Sport

Pangalos führt die Aufholjagd an

Dank ihrer Neuen gewinnen die Basketballerinnen des MTV Stuttgart – im Gegensatz zu den Männern.

Von Harald Landwehr

STUTTGART. Guter Rückrundenstart für die Zweitliga-Basketballerinnen des MTV Stuttgart: Nach einem 28:33-Rückstand zur Pause hat der Tabellenvorletzte sein Heimspiel am gestrigen Sonntag gegen den ASC Theresianum Mainz noch mit 67:61 gewonnen. Angeführt wurden die Gastgeberinnen dabei von der zypriotischen Nationalspielerin Marissa Pangalos. Der Neuzugang kam beim zweiten Einsatz im MTV-Trikot auf 21 Zähler, 17 davon erzielte die 27-Jährige nach dem Seitenwechsel.

Im Klassement bleiben die Stuttgarterinnen zwar auf dem ersten Abstiegsplatz stehen, sind nun aber punktgleich mit Speyer-Schifferstadt auf Rang neun und Schwabach auf Platz zehn und nur noch zwei Zähler vom Play-Off-Platz acht entfernt. Außer Pangalos punktete auch Maria Kolyandrova stark. Ihre Ausbeute: 18 Zähler.

Bei den Regionalliga-Männern des MTV Stuttgart erinnert derweil momentan einiges an die vergangene Saison: Nach elf Siegen zum Auftakt verabschiedete sich das Team von Trainer Anestis Fesatidis seinerzeit mit sieben Niederlagen aus den folgenden elf Spielen aus dem Rennen um den Meistertitel. Aktuell, am Samstag, gab es mit einem 51:79 beim VfL Bensheim die sechste Pleite in Serie, wonach der Blick des ursprünglichen Aufstiegsanwärters inzwischen verstärkt nach hinten gerichtet sein muss. Zu Rang zwölf, dem ersten möglichen Abstiegsplatz, sind es nur noch vier Punkte Vorsprung. „Wir werden noch nicht panisch und wollen noch ein, zwei Spiele abwarten. Es ist aber gut möglich, dass wir bis zum Ende der Wechselfrist am 31. Januar personell noch etwas tun werden", sagt Fesatidis.

In Bensheim lagen die Seinen zur Pause noch mit nur drei Zählern im Rückstand (31:34). Dann ging nichts mehr. Bester MTV-Werfer war einmal mehr Vasileios Lampropoulos (18 Punkte) – vor Alexander Komitakis und Edward Hall (jeweils 10).

Botnanger Revanche nährt Hoffnungen

STUTTGART. Die Drittliga-Volleyballer des ASV Botnang haben ihre Ende November begonnene Siegesserie auf fünf Spiele ausgebaut und gleichzeitig als Tabellenzweiter den Rückstand auf den spielfreien Spitzenreiter TV Bühl auf zwei Zähler verkürzt. Am Samstagabend revanchierte sich die Mannschaft von Trainer Frank Schau gegen den SSC Karlsruhe II mit einem 3:1-Erfolg (15:25, 25:21, 25:19, 25:18). Das Hinspiel hatte sie bei der Zweitliga-Reserve der Baden Volleys mit 2:3 verloren.

„Im ersten Satz hatten meine Spieler noch etwas müde Beine von den Weihnachtstagen, aber danach haben wir den Druck im Aufschlag erhöht und verdient gewonnen", sagt Schau. Für die verbleibenden neun Spiele rechnet er mit einem Dreikampf um den Titel zwischen seinem Team (31 Punkte), dem TV Bühl (33) und dem MTV Ludwigsburg (25). *hal*

Eine Frau für die Rekordbücher

Lange war Katrin Ochs reine Hobbysportlerin – heute macht die erneute Siegerin des Degerlocher Dreikönigslaufs „verrückte Dinge", über die sie selber staunt. Was steckt hinter dieser Frau?

Von Franz Stettmer

STUTTGART. An „das Verrückteste", das sie in ihrer Karriere je gemacht hat, kann sich Katrin Ochs noch gut erinnern. Es ist etwa drei Jahre her. Es war ein Marathonlauf, die klassischen 42,195 Kilometer – was an und für sich noch nichts so Besonderes wäre. Jedoch: Stattgefunden hat das Rennen nicht etwa wie üblich über Straßen und Wege der freien Natur, sondern in einer Sporthalle. 200-Meter-Rundbahn, immer im Kreis, nach Adam Riese also 211-mal. Vorsicht, Drehwurmgefahr. Und nur was für Bekloppte, wie Otto Normalsportler staunend anmerken mag? Ochs lacht. „Wenn du so etwas durchhältst, musst du im Kopf stark sein", sagt die Leinfeldenerin.

