

# Rennsteigmagie

EX-BIATHLETIN

KATI WILHELM

Text: Jana Schütze • Fotos: Andreas Krone



Es gibt Orte, die vergisst man, bevor man sie kennengelernt hat. Es gibt Orte, die braucht man, weil der Zahnarzt seine Praxis dort hat. Und es gibt Orte, die lassen einen nie wieder los. Eine magische Kraft zieht uns immer wieder zu ihnen zurück. Für die einstige Weltklasse-Biathletin Kati Wilhelm ist der Rennsteig so ein Ort. Im Dezember erzählte sie uns von Bergen, Büchsen und Bratwürsten, die für sie die Welt bedeuten.





## „Mich hat der Rennsteig als Sportlerin geformt“

Später, als Kati und Schwester Melanie in die Schule gingen, wurden diese Picknicks selten. „Wir trainierten Skilanglauf, fuhren am Wochenende oft zu einem Wettkampf.“ Das Knüllfeld, aber auch die Loipen und Wege rund um Oberhof, wurden nun zu einem wichtigen Trainingsgebiet der Mädchen. Einige Tausend Kilometer liefen sie auf Ski, Rollerski und in Turnschuhen durch die Wälder des Rennsteigs. Von hier aus eroberte Kati die Welt, auf Skiern natürlich! Jeden Stein, jeden Stock kennt sie hier.

Der rüstige Major Julius von Plänckner aus Gotha war 1830 der erste, der den Rennsteig in seiner Gesamtheit erwanderte. Luther überquerte den Rennsteig, Napoleon zog mit seinen Truppen durch die dichten Buchenwälder,

Goethe schrieb sein Gedicht „Wandlers Nachtruh“ hier und Thomas Mann erzählte 1947 in „Doktor Faustus“: „...verfolgte den sagenumwobenen Höhenpfad des mit Fichten und Buchen bestandenen Kammgebirges, den ›Rennsteig‹, der mit seinen Tiefblicken ins Werratal sich vom Frankenwald gegen Eisenach, die Höselsstadt, erstreckt, so wurde es immer schöner, bedeutender, romantischer...“ Er hat eine eigene Hymne „Ich wand're ja so gerne, Am Rennsteig durch das Land“, der Text stammt von Karl „Kaschi“ Müller, die Musik von Herbert Roth. Er hat einen eigenen Gruß „Gut Runst“. Und er hat eine eigene Sage: „Die Sage von der Teufelsbuche“. In deren Geäst soll der Teufel persönlich gegessen und den Wanderern und Handelsleuten aufgelauert

haben. Bis heute zieht der Höhenweg, der durch den Thüringer Wald, den Frankenwald und das Thüringer Schiefergebirge führt, die Besucher in seinen Bann. Über 1600 Kilometer gespurte Loipen- und Skiwanderwege laden Wintersport-Freunde ein. Und wer einfach nur entspannt wandern möchte, der kann auf 500 Kilometern durch herrliche Hochlagen und Seitentäler laufen. Für Kati Wilhelm sind die Berge vom Rennsteig, die Berge, die die Welt bedeuten.

„Mich hat der Rennsteig als Sportlerin geformt. Von hier aus habe ich so ziemlich alles gewonnen, was es zu gewinnen gibt: drei Gold-, drei Silber- und eine Bronzemedaille bei Olympischen Spielen, 5 Weltmeistertitel.“

## Berge, die die Welt bedeuten

Schön ist der Blick vom Knüllfeld, wunderschön. Hunderttausende Schneekristalle haben Tannen, Sträucher, Wege und Waldschenke in eine frische, watteweiche Decke gehüllt. Die Fenster des Gasthauses sind mit Eisgarden geschmückt, eine frostige Puderzuckerschicht verdeckt die sonst dunkel grünen Schilder der Wegweiser. Der erste Schnee.

Wie oft hatte die einstige Weltklasse-Biathletin Kati Wilhelm in den vergangenen Jahrzehnten diesen Tag herbeigesehnt, an dem endlich Schneeflocken vom Himmel tanzten und den

Rennsteig in eine kristallene Märchenwelt verwandelten. „Schnee ist mein Elixier. Ein Vierteljahrhundert hat er mein Leben bestimmt.“

Das legendär rote Haar von Kati Wilhelm leuchtet in dieser Schneelandschaft stärker als sonst. Fröhlich legt sich die junge Frau in das pudrige Weiß, Langlaufski und Stöcke neben sich: „Hier auf dem Knüllfeld fing meine Sportkarriere an!“ Das Knüllfeld ist ein 678 Meter hoch gelegenes Plateau zwischen Großer Hermannsberg und Arnberg. Nur zwei Kilometer unterhalb dieser Ebene in einer

kleinen Gasse im Luftkurort Steinbach-Hallenberg wuchsen die Schwestern Kati und Melanie Wilhelm auf. Das Knüllfeld war der „Hausberg“ der Wilhelms. Hier saßen die beiden Mädchen zum ersten Mal auf dem Schlitten, hier rutschten sie ihre ersten Meter auf Skiern. „Manchmal packten meine Eltern einen Picknick-Rucksack. Dann führen wir auf das Plateau, wanderten auf Skiern durch die Winterlandschaft. An einem geschützten Flecken packte Mutter den Rucksack aus. Wir tranken warmen Tee, aßen Wurstbrote.“



Romantisch mit einzigartigen Ausblicken: eine Pferdeschlittenfahrt.  
[www.pferdefahrten-rennsteig.de](http://www.pferdefahrten-rennsteig.de)



