

Die „Ninja Warrior“ von Rechberghausen

In Uhingen befindet sich einer der wenigen OCR-Trainingsplätze in ganz Süddeutschland. Gebaut hat ihn das Sparda-Team Rechberghausen

Mehrmals die Stunde brettern am OCR-Gelände Regionalzüge vorbei. Doch daran stören sich die Sportlerinnen und Sportler des Sparda-Team Rechberghausen nicht. Sie konzentrieren sich im Training ganz darauf, Bretterwände zu überwinden, über Lkw-Reifen zu kraxeln oder unter Netzen durchzurobben. „Mir ist zumindest in ganz Süddeutschland keine solche oder überhaupt eine OCR-Vereinssanlage bekannt“, sagt Marco Höpfner, der Vorstand Sport beim Sparda-Team Rechberghausen ist.

OCR – das steht für Obstacle Course Racing und wird bei Wikipedia mit dem deutschen Begriff Extremhindernislauf umschrieben. Seit mehreren Jahren schon gehen sie in Rechberghausen dieser Sportart nach. Einmal wöchentlich kommt die Trainingsgruppe zusammen, um sich auf dem Gelände in Uhingen westlich von Göppingen mit einer Mischung aus Klettern, Laufen und Sprinten auszupeinern. „Es ist der Wechsel aus Kraft und Ausdauer, aus Klettern, Geschicklichkeit und Geschwindigkeit, die diese Sportart so anspruchsvoll macht“, erzählt Höpfner. Etwa 20 der insgesamt 150 Mitglieder des Lauf- und Triathlonvereins seien mehr oder weniger regelmäßig im Training vor Ort.

Hindernisse wandern dauerhaft an ein neues Zuhause

Angefangen mit OCR hat alles 2017. Bis dahin richtete das Sparda-Team für viele Jahre in Uhingen einen 24-Stunden-Benefizlauf auf einer 500-Meter-Runde als Straßenlauf aus. Dann reifte im Organisationsteam nach dem 2016er-Lauf der Entschluss, nach so langer Zeit mal etwas Neues auszuprobieren. Und die Wahl fiel auf einen Hindernislauf mitten durch die Stadt und den Fluss Fils. Die Männer und Frauen vom Sparda-Team gingen aber nicht nur bei der Organisation und Durchführung tatkräftig ans Werk, sondern auch auf der Strecke – und die Lust und der Spaß am OCR wurde immer größer.

„Irgendwann hat sich die Frage gestellt, was man zwischen den Stadtläufen mit den Hindernissen machen könnte“, erinnert sich Sport-Vorstand Höpfner. Schwung kam in die Sache, nachdem er über Kontakte ein

Vereinsgelände am Ortsrand von Uhingen gefunden hatte. Im Sommer 2019 packten die Sparda-Team-Mitglieder an und bauten den ersten OCR-Trainingsparcours weit und breit.

Trotz der Einzigartigkeit der Trainingsanlage: Feste Kooperationen mit umliegenden Vereinen gibt es bislang keine. „Regelmäßig kommen aber Mitglieder von Laufvereinen aus der Umgebung“, berichtet Höpfner. Wie sieht es mit dem Nachwuchs aus? Für Kindertraining habe man als eher kleiner Verein weder ausreichend personelle Kapazitäten noch genügend Erfahrung. Vor kurzem aber habe er in der Schule seiner Tochter mal das Hindernislaufen vorgestellt – und eine ganze Reihe Kids sei danach der Einladung gefolgt, sich mal auf dem OCR-Parcours auszuprobieren.

Hindernisläufe und Matschrennen liegen hoch im Kurs

Es ist also nicht ganz auszuschließen, dass sich in Sachen Kindertraining vielleicht doch noch was entwickelt. Denn schließlich stehen Hindernis- und Matschläufe nicht zuletzt wegen ihres Event-Charakters hoch im Kurs. Erst Anfang August ging auf dem Stuttgarter Messegelände wieder ein „Muddy Angel Run“ über die Bühne, bei dem sich mehr als 6500 Frauen über Bretterwände und durch Matschseen kämpften – und Kinder-Wettbewerbe gab es dort auch.

Matschkuhlen findet man auf dem Trainingsgelände des Sparda-Team Rechberghausen allerdings



Einige Elemente auf dem OCR-Kurs in Uhingen könnten auch bei „Ninja Warrior“ stehen.
Fotos: Sparda-Team Rechberghausen

nicht. Dafür demnächst wohl einige neue Hindernisse. „Nach einigen Jahren müssten manches erneuert werden, weil die Sachen ja Wind und Wetter ausgesetzt sind“, erklärt Höpfner. Er sei guter Dinge, dass es im Herbst so weit sein wird. Denn der städtische Bauhof in Uhingen baue für den nächsten großen Lauf am 29. September mit dem neuen Namen SpardaXtrem, den das Sparda-Team wieder ausrichtet, einige neue Hindernisse – die danach dann auf das Trainingsgelände wandern könnten. Aber auch ohne solch tatkräftige Unterstützung sei der Aufbau eines Parcours kein Hexenwerk. „Denn Reifen, Kisten, Bretter, Gerüste oder Netze kann man eigentlich überall auftreiben“, so Höpfner. ■

Thomas Müller



Zum Schnuppertag am Anfang der Sommerferien kamen viele Interessierte.