Die Frage danach, ob sie durchgehalten hat, erübrigt sich. Ochs ist stark. Ochs ist leidensfähig. Die 45-Jährige ist quasi das Perpetuum mobile der hiesigen Laufszene. Sie läuft und läuft und läuft. Nicht nur das: Sie gewinnt und gewinnt und gewinnt. Auch an diesem Freitag ist es dann wieder nicht anders gewesen. Beim Dreikönigswettbewerb des LAC Degerloch überquerte wer als schnellste Frau die Ziellinie? Natürlich Ochs – an der Hohen Eiche bei der zwölften Auflage zum elften Mal. Freilich, die aktuellen gut fünf Kilometer dürften für sie eher wie ein bisschen Morgengymnastik gewesen sein, wenn man sie in Relation zu ihren sonstigen Herausforderungen stellt.

> „Wenn man tatsächlich mal wo aufgeben wollte, kann er ganz schön schimpfen."
> **Katrin Ochs**
> über ihren Trainer

Gut elf Jahre ist es her, dass Ochs begonnen hat, sportlich durchzustarten. Sie war eine Spätzünderin, gemäß der Kategorien in ihrer Sportart bereits im Seniorinnen-Alter. Nein, auf der faulen Haut war sie auch bis dahin nicht gelegen. Etwas Handball, etwas Fußball, viel Reiten. Nach dem Abitur war „mir dann langweilig", erzählt Ochs. Sie trat beim TV Nellingen in die Leichtathletik-Abteilung ein, mithin unters Dach ihres auch noch heutigen Vereins LG Filder. Das Schlüsselereignis, das aus Hobby- mehr und mehr Leistungssport werden ließ, kam aber erst weit danach – es war die Begegnung mit ihrem Trainer Helmut Kustermann. Was damals noch keiner ahnen konnte: Es sollte der Anfang einer ganz speziellen Beziehung sein.

Spricht Ochs über ihren Sport, fällt der Name Helmut kaum seltener als der Begriff Laufen. Längst ist der 35 Jahre Ältere für sie nicht nur eben Trainer – er fungiert als Mentor, Motivator, Bezugsperson und treibende Kraft im Hintergrund. Kustermann gibt das Trainingspensum vor. Er betreibt die Wettbewerbsplanung. Er diktiert gegebenenfalls, daraus macht Ochs keinen Hehl, auch mit strenger Hand. „Pünktlichkeit, Disziplin und eine akribische Vorbereitung" kennzeichneten ihren Mitstreiter. „Und wenn man tatsächlich mal wo aufgeben wollte, kann er ganz schön schimpfen", sagt Ochs und lacht erneut.

Gezeitigt hat diese Symbiose zahlreiche Erfolge. In Ochs' Trophäenschrank zuhause in ihrer Zwei-Zimmer-Wohnung in Leinfelden hängen unter anderem drei WM- und sechs EM-Medaillen. Sie war dreimal deutsche Altersklassen-Meisterin im Marathon und ist amtierende nationale Titelträgerin im 50-Kilometer-Ultramarathon. Über diese Distanz sowie im 2000-Meter-Hindernislauf hält sie im Bereich W 45, also bei den Jahrgängen 1974 bis 1978, die deutschen Rekorde. Und: In Württemberg führte sie im vergangenen Jahr über gleich neun verschiedene Strecken die Jahresbestenliste an.

Laufen bestimmt Ochs' Alltag – und lässt sich zu deren Glück gut mit ihrem Beruf vereinbaren. Angestellt ist die gebürtige Stuttgarterin, die Textildesign und Freie Malerei studiert hat, im Spielkartenmuseum in Leinfelden. Hat sie Urlaub, ist jener nicht danach ausgerichtet, wo sich womöglich am schönsten im Liegestuhl verweilen lässt, sondern wo interessante Laufwettbewerbe anstehen. So wie zuletzt beim Städtetrip nach Pisa.

