Daniel Schmidt wird französischer Meister über die Mitteldistanz in der H16

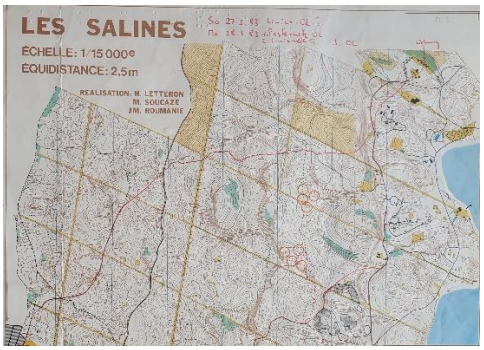
Französisches OL-Meisterschaftswochenende
Sprint-Staffel – Mitteldistanz – Club-Staffel
in Carcans – Lacanau vom 1. bis 4. Mai 2025

Im Original: Championnats de France 2025
Relais Sprint – Moyenne Distance – Clubs

gez. Marcus Schmidt, 18.05.2025

Der Atlantikstrand bei Lacanau-Océan, mit fast 100 Kilometern einer der längsten in Europa

Sehnsuchtsort Medoc, eine dreiecksförmige Halbinsel im Südwesten Frankreichs nahe Bordeaux, die zwischen der Atlantikküste, dem Mündungsarm Gironde und dem Meeresbecken von Arcachon liegt. Bekannt insbesondere für seine berühmte Weinbauregion, die Austernzucht und für naturbelassenen Tourismus an weitgehend unbebauter Küste mit weitläufigen Dünenwäldern. Daher schon seit Jahrzehnten beste Voraussetzungen für den Orientierungslauf – gerne erinnern sich die älteren Generationen an herausfordernde OL-Trainingslager mit mächtigen Dünen-Höhenformationen und viel Sand unter den Füßen. So auch der Autor, der dort 1983 und 1984 jeweils zu Ostern, damals mit dem TV Oberkirch und anderen befreundeten Vereinen rund um die Ferienanlage in Bombannes weilte.



Trainingskarte von 1983 mit FeWo (o. r.) und dem Mitteldistanzgelände westlich davon – in Hintergrund das WKZ

Diese ersten OL-Erfahrungen immer in guter Erinnerung behaltend, ergab sich nun über das Maifeiertag-Wochenende erstmals die Möglichkeit, dort einen Wettkampf zu bestreiten. Und zwar u. a. zur französischen Meisterschaft auf der Mitteldistanz. Dies just direkt neben den damaligen Unterkünften und damit auch in dem angrenzenden Kiefernwald. Darüber hinaus konnten wir die sehr lange Reise komfortabel gemeinsam mit unserem im Elsass benachbarten Verein SC Barr tätigen. Während Marcus als Neumitglied erstmals in einem französischen A-Finale laufen durfte, würde es für Daniel, nach dreimal in 2024 (Lang, Nacht, Sprint), bereits der vierte Meisterschaftslauf sein. Mit seiner doppelten Staatsbürgerschaft darf er überdies nicht nur um die Plätze, sondern sogar um die Medaillen

laufen, so auch schon im vergangenen Jahr als er beim Sprint als jüngerer Jahrgang in der H16, nur um Sekunden geschlagen, die Silbermedaille erringen konnte.

Die Siegerehrung der CF-Mitteldistanz von hinten betrachtet, und wir mit unserem SC Barr

Sogleich vorweg, Daniel lieferte in außergewöhnlicher Manier. Denn er konnte im A-Finale alle seine 45 Konkurrenten (inkl. kompletter Nationalkader) mit mehr als einer Minute Vorsprung hinter sich lassen – im B-Finale, mit weiteren 55 Teilnehmer, wären es gar 9 min gewesen – und wurde damit erstmals französischer Meister. Seine Schilderung dazu s. u.

Daniel nach knapp 28 min glücklich im Ziel, und wenig später ganz oben auf dem Podest D/H16

Das Wettkampfwochenende begann bereits am Donnerstag mit der französischen Meisterschaft in der Sprint-Staffel, leider jedoch ohne uns, da wir nach langer Fahrt erst am Abend eingetroffen sind. So hatten wir unseren Auftakt tags darauf in ähnlichem Gelände der am Samstag folgenden Meisterschaft mit einem Inter-Régionale (vergleichbar einem Bundesranglistenlauf) auf der Mitteldistanz in Lacanau-Océan, wo Daniel in seiner H16 mit 3 Sekunden Rückstand als Zweitplatzierter bereits ein großes Ausrufezeichen setzen konnte. Und das in einem ihm bislang nicht wirklich geläufigen/ bekanntem Gelände.

