

Veteran hilft im Kampf um Klassenerhalt

Basketball Die HAKRO Merlins Crailsheim verpflichten Tremmell Darden. Der 42-Jährige war zuletzt vereinslos.

Crailsheim. Mit Tremmell Darden verpflichten die HAKRO Merlins einen der erfahrensten Akteure der deutschen Beletage – knapp 20 Profijahre und über 700 Spiele kann der 42-jährige Routinier in seiner Vita vorweisen. In der abgelaufenen Spielzeit lief Darden für den MBC aus Weissenfels auf und erzielte im Schnitt 9,3 Punkte, schnappte sich zudem 4,1 Rebounds. Das vermeintlich letzte Spiel seiner Profikarriere bestritt er ausgerechnet gegen die Merlins – die Wölfe gewannen am 34. Spieltag der Saison 2022/23 mit 79:69, Darden kam in 24 Minuten Spielzeit auf neun Punkte und acht Rebounds.

Tremmell Darden wechselte 2004 nach seiner Zeit an der Niagara University erstmals nach Europa. Von 2011 bis 2015 bestritt er unter anderem 88 Euroleague-Spiele für Unicaja Malaga, Zalgiris Kaunas, Real Madrid und Olympiakos Piräus. Mit den Königlichen aus Madrid wurde Darden Meister, gewann die Copa del Rey und erreichte das Euroleague-Finale.

Im November 2018 wechselte er erstmals nach Deutschland, wo er in bisher fünf Saisons für den MBC und die MHP Riesen Ludwigsburg auflief (133 Bundesligaspiele). Fit hielt sich der 42-jährige Veteran in diesem Jahr unter anderem auch in Deutschland – im Herbst war er für drei Wochen



Trainingsspieler beim FC Bayern München und Headcoach Pablo Laso, mit dem er bereits bei Real Madrid zusammengearbeitet.

Jüngeren Spielern helfen

Nach seiner Ankunft in Hohenlohe freut sich Tremmell Darden auf die neue Aufgabe: „Ich hatte sehr gute Gespräche mit Coach Laakso. Ich kann dem Team auf vielfältige Art und Weise helfen. Außerdem habe ich nur Gutes über den Verein und seine Entwicklung mitbekommen. Ich will dem Team helfen, so viele Spiele wie möglich zu gewinnen, um den Klassenerhalt zu schaffen. Ich bin sehr dankbar, zeigen zu dürfen, dass ich in meiner 20. Saison noch auf dem Level Basketball spielen und auch den jüngeren Spielern helfen kann, sich so gut wie möglich zu verbessern.“

Ingo Enskat, sportlicher Leiter der Merlins, sagt über den Neuzugang der Zauberer: „Wichtig war für uns, dass Tremmell ein Allrounder ist, der die Mannschaft in ganz vielen Bereichen unterstützen kann. Er ist mit seiner Erfahrung sehr wertvoll für das Team und kann zudem eine starke Achse mit den anderen Spielern bilden. Durch seine Flexibilität können wir innerhalb der Mannschaft Verschiebungen vornehmen, die die Stärken der Einzelnen weiter in den Vordergrund rücken sollen.“

„Die Strecke ist anspruchsvoll und eine Herausforderung“

Leichtathletik Der Favoritenkreis beim Hauptrennen des Dreikönigslaufs ist dieses Jahr so groß wie lange nicht mehr. Bei den Herren soll der Streckenrekord fallen. *Von Viktor Taschner*

Mittlerweile sind 30 Jahre vergangen. Die Marke steht felsenfest in den Annalen des Dreikönigslaufs – und für sehr lang schien der Streckenrekord von 30:12 Minuten des Kenianers Julius Korir aus dem Jahr 1994 unantastbar zu sein.

Dass diese Fabelzeit auf der anspruchsvollen Strecke nun doch wackelt, ist vor allem Hendrik Pfeiffer zu verdanken. Der Dreikönigslaufssieger der letzten beiden Jahre kam Korirs Zeit nahe, sehr nahe. 2022 siegte er – damals coronabedingt im Mai – in 30:19 Minuten. Letztes Jahr, diesmal wieder im Januar, war Pfeiffer drei Sekunden schneller, aber auch die 30:16 reichten nicht. „Der Streckenrekord ist dieses Jahr wieder das Ziel“, sagt Pfeiffer ohne Umschweife.

„Ich habe sehr gute Erinnerungen an Schwäbisch Hall, es war ja erfolgreich für mich“, sagt der Titelverteidiger bei den Herren. „Aber die Strecke ist sehr anspruchsvoll und eine Herausforderung“, betont der 31-Jährige. Zuletzt lief Pfeiffer beim international besetzten Silvesterlauf in Bozen (Südtirol). In 29:24 wurde er Sechster, womit er durchaus zufrieden war. „Es wird nicht einwichtig, in Schwäbisch Hall zu gewinnen. Jens Mergenthaler ist gut in Form“, weiß Pfeiffer. Mit Mergenthaler lieferte er sich in 2023 ein starkes Duell. Erst Mitte der zweiten Runde konnte Pfeiffer seinen Rivalen abschütteln.

Vorfriede aufs Kräftemessen

Jens Mergenthaler rechnet sich auch Chancen auf den Sieg aus. „Nachdem ich die letzten beiden Male auf den zweiten Platz gekommen bin, möchte ich in diesem Jahr gewinnen. Die Form ist aktuell sehr gut und im Vergleich zum letzten Jahr deutlich besser“, erklärt der 26-Jährige. An Silvester gewann er den Lauf in 30:09 Minuten. „Im vergangenen Jahr bin ich in Hall sehr schnell angegangen, 14:59 Minuten für die ersten fünf Kilometer. Auch wenn es am Ende knapp nicht gereicht hat, war ich mit der Endzeit von 30:26 Minuten sehr zufrieden und freue mich auch in diesem Jahr wieder auf ein Kräftemessen mit den schnellen Jungs.“

„Ich möchte einfach gut laufen und gesund bleiben.“

Hanna Klein
Streckenrekordhalterin

Hendrik Pfeiffers Lebensgefährtin Esther Jacobitz reist ebenfalls als Titelverteidigerin an. „So oft kommt das gar nicht vor, dass wir zusammen an einem Rennen teilnehmen können. Vielleicht drei oder vier Mal im Jahr“, erzählt sie. Auch Jacobitz hat vor dem AOK-Buckel Respekt. Ihre größte Konkurrentin wird wohl



Die Titelverteidiger: Hendrik Pfeiffer und Esther Jacobitz haben im Vorjahr die zehn Kilometer beim Dreikönigslauf gewonnen. Die beiden sind auch privat ein Paar.
Foto: Archiv/Rolf Müller

die Siegerin des Jahres 2020 werden. Hanna Klein hat sich nach vier Jahren wieder angemeldet.

Ihre Siegerzeit von damals, 33:25 Minuten, sind bei den Damen Streckenrekord. „Ich kann mich noch an die gute Stimmung erinnern, das hat viel Spaß gemacht“, blickt Klein auf 2020 zurück. Auch sie nennt den Streckenverlauf „anspruchsvoll und abwechslungsreich“. Auf die Zeit schaue sie dieses Jahr nicht so sehr. „Ich möchte einfach gut laufen und gesund bleiben“, so Klein. Im vergangenen Jahr erlitt sie im Juni einen Achillessehnenriss. „Ich merke davon im Prinzip nichts mehr“, ist die 30-Jährige froh. Neun Wochen musste Klein aussetzen.

Ausgelöst wurde die Verletzung wohl von den neuen Schuhen mit Carbonplatte in den Sohlen, die viele Landstreckenläufer tragen. Sie sollen eine bessere Laufeffizienz und Energierückgabe und damit eine höhere Geschwindigkeit ermöglichen. Allerdings belasten sie unter Um-

ständen auch Knochen, Sehnen und Bänder mehr. Hanna Klein wird in Schwäbisch Hall sowohl „normale“ als auch mit Carbon-Laufschuhen dabei haben. „Ich werde dann vor Ort entscheiden, welche Schuhe ich nehme. Ich muss da auch aufpassen, ob ich nicht wieder an der Achillessehne Schmerzen spüre.“

Schon sechsmal ganz oben auf dem Treppchen beim Dreikönigslauf stand Florian Röser, Serienieger der Jahre 2015 bis 2020. „Ich will wieder in die Top 3 und oben auf dem Rathausbalkon stehen“, benennt Röser seine Zielvorgabe für Samstag. Die große Konkurrenz schreckt ihn nicht ab, im Gegenteil: „Es macht doch mehr Spaß, wenn viele schnelle Leute sich gegenseitig antreiben. Das ist doch auch für die Zuschauer sehenswerter, als wenn er alleine vorne weg läuft.“ Für Röser, der an der Uni Konstanz in Makroökonomie promoviert und im Sommer 2025 mit seiner Doktorarbeit fertig sein möchte, wird es seine zehnte Teilnahme

in Hall sein – er kennt die Strecke also schon wie seine Westentasche. „Auf den Holzbrücken muss man aufpassen, die können rutschig sein“, weiß Röser. Und der AOK-Buckel sei „eklig“ fügt auch er mit einem Lachen an.

Mehrere Top-Athleten sind in Hall am Start

Zum Favoritenkreis bei den zehn Kilometern gehört bei den Damen auch die sechsmalige Siegerin Sabrina Mockenhaupt-Gregor. Auch Alina Reh, Elena Burkhard und Isabel Leibfried von der TSG Heilbronn werden um das Podest mitkämpfen. Eine vordere Platzierung bei den Herren ist dem Tübinger Lorenz Baum, der Haller Wurzel hat, zuzutrauen. Im Vorjahr wurde Baum Viertes. Krankheitsbedingt musste Thorben Dietz (SSV Ulm) in 2023 absagen, dieses Jahr möchte er sein Debüt in Hall geben.

Mehr zu Isabel Leibfried im Interview in der Freitagsausgabe.

Die Nachbarn sind auch eingeladen

Tischtennis Die Post-SG Hall trägt als Ausrichter der Stadtmeisterschaften bei den Aktiven wieder offen aus.

Schwäbisch Hall. Es ist für viele Tischtennispielerinnen und Tischtennispieler ein schönes „Klassentreffen“, wenn der Stadtverband für Sport wieder zu den Stadtmeisterschaften einlädt. In diesem Jahr ist die Post-SG Hall für die Ausrichtung zuständig. Die Post-SG öffnet die Meisterschaften bei den Aktiven, die am Sonntag, 14. Januar, in der Schenkenseehalle stattfinden. Daher sind auch Spieler der Vereine aus Gnadental, Vellberg, Untermünkeheim, Westheim und Michelbach/Bilz eingeladen. Beim Senioren-Turnier am Freitag, 12. Januar, in der Rollhofsporthalle sind nur Vereine aus dem Stadtgebiet dabei.

Die Senioren starten am 12. Januar um 19 Uhr in den drei Kategorien Seniorennen und Senioren A und B. Für die Einteilung gelten die QTTR-Punkte, die im Dezember 2023 veröffentlicht wurden. Gespielt wird über drei Gewinnsätze. Anmeldeschluss ist Montag, 8. Januar: psg.tt.sha@gmail.com.

Am 14. Januar geht es um 9 Uhr mit der Jugend U11 bis U18 los. Ab 10.30 Uhr folgen die Mixed-Teams und ab 13 Uhr greifen die Aktiven in den Freizeitklassen ein. Betriebssportler sind den Herren C zugeordnet. Die Einteilung erfolgt ebenso nach den QTTR-Werten vom Dezember 2023, die Turnierergebnisse haben jedoch keinen Einfluss auf die QTTR-Werte. Auch den Aktiven wird über drei Gewinnsätze gespielt. Wer mitmachen möchte, melden sich bis 8. Januar unter psg.tt.sha@gmail.com.

Gemeinschaft stärken

Motorsport MSV

Bühlertann veranstaltet ein Sportcamp.

Bühlertann. Der MSV Bühlertann lädt zu seinem Familien-Sportcamp für Sonntag, 21. Januar, von 10 bis 13 Uhr ein. „Dieser Sporttag bietet eine großartige Gelegenheit für alle Mitglieder und alle, die es werden wollen, gemeinsam aktiv zu werden und einen sportlichen Tag miteinander zu verbringen“, schreibt der MSV. Bei einem bunten Sportprogramm sei für Jung und Alt etwas dabei. Das Camp soll nicht nur die Fitness fördern, sondern auch die Gemeinschaft stärken und die Möglichkeit bieten, in das Vereinsleben des MSV Bühlertann zu schnuppern. Alle Infos und das Anmeldeformular findet man auf www.msv-buehlertann.de. „Der MSV Bühlertann freut sich über eure Teilnahme an dieser Gratis-Veranstaltung“, heißt es abschließend in der Mitteilung.

SO GESAGT

„So eine Promotion fühlt sich dann so an wie ein Ultra-Marathon.“



Florian Röser, sechsfacher Dreikönigslaufssieger, schreibt seine Doktorarbeit in Makroökonomie an der Uni Konstanz.

Karim trainiert SV Gründelhardt

Frankenhardt. „Nach der einvernehmlichen Trennung von Michael Schaffer präsentiert der SVGO einen neuen Cheftrainer“, teilt der SV Gründelhardt-Oberpeltach (Fußball-Kreisliga A2 Hohenlohe) auf seiner Instagram-Seite mit. Das Traineramt übernimmt Ahmed Karim. „In der Vorsaison war Ahmed Karim schon in Co-Trainer-Rolle tätig und übernimmt zum 1. Januar 2024 den Posten als Cheftrainer zunächst bis zum Saisonende.“

„Die Verantwortlichen erhoffen sich durch die Besetzung frischen Wind und durch das bekannte Gesicht eine Rückkehr al-

ter Leichtigkeit aus der Vorsaison“, ist bei Instagram zu lesen. „Das Ziel muss sein, die personellen Abgänge so gut wie möglich zu kompensieren und den Abwärtstrend zu stoppen. Vor allem gegen die Gegner aus der unteren Tabellenhälfte müssen wir hier punkten. Hauptaugenmerk wird besonders auf unserer Defensive liegen. 38 Gegentore in 13 Spielen sind eindeutig zu viel“, wird Ahmed Karim zitiert.

Unterstützt wird er von Raphael Klein, „der ihm als Co-Trainer bestmöglich mit seiner Erfahrung zur Seite stehen wird“, schreibt der SVGO. *jom*

Fußball Alankus geht zum TSV Pfdelbach

Pfdelbach. Landesligist TSV Pfdelbach meldet vier Neuzugänge in der Winterpause: Vom Oberligisten FSV Hollenbach kommt Stürmer Jann Baust, vom Landesligisten TSV Ilshofen Mittelfeldspieler Tufan Yilmaz, vom Landesligisten Spvgg Satteldorf Angreifer Kevin Alankus und von den Spfr. Stockheim (Kreisliga A3 Unterland) Mittelfeldspieler Albin Salihu, der beim FCA Wallendorf in der U-19-Bundesliga gespielt hat und bei den Spfr. Schwäbisch Hall gewesen war. *jom*



Kiana Volz siegt an Silvester

Mit einem überlegenen Sieg beim Minimarathon über 2,5 Kilometer beim Backnanger Silvesterlauf konnte die U10-Läuferin Kiana Volz von der WGL Schwäbisch Hall sehr erfolgreich das Wettkampfsjahr 2023 abschließen. Sie siegte in der Zeit von 11:42 Minuten und hatte im großen Feld von 41 Läuferinnen 26 Sekunden Vorsprung auf die Zweitplatzierte. Markus Schöller wurde beim Hengstfelder Silvesterlauf in 22:51,58 Minuten in der AK M50 über 5000 Meter Zweiter.