Einmal mehr die Schnellste: Katrin Ochs. Foto: Günter Bergmann

Degerlocher Sieger

Ein 16-jähriger Radsportler des RSV Stuttgart-Vaihingen hat beim Degerlocher Dreikönigslauf allen Laufspezialisten ein Schnippchen geschlagen: Jakob Weinandy gewann über die 5,4 Kilometer in 21:11 Minuten. Bei den Frauen dominierte, siehe oben, Katrin Ochs (LG Filder, 23:20 Minuten). Derweil behaupteten sich beim gleichzeitig durchgeführten 40. Degerlocher Volkslauf über zehn Kilometer Pascal Brobell (Balingen, 35:03 Minuten) und Sabrina Schwarzer (Tria Echterdingen, 44:15 Minuten). Auf die nächsten Plätze kamen Markus Hauber (vereinslos) und Sebastian Groteloh (TSV Hirschau) beziehungsweise Laura Tarapore (Tria Echterdingen) und Lavinia Haas (SV Sillenbuch). *la*

Oder wie seinerzeit in Dresden, was dann zur bitteren Erfahrung wurde. Ochs stürzte und brach sich den Arm.

Gezwungen war sie damit zu ihrer bislang längsten Laufpause, an die sie sich aus der Mit-Kustermann-Ära erinnern kann – es waren zwei Tage. Ärzte und alle Krankenversicherungsvertreter nun bitte mal kurz weghören: Kaum eingegipst, war Ochs bereits wieder rennend unterwegs.

Andernfalls Entzugserscheinungen? Einspruch, „als süchtig würde ich mich sicher nicht bezeichnen", sagt Ochs. Doch passt die Begebenheit ins aktuelle Bild. Was es dann eigentlich als Wochenendbelohnung für den jetzigen Degerloch-Sieg gegeben hat? Ihr Trainer hatte da seine eigenen Vorstellungen: Am Abend des selben Tags spulte Ochs weitere 15 Kilometer ab, am Samstag 30 und am gestrigen Sonntag dann 50. Qualmende Schuhsohlen im heimischen Schönbuch-Wald. In der Branche gilt Ochs als Regenerationswunder. Eine, die, welche Strapazen auch immer sie in den Knochen hat, nicht platt zu kriegen ist. Und schließlich gilt es sich vorzubereiten auf die bereits nächsten Events.

Eines, das sich Kustermann für heuer ausgeschaut hat, lässt selbst Ochs momentan noch schlucken. 1. April, Ubstadt-Weiher: die deutschen Meisterschaften gar im 100-Kilometer-Lauf. Das wäre auch für Ochs eine Premiere. Und spätestens damit die Rückkehr zu den verrückten Dingen. Mal ehrlich: dann nicht doch noch lieber 211 Hallenrunden im Kreis?

Ergebnisse

BASKETBALL

1. Regionalliga Südwest: SV Fellbach – MTV Kronberg 99:44, VfL Bensheim – MTV Stuttgart 79:51, TSG Reutlingen – Lich Basketball 62:74, TV 1862 Langen – TSG Söflingen 77:62, Sunkings Saarlouis – SV 03 Tübingen II 97:82, Baskets Limburg – SG Mannheim 65:75.

1.	**Sunkings Saarlouis**	15	1301:1186	26
2.	**TV 1862 Langen**	15	1283:1050	26
3.	**SV Fellbach**	15	1300:1043	22
4.	**SG Mannheim**	15	1350:1240	22
5.	**TSG Söflingen**	15	1270:1266	18
6.	**BB Ulm 01**	14	1178:1079	16
7.	**MTV Stuttgart**	15	1110:1122	14
8.	**Lich Basketball**	15	1230:1206	14
9.	**SV 03 Tübingen II**	15	1189:1303	12
10.	**TSG Reutlingen**	15	1219:1297	12
11.	**Baskets Limburg**	15	1098:1298	10
12.	**VfL Bensheim**	15	1272:1313	10
13.	**Basketball-Akademie Gießen**	14	1109:1259	6
14.	**MTV Kronberg**	15	1034:1281	0

Zweite Liga Süd, Frauen: Baskets Schwabach – TS Jahn München 72:54, DJK Bamberg – BSG Ludwigsburg 66:63, Eisvögel USC Freiburg II – USC Heidelberg 56:67, Rhein-Main Baskets – TSV Wasserburg 71:60, TSV Speyer/Schifferstadt – Sharks Würzburg 57:83, MTV Stuttgart – ASC Mainz 67:61.

1.	**Sharks Würzburg**	12	890:533	22
2.	**USC Heidelberg**	12	797:652	18
3.	**DJK Bamberg**	11	688:667	14
4.	**Rhein-Main Baskets**	12	737:688	14
5.	**BSG Ladies Ludwigsburg**	12	755:766	12
6.	**TS Jahn München**	12	730:717	12
7.	**ASC Mainz**	12	725:753	12
8.	**Eisvögel USC Freiburg II**	12	693:820	10
9.	**TSV Speyer/Schifferstadt**	11	583:694	8
10.	**Metropol Baskets Schwabach**	12	723:867	8
11.	**MTV Stuttgart**	12	728:763	8
12.	**TSV Wasserburg**	12	696:825	4

TISCHTENNIS

3. Bundesliga Süd, Frauen: RV Viktoria Wombach – BSC Rapid Chemnitz 6:2, TSV Schwabhausen II – Sport-Union Neckarsulm 0:6.

1.	**TTG Süßen**	9	53:16	17:1
2.	**TSV Schwabhausen II**	10	50:29	15:5
3.	**DJK Sportbund Stuttgart**	9	47:34	13:5
4.	**Sport-Union Neckarsulm**	10	40:32	13:7
5.	**VfL Sindelfingen**	9	36:42	8:10
6.	**TTC 1946 Weinheim II**	9	36:44	8:10
7.	**RV Viktoria Wombach**	10	41:49	7:13
8.	**BSC Rapid Chemnitz**	10	35:46	7:13
9.	**TuS Fürstenfeldbruck II**	9	35:47	6:12
10.	**SG Motor Wilsdruff**	9	14:48	0:18

VOLLEYBALL

Dritte Liga: TSG Blankenloch – TV Bühl abgesagt, ASV Botnang – SSC Karlsruhe II 3:1, MTV Ludwigsburg – USC Freiburg 3:0, TG Rüsselsheim – TGM Mainz-Gonsenheim 3:0, TV Waldgirmes – TSV Speyer 3:0.

1.	**TV Bühl**	12	34:8	33
2.	**ASV Botnang**	13	35:16	31
3.	**MTV Ludwigsburg**	13	30:19	25
4.	**TSG Blankenloch**	11	26:18	20
5.	**TG Rüsselsheim**	13	27:25	20
6.	**SSC Karlsruhe II**	13	29:29	20
7.	**SSG Langen**	12	21:26	16
8.	**USC Freiburg**	13	21:31	14
9.	**TGM Mainz-Gonsenheim**	12	21:29	13
10.	**TV Waldgirmes**	12	15:28	12
11.	**VJ Frankfurt**	11	15:27	10
12.	**TSV Speyer**	13	16:34	8

Dritte Liga, Frauen: SSC Bad Vilbel – VC Offenburg 3:1.

1.	**USC Konstanz**	12	24:16	23
2.	**TSV Georgii Allianz**	11	25:14	22
3.	**Volleys TV Holz**	9	23:12	20
4.	**SV Sinsheim**	9	21:11	18
5.	**VfR Umkirch**	8	18:11	16
6.	**VC Offenburg**	11	18:23	14
7.	**SSC Bad Vilbel**	11	17:23	13
8.	**VfB Ulm**	12	16:27	12
9.	**TGM Mainz-Gonsenheim**	10	13:23	10
10.	**TV Villingen**	11	13:27	8
11.	**BSP MTV Stuttgart**	4	8:9	6

EISHOCKEY

Regionalliga Südwest: ESC Hügelsheim 09 – EHC Zweibrücken 5:6, Stuttgarter EC – Heilbronner EC 8:5.

1.	**Stuttgarter EC**	14	100:42	33
2.	**ESC Hügelsheim 09**	14	90:36	33
3.	**EHC Zweibrücken**	13	68:38	29
4.	**Heilbronner EC**	12	39:52	16
5.	**EKU Mannheim**	12	35:64	14
6.	**1.CfR Pforzheim**	14	40:84	11
7.	**SC Bietigheim-Bissingen II**	13	19:75	2

Die nächsten Spiele: u. a. EKU Mannheim – Stuttgarter EC (Sonntag, 15. Januar, 17 Uhr).

Kreisliga-Sieger bei Stettener Turnier

STETTEN. Der A-Kreisligist Omonia GFV Vaihingen ist der diesjährige Sieger des traditionellen Dreikönig-Hallenfußballturniers der Spvgg Stetten. Im Finale bezwang die Mannschaft des Trainers Marco Palazzolo ihren Staffelrivalen Spvgg Möhringen mit 3:2. Dritter wurde nach Zehnmeterschießen der TSV Bernhausen II.