Ebenfalls in bester Form zeigte sich der Gundelfinger Thomas Schüßler (für CO Colmar startend), mit einem ausgezeichneten 4. Platz in der H55 (schon am Vortag konnte er im Sprint Open einen tollen 3. Platz belegen), während es für Marcus mit Rang 42 gerade noch für die erste Hälfte der 88 Teilnehmer reichte. Immerhin lief es ihm am Folgetag im A-Finale der Mitteldistanz-Meisterschaft nahezu fehlerfrei, so dass er sich über Rang 21 freuen konnte. Dagegen schade, dass Thomas mangels Quali nur das B-Finale bestreiten durfte.

Inter-Régionale Moyenne Distance im dicht bewachsenen Dünenwald und am Ziel

Zum Abschluss am Sonntag dann noch der Höhepunkt für alle Vereine, denn es stand der CFC 2025 (Championnat de France des Clubs) an. Eine Club-Staffel mit 8 bzw. 6 Läufer*innen, ähnlich ausgetragen unserem Deutschlandcup. Allerdings unterteilt in vier Divisionen „Nationale_1“ bis „Nationale_4“, in welche man unter bestimmten Voraussetzungen auf- und absteigen kann. Und nur in der „Nationale_1“ wird die Meisterschaft ausgetragen. Nichtsdestotrotz tummeln sich auch in den anderen Divisionen leistungsstarke Läufer. Da unser SC Barr grundsätzlich eher freizeitorientiert ist, durften wir neben 121 anderen 6er-Teams in „Nationale_4“ um den Aufstieg kämpfen. Dabei konnte Daniel nochmals eindrücklich überzeugen. Denn mit einem nahezu fehlerfreien Lauf auf der zweiten (und zugleich längsten) Strecke lief er uns von Rang 25 auf Rang 1 – machte bei einer Laufzeit von 29 min, aus 5 min Rückstand letztlich einen Vorsprung von 3 min. Da unser Team danach in Summe nicht mehr annähernd so gut bestückt war, endeten wir schließlich auf dem guten 23. Platz, der zugleich noch mit dem Aufstieg verbunden war, so dass der SC Barr im kommenden Jahr in der Division „Nationale_3 starten darf.

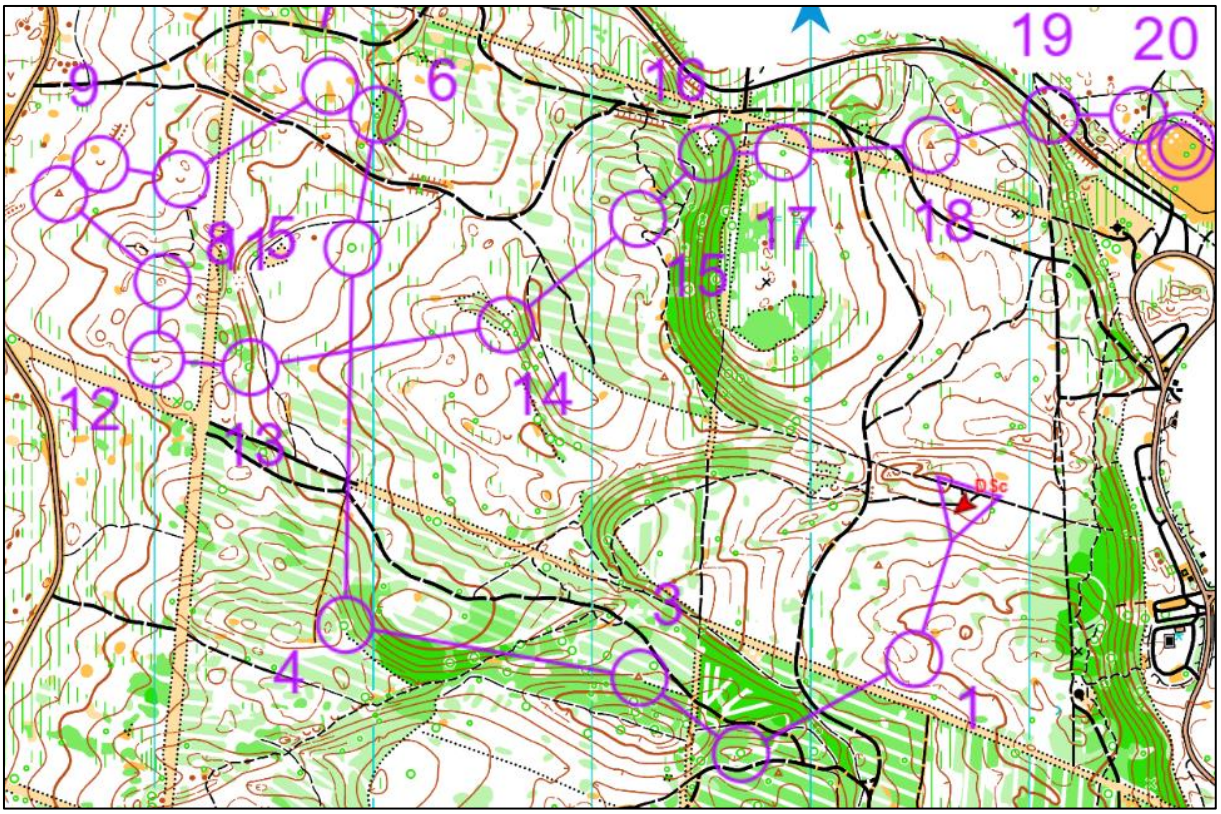
Kurz vor dem Start der Club-Staffeln „Nationale_4“ und das gesamte Team des SC Barr (inkl. Nachwuchs)

Doch wie erging es nun Daniel auf dem Weg zur französischen Meisterschaft?

