls Schnittchen.“ „Anpacken und Mithelfen“ lautete hier die Devise.

■ Einen besonderen „Ehrgast“ gab es beim diesjährigen Sachsen-Dreier außerdem: Daniel Teichert aus Ziegra war der 40 000. Teilnehmer, der seit dem ersten Sachsen-Dreier in Döbeln gezählt wurde.

■ Weil sich so viele für die Strecke von Waldheim nach Döbeln (37 und 50 Kilometer-Strecke) entschieden, bei der auch eine Fahrt mit der Fähre integriert war, musste das Organisationsteam kurzerhand handeln und eine zweite Fähre bestellen. Genauso voll waren auch die Busse, die die Teilnehmer vom Start in Döbeln zum Start nach Waldheim führen.

■ Ein „rundum positives“ Fazit zog gestern Organisator Günter Schär: „Ich bin mehr als zufrieden und froh, dass alles so gut abgelaufen ist. Die ersten Ideen für nächstes Jahr gibt es auch schon – nach dem Sachsen-Dreier ist vor dem Sachsen-Dreier.“

# Freigesetzte Endorphine

3708 Läufer beim 30. Sachsen-Dreier: Darunter eine DAZ-Redakteurin – mit pochenden Zehen

**Döbeln. Eines muss man den Teilnehmern des 30. Sachsen-Dreiers lassen: Sie sind ziemlich gut vorbereitet. Turnschuhe oder Wanderschuhe – bequem und fest geschnürt müssen sie sein. Schritzzähler und reichlich Wasser zur Erfrischung zwischendurch finden sich in so gut wie jedem Rucksack. Mit dabei – ohne feste Schuhe oder Wasserflasche: eine DAZ-Mitarbeiterin, die sich das Treiben mal ganz aus der Nähe anschaut.**

Mit viel zu locker sitzenden Halbschuhen mache ich mich auf den Weg. Mit dabei: Lediglich Block und Stift zum Niederschreiben meiner Beobachtungen. Weder eine Flasche Wasser noch andere Utensilien, deren Anwesenheit ich mir später noch sehr wünschen werde, habe ich dabei. Die Entscheidung für die acht Kilometer-Strecke fällt nicht schwer. Dass dahinter mehr als

ein Spaziergang steckt, wird mir ziemlich schnell bewusst. Die ersten zwei Kilometer fallen noch leicht. Die Steine, die sich durch die Sohle meiner lächerlich dünnen Schuhe bohren, stören mich am Anfang weniger. Zu sehr bin ich damit beschäftigt, mir imaginär auf die Schulter zu klopfen über meinen bedingungslosen Einsatz.

Ich laufe zum ersten Mal beim Sachsen-Dreier mit. Ich laufe überhaupt das erste Mal eine Strecke, die länger ist, als der Weg von der Haustür bis zum Auto. Um mich herum motivierte und begeisterte Frauen und Männer, Mädchen und Jungen. Und Hunde. Alle samt machen schon nach kurzer Zeit einen besseren Eindruck als ich. Als ich meine Füße deutlich rebellieren spüre, naht die Rettung: der Verpflegungspunkt in Masten. Ich besorge mir Tee, den ich in einem Zug leer trinke. Seltsamerweise fühle ich mich ziemlich gut, trotz po-

chender Zehen. Ich unterhalte mich mit Senioren, die seit Jahren an der Wanderung teilnehmen. Sie wirken fitter als ich – was zugegebenermaßen nicht besonders schwer ist angesichts der Tatsache, dass ich gerade meine Jahresration Sport in einem Rutsch absolviere.

Nach einer halben Stunde fällt mir keine Ausrede mehr ein, noch länger am Verpflegungspunkt zu verharren. Ich entscheide mich – gegen den deutlich spürbaren Willen meiner Beine – weiter zu laufen. Die ersten Schritte nach der Pause fühlen sich schwer an. Ich verdränge die Tatsache, dass ich müde und schlapp bin und nehme mir stattdessen vor – während eine Rentnerin an mir vorbei zieht und aussieht wie das blühende Leben – ab sofort regelmäßig ins Fitnessstudio zu gehen.

Auf der Zielgeraden, das Ende in Sicht, vergesse ich die Strapazen der letzten Stunden. Als ich schließlich mit

Blasen an den Füßen im Lok-Stadion ankomme, fühle ich mich erstaunlicherweise gut. Die Leute um mich herum, die freudestrahlend ihre Urkunden in Empfang nehmen, stecken mich mit ihrer Laune an. Ich vergesse kurz die schmerzenden Füße und laufe – zugegebenermaßen ein bisschen stolz – zu meinem Auto. Als ich mich in den Sitz fallen lasse und die Kupplung mit einem meiner geschundenen Füße trete, wird mir wieder bewusst, warum ich nie Sport treibe.

Während ich nach Hause fahre, in Gedanken schon auf dem Sofa liegend, erpappe ich mich dann doch bei folgenden Gedanken – zurückzuführen auf die berüchtigten Endorphine, die beim Sport freigesetzt werden: Vielleicht doch nicht so verkehrt, die Sache mit der Bewegung. Auch wenn meine Füße etwas ganz anderes sagen.

Stephanie Jankowski



An insgesamt fünf Verpflegungsstationen konnten sich die Wanderer zwischendurch stärken: Es gab Fettbmmchen und fast 800 Liter Tee.



Wo geht es lang? Vor dem Start konnten sich die Läufer zwischen neun Strecken entscheiden. Kleine, rote Pfeile zeigten den Teilnehmern den richtigen Weg.

Über Stock und Stein – im wahrsten Sinne des Wortes, wurde gewandert. Unter anderem über Masten, Meinsberg, Waldheim, Rauschenthal, Kriebstein, Höfchen, Limnitz, Schweta und Technitz konnte spaziert werden. Manchen ein treuer Begleiter: der Stock.



Besonderes Highlight für die Wanderer: Die Fahrt mit der Fähre in Kriebstein. Aufgrund des großen Andrangs, musste eine zweite Fähre bereitgestellt werden.



Günter Schär (rechts), langjähriger Organisator des Sachsen-Dreiers, erhielt von Döbelns Bürgermeister Hans-Joachim Egerer (links) einen Blumenstrauß überreicht.

## „Sachsen-Dreier: Ich war dabei!“

**Romy Hoch (45):** „Ich bin zum vierten Mal dabei und komme gern von Freiberg nach Döbeln. Dieses Mal habe ich mich für die 17 Kilometer-Strecke ab Döbeln entschieden. Ich bin eher eine gemütliche Läuferin und schaue auch mal nach links und rechts, um etwas von der Umgebung zu sehen. Schön finde ich, dass wirklich jede Altersgruppe hier vertreten ist und der Spaß im Vordergrund steht.“



**Manuel Potas (30):** „Die 8 Kilometer-Strecke muss fürs Erste reichen. Ich habe mich von einer Freundin überreden lassen, mal mit zu laufen. Ich bin aber guter Dinge, dass ich die kurze Strecke schaffe. Ausdauer habe ich – als Fußballer dürfte die Strecke kein Problem sein. Wir können ja auch zwischendurch Pause machen und eine Runde quatschen. Vielleicht bin ich nächstes Jahr auch wieder dabei, dann mit einer größeren Runde.“



**Anna-Lina Matz (13):** „Eine Freundin erzählte mir so viel vom Sachsen-Dreier, dass ich mich dieses Jahr anstecken ließ. Ich bin mir noch nicht sicher, welche Strecke ich laufe. Erst einmal gehe ich los und dann schaue ich, wo ich eventuell abbeige. Bevor wir loslaufen stärken wir uns noch mit einer warmen Suppe. Meine Freundin hat mir noch den Tipp gegeben, richtig bequeme, aber feste Schuhe anzuziehen. Da habe ich meine Turnschuhe aus dem Schrank geholt.“



**Regina Richter (72):** „Seit 21 Jahren laufe ich jedes Mal den Sachsen-Dreier mit. Ich komme ursprünglich aus Hartha, wohne jetzt aber in Freiberg. Trotzdem lasse ich mir das Spektakel nicht entgehen. Heute laufe ich die 8 Kilometer-Strecke. Normalerweise bin ich immer die rund 20 Kilometer gelaufen, aber man wird nicht jünger. Zur Sicherheit habe ich mir heute einen Regenschirm mitgenommen, obwohl es das Wetter richtig gut mit uns meint.“



**Konstantin Höhne (58):** „Heute habe ich mir die 17 Kilometer-Strecke vorgenommen. Ich bin das sechste Mal dabei, muss aber zugeben, dass ich ein typischer Schönwetter-Läufer bin: Hätte es geregnet, wäre ich heute früh nicht aufgestanden. Mir gefällt die große Auswahl der Strecken, die hier angeboten werden. Bei anderen Wanderungen sucht man so etwas vergeblich. Ich denke, mit der heutigen Wanderung bin ich in vier Stunden durch – mit gemütlichem Tempo.“



**Manuela Mehner (30):** „Für mich ist es das erste Mal, deswegen habe ich mich zusammen mit meinen Freunden für die 8 Kilometer-Strecke entschieden. Ich muss erst einmal schauen, ob das was für mich ist. Seit einigen Monaten gehe ich regelmäßig ins Fitnessstudio – meine Kondition dürfte für die Strecke also ausreichend sein. Die richtigen Schuhe habe ich zumindest schon an: bequeme Turnschuhe, die nicht drücken. Mal sehen, ob sie später auch noch bequem sind.“



**Tina Händer (13):** „Für mich ist es heute nicht das erste Mal, dass ich hier mitlaufe. Ein paar Mal habe ich schon teilgenommen und bin immer unterschiedliche Strecken gelaufen. Diesmal habe ich eine Freundin mitgenommen. Welche Strecke wir gehen, entscheiden wir unterwegs. Unsere Anmeldekarten haben wir gerade ausgefüllt. Wir sind gespannt, welches Souvenir wir bekommen, wenn wir wieder im Ziel ankommen.“



**Monika Kamrad (68):** „Dass man hier so viele verschiedene Leute sieht gefällt mir. Seit 24 Jahren nehme ich an der Wanderung teil. Solange es gesundheitlich möglich ist, möchte ich es auch weiterhin tun. Ich merke aber, dass ich nur noch die 8 Kilometer-Strecke schaffe. In meinem Rucksack habe ich zur Sicherheit ein paar Ersatzschuhe mit – man kann nie wissen. Ich bin wirklich jedes Jahr aufs Neue beeindruckt, wie gut alles organisiert ist.“