Im Feld der Geschlagenen landeten die vermeintlichen Favoriten. Von der Papierform waren an der Jahnstraße drei Landesligisten am Start. Allerdings traten der TV Echterdingen, der TSV Bernhausen und der TSV Plattenhardt nur mit gemischten Teams respektive mit der kompletten Zweitvertretung an. Auch für die Gastgeber war vorzeitig Schluss. Sie scheiterten im Viertelfinale am späteren Turniergewinner. Zum besten Feldspieler wurde Adnan Ajdinovic (Omonia) gewählt, zum besten Torhüter Timo Steck (Plattenhardt). Erfolgreichster Torschütze war Nicola Portoghese (Omonia). *hal*

Vor Rekordkulisse: Rebels neuer Erster

Der Stuttgarter Eishockey-Regionalligist erhält bei seinem 8:5-Jahresauftaktsieg eine Zugabe. Nun steht ein weiterer Spielertransfer bevor.

Von Franz Stettmer

STUTTGART. Die Zugabe erfolgte bereits, als die eigene Begegnung noch lief. Mit der Verkündung des Endergebnisses aus dem Parallelspiel sorgte der Stadionsprecher Olav Schnier für einen Jubelsturm unter den Fans. Hügelsheim gegen Zweibrücken: 5:6. Damit war der Weg für einen tollen sportlichen Jahreseinstand 2023 des Stuttgarter EC vollends geebnet. Nicht nur, dass die Rebels ihrerseits gegen den amtierenden Meister Heilbronner EC mit 8:5 gewannen. Vor der Saisonrekordkulisse von 1329 Zuschauern auf der Waldau übernahmen sie auch die Tabellenführung in der Eishockey-Regionalliga. Das Unternehmen „Aufstieg" hat also gleich in der ersten Partie nach der dreiwöchigen Weihnachtspause wieder richtig Fahrt aufgenommen.

Im Rennen um das Zwischenziel, den Hauptrundenplatz eins, haben die Degerlocher nun alle Trümpfe auf der Hand. Zumal sie gegen beide verbliebenen Mitbewerber, nämlich die erwähnte Konkurrenz aus Hügelsheim und Zweibrücken, noch zuhause antreten. Die zwei Gipfelduelle werden am 20. Januar und 3. Februar stattfinden.

Einstweilen zeigt sich der Trainer und sportliche Leiter Jakob Vostarek „zufrieden". „Ein erfreulicher Abend für uns", sagt er. Den Grundstein legten die Seinen dabei mit einem Blitzstart. Nach gerade einmal dreieinhalb Spielminuten führten sie mit 3:0. Es folgte zwar ein zerfahrenes zweites Drittel mit insgesamt elf Zeitstrafen, viel Hektik und einigen laut Vostarek „kuriosen Schiedsrichter-Entscheidungen". Ernsthaft in Gefahr geriet der eigene Sieg aber nicht mehr.

Die Stuttgarter Torschützen hießen Petr Wiencek, Marcel Göttfert, Jonah Hynes (2), Andreas Hilse, Lars Heintz, Martin Herman und Patrick Eisele. Für den Letztgenannten war es mit zudem drei Assists ein starkes Comeback. Zuletzt hatte der 27-Jährige wegen einer Schultereckgelenksprengung zwei Monate lang aussetzen müssen.

Beim Gegner ragte derweil der aktuelle Topneuzugang bei seinem Debüt heraus: Der Deutsch-Russe Artem Klein lieferte bei allen fünf Gästetreffern die Vorlage. Wie berichtet war der ehemalige DEL-Profi auch auf der Waldau im Gespräch gewesen. Vostareks Kommentar? „Dass er Eishockey spielen kann, war uns bekannt. Ich bin aber nach wie vor der Meinung, dass er mit seiner auf individuelle Aktionen ausgelegten Spielweise nicht so gut zu uns gepasst hätte."

Die Rebels selbst wollen nun in dieser Woche auf dem Spielermarkt nochmals aktiv werden. Ein Transfer steht laut Vostarek „kurz vor dem Abschluss".

Patrick Eisele feierte mit vier Scorerpunkten ein starkes Comeback. Foto: Günter Bergmann