Daniel berichtet wie folgt: *Noch drei, zwei, eins…, dann ging es los!*

Vor dem Lauf kamen die 3 Cousins, Onkel und Tante aus Bordeaux mit an den Start und zum Anfeuern

Karte lesen, und sicher zum ersten Posten orientieren. Das war einfacher gesagt als getan. Der Wald bestand aus vielen offenen Passagen, mit leichtem Unterbewuchs, war aber stellenweise auch dicht und völlig unübersichtlich. Dies merkte ich vor allem beim Anlaufen der ersten vier Posten. Dennoch hatte ich gleich zum ersten Posten das Tempo hochgehalten, traf allerdings auf dem Weg dorthin zwei weitere Posten im Gelände und ließ mich durch diese leicht ablenken. Dennoch fand ich den ersten Posten relativ schnell. War allerdings gewarnt, dass die Postendichte ähnlich dem Vortag, wiederum außergewöhnlich hoch sein würde, so dass entsprechend höchste Konzentration unerlässlich war. Bei den weiteren Posten hatte ich dann kaum Probleme. Ich kam immer mehr in meinen Flow und selbst der Sand, der das Laufen erschwerte, hinderte mich nicht am Vorwärtskommen.



CFMD (Championnat de France de Moyenne Distance), Bombannes, 03.05.2025, H16 (Quelle: livelox)

Im Mittelteil gab es mehrere kurze Postenverbindungen, die ich ohne große Schwierigkeiten meistern konnte. Nach diesen kurzen Passagen war dann nochmals viel Aufmerksamkeit gefragt. Hier war es wichtig, das richtige Tal zu treffen und die Karte in Einklang mit dem Gelände zu bekommen. Bei Posten 15 wurde auch ich dann langsam unkonzentriert. Zwar konnte ich gut die Linie halten, ließ mich aber kurz vor dem Posten von weiteren Läufern und einem anderen Posten beeinflussen, weshalb ich hier ca. 30s gebraucht habe, um mich zu vergewissern, dass ich noch einen Hügel weiter musste.

Nachdem das geschafft war, hieß es: „Das Rennen nach Hause bringen“.

Daniel mit voller Intensität und Wucht dem Ziel entgegen

Zwar traf ich die letzten Posten nicht alle auf Anhieb, verlor aber auch hier keine Zeit, wodurch ich die letzten Reserven mobilisieren konnte, und dem Schlussposten entgegeneilte. Ein Blick auf die Karte reichte, Richtung halten und mit Gehör auf die letzten Meter. Im Ziel vorerst mit Bestzeit angekommen, hieß es erst einmal warten. Zu diesem Zeitpunkt war mir zumindest Rang 6 sicher, denn es waren noch die nach nationaler Rangliste 5 besten Läufer unterwegs, die jeweils im Abstand von 2 min nach mir auf die Strecke gingen. Und welche mich noch vom ersten Platz bzw. vom Podium hätten stoßen

können. Also 10 bange Minuten – zwei Minuten vergingen …, nichts. Weitere Minuten vergingen und gemäß den Live-Results rückte ich immer weiter nach vorne … schließlich rannten sie, mehr oder weniger nacheinander aus dem Dickicht kommend, ins Ziel. Doch das war mir nun relativ egal, denn ich hatte es geschafft, bin erstmals französischer Meister geworden, und konnte Stunden später die Goldmedaille entgegennehmen.

Daniel im Ziel, empfangen von seiner französischen Familie und mit einem seiner Hauptkonkurrenten

Allerdings Funfact, die französischen Medaillen glänzen nicht wie gewohnt, sondern sind aus Holz gefertigt, und damit entsprechend unserem Natursport schlicht gestaltet und nachhaltig.

Diverse Internet-Links:

Homepage CFC 2025

- 02.05.2025: Inter-Régionale MD in Lacanau-Océan
  - Ergebnisse
  - Livelox
- **03.05.2025: CFMD – Championnat de France de Moyenne Distance**
  - Ergebnisse
  - Livelox
- 04.05.2025: CFC – Championnat de France des Clubs
  - Ergebnis
  - Livelox

Vielen Dank an den SC Barr, insbesondere an Pierre und Claude, ebenfalls an Anne, Stephan, Bruno, Cécilia und Emmanuel (mit ihren wunderbaren Kids)

Weitere Eindrücke von den Wettkämpfen, sowohl am Ziel als auch im Gelände: