

# Harry A. Arndt – Ein außergewöhnlicher Lebenslauf – Engagierter Läufer, Nachwuchstrainer und Organisator

Ende November 2016 konnte in Niederrodenbach bei Hanau Harry Alexander Arndt seinen runden Geburtstag feiern. 1936 in Chorab, einer kleinen Siedlung bei Thorn in Westpreußen, als Sohn eines Landwirts geboren, wurde der Lehrerberuf im wahrsten Sinne des Wortes für ihn eine Berufung für den Sport und insbesondere den Schulsport und damit die Hinwendung zu den Jüngsten. Aus diesem Wissen heraus war Harry Arndt auch der Ideengeber unseres IGL-Nachwuchs-Cup, der nun, seit 1994 erfolgreich wachsend, jährlich für Kinder und Jugendliche deutschlandweit angeboten wird.

## Begeisterung für den Langstreckenlauf

Begonnen hatte Harry A. Arndts sportlicher Werdegang bereits während seiner Schul- und Studienzeit. Für Handball, Fußball und Volleyball begeisterte er sich ebenso, wie für den Tischtennisschläger und Turnen. Erst 1970 begann der spätere Ausdauerathlet und Multifunktionär sich dem Laufen zu widmen. Sein damaliges Vorbild war der 1.000-Meter-Weltrekordhalter Jürgen May (früher Erfurt). Hessenmeisterschaften und Medaillenränge bei deutschen und internationalen Seniorenmeisterschaften in den Ausdauerlauf-Disziplinen ließen nicht lange auf sich warten. Dazu kamen die weiteren Herausforderungen – die Ultra-Langläufe. Seinen ersten 100-Kilometer-Lauf hatte er 1974 in dem dafür so bekannten Biel/Schweiz absolviert ohne gezielt dafür trainiert zu haben. Wenige Jahre später zählte er zu den Topläufern dieser internationalen Szene, wobei seine 100-Kilometer-Bestzeit von 6:49:17 Stunden aus dem Jahre 1983 jahrelang die Weltbestzeit für ab 45-Jährige (M 45) war. Die Ultra-Langläufe nahmen im Läuferleben von Harry Arndt dann weiterhin auch einen sehr hohen Stellenwert ein, war er doch Läufer aus Leidenschaft und entwickelte daraus seine herausragenden und vielseitigen organisatorischen Aktivitäten.



Harry A. Arndt 2007 in Seligenstadt/Main

In kurzen Worten sind die unzähligen läuferischen Leistungen nicht zu fassen. Anlässlich vieler Ehrungen und Würdigungen seines gesamten Lebenswerkes liegen ausführliche Statistiken vor. Ein Auszug daraus:

### **Rekorde/Bestleistungen/Meisterschaften**

Altersklassen-Welt-Rekorde: Über zehn Senioren-Weltbestleistungen im Ultramarathon-Lauf, darunter folgende Weltrekorde: 100-km-Straßenlauf, M 45: 6:49:17 Stunden (1983 - 1990), 100-km-Bahnlauf, M 50: 7:12:26 Stunden (1986 - 1995), 100 Meilen (160,934 km), M 45: 12:51:15 Stunden (1984 - 2002).

Deutsche Rekorde/Bestleistungen (Männer-Hauptklasse): 100 Meilen (160.934 km) - 12:51:15 Stunden (1984); 24-Stunden-Lauf, Bahn - 239,200 km (1988); 24-Stunden-Lauf, Straße/Mannschaft - 665,903 km, gemeinsam mit Peter Mann u. Sükrü Meric (1989). Insgesamt über 15 Deutsche Altersklassen-Rekorde/-Bestleistungen aufgestellt.

### **Internationale und Deutsche Meisterschaften**

Senioren-Weltmeisterschaften: Drei Medaillen im Cross-Lauf, im 25-km-Lauf und im Marathon-Lauf.

Deutsche und Hessische Meisterschaften (Männer-Hauptklasse): Deutscher Vizemeister und Hessenmeister im 100-km-Lauf, Teamwertung.

Deutsche und Hessische Senioren-Meisterschaften: zweifacher Deutscher Seniorenmeister 100-km-Lauf und Berglauf, mehrere Hessen-Senioren-Meister-Titel.

### **Persönliche Leistungen:**

Als einziger deutscher Senioren-Leichtathlet in allen Laufdisziplinen von 800 Meter bis 100 km (800 m, 1.000 m, 1.500 m, 3.000 m, 5.000 m, 10.000 m, 10 km, Halbmarathon, Marathon, 100 km) in der Deutschen SENIOREN-Bestenliste 1996 platziert.

**PBL:** 10 km 33:53 min, Halbmarathon 1:17:00 Std, 25 km 1:28:11 Std, 50 km 3:23:05 Std, Marathon 2:34:21 Std, 6-Stundenlauf 76,880 km

Während der gesamten sportlichen Laufbahn keinen einzigen Wettkampf aufgegeben ("We never give up!").

### **Engagierter Nachwuchs-Trainer und „sein“ SSC Hanau-Rodenbach**

Schon früh wurde Harry Arndt klar, dass er Lehrer werden möchte. Sein Examen als Chemie-, Geographie- und Sportlehrer legte er mit Auszeichnung ab. Mit ebenso konsequentem Streben und Fleiß widmete er sich später der Vereinstätigkeit. Erst Anfang der 1970er Jahre war Arndt mit seiner Frau Sigrid nach Niederrodenbach bei Hanau gezogen - als naturverliebtes Ehepaar angezogen von den großen Waldflächen vor Ort.

Ein prägender und nachhaltiger Bestandteil im Wirken des Lehrers an der Gebeschus-Schule in Hanau, in einem damaligen sozialen Brennpunkt gelegen mit vielen Nationalitäten, war 1975 der von ihm als Initiator begründete Schul-Sport-Club SSC Hanau-Rodenbach. Es war der erste Leichtathletik-Verein in Hessen, der die Integration ausländischer Kinder und Jugendlicher als verbindliches Ziel in der Satzung des Vereins festgelegt hatte.

Harry Arndt wurde Entdecker, Förderer und Wegbereiter von vielen Talenten. Er war Motor, Trainer, Organisator und Lehrer aus Hingabe. Die Arbeit an der Basis und mit den Kindern an seiner Schule nahm stets einen großen Stellenwert ein. Seit der Gründung des SSC Hanau-Rodenbach stand Harry Arndt zweimal pro Woche sowie am Wochenende als Nachwuchstrainer für Kinder ab sechs Jahren zur Verfügung. Aus dieser Grundlagentätigkeit gingen auch die Erfolge von Sohn Carsten Arndt hervor, der als

Deutscher Jugendrekordhalter, mehrfacher EM- und Junioren-WM-Teilnehmer sowie zwölfjähriger Deutscher Meister in den achtziger und neunziger Jahren zum Kristallisationspunkt für einige der damals besten Nachwuchsläufer Deutschlands im SSC Hanau-Rodenbach wurde.



SSC-Jugendliche im Wettkampf

Treffende Anmerkungen von Sohn Sascha Arndt über die Arbeit seines Vaters: „Er hat den Kindern nicht nur das Laufen „beigebracht“, sondern immer auch den Sprint und den Ballwurf. Bis zu seiner gesundheitlichen Einschränkung im November 2014 hat er im Schülertraining immer „alles mitgemacht“ und den Kindern den Tiefstart nicht nur erklärt, sondern vorgemacht, gleiches im Ballwurf. Typisch war immer auch der Bezug zur Natur: Laufrunden führten CROSS durch den Wald, an Bachläufen entlang, über Baumstämme und Gräben, über Wiesen und rund um Seen. Das Stadion- und Straßen-Training kam natürlich dann zum Tragen, wenn entsprechende Meisterschaften anstanden, bei denen es dann auch schon mal die Plätze eins bis sieben nur von SSC-Nachwuchssportlern gab. So geschehen bei den hessischen Straßenlaufmeisterschaften 2014 in Wetzlar.“

### **Außergewöhnliche Erfolgsbilanz in der Vereinschronik**

Unter Leitung von Harry Arndt erreichte der SSC Hanau-Rodenbach zig-fache Deutsche Meister-Titel und Nominierungen für die deutsche Nationalmannschaft mit vorderen Platzierungen bei Welt- und Europa-Meisterschaften und bei Länderkämpfen; hunderte Hessen-Meister-Titel und ein mehrfaches an Kreis- und Bezirks-Meister-Titeln; der SSC gehört damit zu den erfolgreichsten Leichtathletik- und Laufsport-Vereinen in Hessen und in ganz Deutschland. Wer kennt nicht nur in hessischen Läuferkreisen bei Meisterschaften

die starken Teilnehmerfelder des SSC Hanau-Rodenbach unter der Regie von Harry Arndt und seiner ebenso laufbegeisterten Ehefrau Sigrid. Seine Idee ist die Hanauer Stadtmeisterschaft der Schulen mit bis zu 2.000 Teilnehmern, die nun 2017 zur 18. Auflage kommen wird.

Mit dem SSC fanden sechs große Staffelläufe durch Deutschland, zwei Trans-Europa-Läufe von Tarifa/Gibraltar bis zum Nordkap/Nördliches Eismeer (7.000 km) sowie von Bonn über Split nach Athen und Olympia statt (4.000 km). Jeweils von Harry Arndt organisiert und monatelang akribisch ausgearbeitet und dann auch als Läufer aktiv mit unterwegs. Dabei gab es immer, wie Sohn Sascha Arndt anmerkt „besondere“ Erlebnisse wie die Überquerung des Hindenburg-Damms zu Fuß, damit die Deutschland-Staffel komplett im Laufschrift auch die Insel Sylt erreichte oder bei der Europa-Staffel 1994 die Besteigung des Olymp und der Lauf zum antiken Olympiastadion.

### **Einzigartiger Organisator**

Als Initiator der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung/DUV, wurde diese 1985 auf Einladung von Harry Arndt in seinem Haus in Rodenbach gegründet und brachte eine rasante Entwicklung. Sein Ziel der Einführung Deutscher Meisterschaften in Zusammenarbeit mit dem DLV wurde schon 1987 erreicht, nachdem auf der von ihm eingerichteten Musterstrecke der exakt vermessenen zehnmal zu durchlaufenden Zehn-Kilometer-Runde in Rodenbach bereits Europa-Cup-Läufe stattgefunden hatten. In Folge wurde diese ideale befestigte und bewaldete Strecke zur Austragung vieler Langstrecken-Wettbewerbe jeglicher Längen und Klassifizierungen genutzt und national und international bekannt. Die Zahl der von Harry Arndt organisierten Veranstaltungen ist nicht zu zählen, seine Initiativen und sein Engagement sind beispiellos. Zum Glück für sein „Hobby“ konnte er sich auf seine Familie stützen.



v.li: Sigrid, Carsten, Harry und Sascha Arndt

Fotos: Arndt, privat

Eine der ersten großen Laufveranstaltungen in Rodenbach waren in Zusammenarbeit mit den IG(Ä)L-Begründern Arthur Lambert und Dr. med. Ernst van Aaken der Deutsche Senioren- und Frauen-Marathon (1975-1986). Ein Auszug weiterer großer Veranstaltungen als Initiator und meist auch Organisator gibt einen Einblick in die einmalige Bilanz:

Int. Deutscher 100-km-Lauf' (1984-2006 in Rodenbach), 100-km-Europa-Cup (1985), offizielle Deutsche Meisterschaften im 100-km-Straßenlauf (1987 in Rodenbach), Int. Deutsche Meisterschaften im 100-km-Bahnlauf (DUV/1989 in Ronneburg/Hanau), Int. Deutsche Meisterschaften im 24-Stunden-Lauf (DUV/1989), Hessische 100-km-Meisterschaften (1988 in Rodenbach), Süddeutsche 100-km-Meisterschaften (1990 in Rodenbach), Int. Deutsche Meisterschaften im 50-km-Ultramarathon (DUV/1995 in Rodenbach), Int. Deutsche Ultramarathon-Meisterschaften im Cross- und Landschaftslauf (DUV/2001). Initiierung und Organisation der Offenen Hanauer Meisterschaften im

1.000-m-City-Lauf (2000 in Hanau), 2006 über 1.500 Teilnehmer - größte Schüler-Lauf-Meisterschaft in Hessen. Viele weitere Deutsche-, Süddeutsche- und Hessische Meisterschaften sind in Rodenbach ausgetragen worden.

### **Tätigkeiten in nationalen und internationalen Verbänden und Organisationen**

Eine mehr als außergewöhnliche Fähigkeit Harry Arndts ist die Verknüpfung seiner Tätigkeitsfelder von „ganz unten an der Basis“ bis hin zur Arbeit auf nationaler und internationaler Ebene. Die Arbeiten (alle im Ehrenamt) lagen schwerpunktmäßig bei seiner Leidenschaft, dem Ultra-Lauf. Ein Auszug seiner Tätigkeiten zeigt den enormen Einsatz seiner Kräfte. Von sich selber sagt er, dass er fast seine ganze Freizeit für den Sport eingesetzt habe unter Verzicht anderer Aktivitäten für sich und seine Familie. „Urlaube“ standen immer mit Sport/Training in Verbindung. Ein Einblick seiner Tätigkeiten:

Sportwart der DUV (1985-1990), 1. Vorsitzender/Präsident der DUV (1990-2002), Herausgeber des DUV-Statistik-Jahrbuches (1991-2001).

Ultramarathonwart des Deutschen Leichtathletik-Verbandes DLV (1988-2003), Begründer und Leiter der deutschen Ultramarathon-Nationalmannschaft (1988-2003). Hinweis: Die deutsche Nationalmannschaft im 100-km- und 24-Stunden-Lauf hat von 1988 bis 2003 unter Leitung von Harry Arndt bei Welt- und Europameisterschaften über 50 Medaillen gewonnen und gehört damit zu den drei erfolgreichsten Ultramarathon-Nationalteams der Welt.

Mitglied des Executive Council (Präsidium) des Weltverbandes der Ultramarathonläufer IAU (International Association of Ultrarunners) 1988 - 2006, IAU Director of Competitions (IAU-Wettkampf-Sportwart) 2000 - 2006.

IAAF Course Measurer/Streckenvermesser des internationalen Leichtathletik-Verbandes IAAF: Durchführung der IAAF-Streckenvermessungen bei insgesamt 20 Welt- und Europa-Meisterschaften im Marathon-, Halbmarathon-, 100-km- und 24-Stunden-Lauf (u.a. in Taipei/Taiwan, Seoul/Korea, Moskau/Russland, Palamos/Spanien, Split/Kroatien, Florenz/Italien, Winschoten/Niederlande, Uster/Schweiz, Brno/Tschechische Republik, Wörschach/Österreich, München...).

Durchführung von Ausbildungs-Seminaren des DLV und der IAAF für Streckenvermesser in Deutschland, Russland und Weißrussland.

### **Würdigung und Fortführung seines Lebenswerks**

Zahlreiche Ehrungen sind Harry A. Arndt zuteil geworden, die höchste, die Verleihung des Bundesverdienstkreuzes 1996. Weitere Auszeichnungen u.a.: Sportplakette der Stadt Hanau 2001, August-Schärttner-Preis 2002, Ehren-Schild des Deutschen Leichtathletik-Verbandes/DLV 2004, Ehrenbrief des Landes Hessen 2006.



Harry A. Arndts verwirklichte Idee

Foto: G. Bayer, privat

Die läuferische Fortbewegung war für Harry Arndt Liebe und Lebensinhalt zugleich. Seine Ziele verfolgte er unveränderlich und ausdauernd, die eigenen Grenzen der Leistungsfähigkeit hat er erfahren und aus eigenem Tun heraus junge Menschen für den Sport begeistern können. Heute ist er nach gesundheitlicher Einschränkung nur zu Fuß unterwegs und auch mal als Zuschauer beim SSC-Training anwesend. Sohn Sascha Arndt ist als Vorsitzender des SSC auf den Spuren seines Vaters und trainiert ebenso gerne mit seinen Schützlingen viel außerhalb des Stadions mit sportlicher und natürlicher Lebenseinstellung als Grundprinzip. Als DLV-A-Lizenz Trainer ist er aktuell vom Hessischen Leichtathletik-Verband/HLV zum Nachwuchs-Trainer des Jahres 2016 gekürt worden. Bruder Carsten Arndt und Sigrid Arndt sind für den SSC weiterhin ebenso unermüdlich im Einsatz.

Dir lieber Harry können wir nur Dank sagen für Deine Hingabe und Leidenschaft für das ausdauernde Laufen, dem Langstreckenlauf, den Du so nachhaltig mitgeprägt hast. Viele Gemeinsamkeiten verbinden uns. In Freundschaft alles Gute für Dich, Deine IGL.

**Gabriele Bayer**

In: LAUFZEIT & CONDITION 3/2017