1600 Kilometer gespurte Loipen und Skiwanderwege laden zu aktivem Wintersport ein.  
[www.thueringer-wald.com](http://www.thueringer-wald.com)



## Büchsen, die in die Welt gehen

Laufen, zielen, schießen, weiter laufen. „Das Verrückte an diesem Sport ist, dass der Organismus zwei Dinge leisten muss, die absolut nicht zusammen passen. Er soll die Muskulatur und den Kreislauf in der Langlaufloipe bis ans Äußerste belasten und am Schießstand sofort in absolute Ruhe verfallen. Während der Puls noch mit 170 Schlägen durch den Körper rast, muss man aus 50 Metern Entfernung fünf Mal eine fünf Zentimeter große Zielscheibe treffen. Sicher geglaubte Siege können durch einen Fehlschuss vermässelt werden. Aussichtslose Rennen können sich durch eine sichere Hand wenden.

Bis zum Schluss ist alles möglich, das ist Spannung pur.“ Doch zunächst sah es gar nicht so aus, als würde sie sich einmal für Waffen begeistern. „An der Schießbude auf der Kirmes war ich total schlecht. Da hätte sicher keiner darauf gewettet, dass ich mal Biathletin werde.“

Doch mit 22 Jahren hatte sie das Gefühl, als Skilangläuferin nicht weiter zu kommen. Also bat sie den Trainer aus der Biathlon-Abteilung, sie mal am Gewehr zu testen. Kati Wilhelm traf. Und wurde eine Meisterin der Schießkunst.



## Der Rennsteig ist ein Zentrum deutscher Waffenkunst.

Ihre Waffen sind Resultat perfekter Handwerkskunst. Kein Wunder: der Rennsteig ist ein Zentrum deutscher Waffenkunst. Seit mehr als 600 Jahren werden hier Waffen hergestellt. Einer der bekanntesten Büchsenmacher der Region ist Jens Ziegenhahn aus Zella-Mehlis. Schon Urgroßvater Alfred Ziegenhahn stellte Jagdwaffen her. Mit so mancher Waffe, die sein Urenkel heute produziert, wird nur selten geschossen. Es sind Kunstwerke, einzigartige Sammlerstücke. Jeder Arbeitsschritt ist Handarbeit pur. Lauf, Schloss, Schaft werden in höchster Präzision gefertigt. In der Werkstatt greift Kati Wilhelm eine der Waffen und beginnt sofort mit Büchsenmacher Jens Ziegenhahn zu fachsimpeln. „Der Schaft ist der wichtigste Teil der Waffe, oder wie die Jäger sagen: Der Lauf schießt, der Schaft

trifft! Der Schaft muss zum Schützen passen.“ Sie bestaunt die Maserung des dunklen Walnussholzes, aus dem die Schäfte der Firma Ziegenhahn gefertigt werden. „Auch die Schäfte meiner Waffen sind aus Nussbaum gearbeitet. Dieses Holz hält am besten den dauernd wechselnden Witterungsbedingungen stand. Ich hab das Gewehr ja mal im Zimmer, mal draußen im Schnee. Doch bei uns zählt nicht die Schönheit der Waffe, sondern die Präzision. Bei Schießzeiten von 25 oder 30 Sekunden muss das Gewehr automatisch in der richtigen Position am Körper und in meinen Händen liegen.“ Der Büchsenmacher der Biathleten versteht sein Handwerk, Sandro Brisslinger hat schließlich in Thüringen gelernt. Während Kati Wilhelm durch das Zielfernrohr des Gewehrs schaut, hämmert am

Nebentisch der Graveur mit einem Stichel feine Ornamente in ein Metallplättchen. Als würde er mit einer Feder zarte Striche malen, entstehen Jagdszenen, Wildtiere oder Monogramme. Jens Ziegenhahn erklärt: „Die Perfektion von Rohrmacher, Schlossmacher, Systemmacher und teilweise auch die des Schäftens bleibt dem Betrachter fast komplett verborgen. Die Aufgabe des Graveurs ist es, die Schönheit und Hochwertigkeit einer Waffe nach außen hin sichtbar zu machen und sie zu einem Kunstwerk zu vollenden.“ Während die Jagdwaffen aus der Werkstatt von Jens Ziegenhahn in die ganze Welt gehen, sind die Gewehre von Kati Wilhelm sicher verschlossen. „Manchmal, wenn ich als Reporterin bei Biathlon-Wettkämpfen Hintergründe erklären muss, hole ich sie wieder hervor.“



Geheimnis der Thüringer Rostbratwurst: die Gewürzmischungen



## Bratwürste, die die Welt begeistern

Oberhof ist ein weltberühmter Wintersportort und gleichzeitig mit 830 Metern die höchstgelegene Stadt Thüringens. Legendar sind die Weltcups im Biathlon, Bob und Skilanglauf. Als Olympiastützpunkt bietet der Ort alles, was das Wintersportlerherz begehrt: Langlaufloipen, Winterwanderwege, Skihänge, Schneeschuhwandertouren, Pferdeschlittenfahrten, Rodelhänge und Eislaufbahn. Kati Wilhelm besuchte hier das Sportgymnasium, ging anschließend zur Sportfördergruppe der Bundeswehr in Oberhof. Im Ort stehen riesige Betonklötze neben romantischen Fachwerkhäusern, verfallende, ehemalige Hotels neben wunderschön restaurierten Restaurants. Aus einer kleinen Holzhütte kringeln sich feine Rauchschwaden, es duftet schon von weitem. „Lasst uns eine Bratwurst

essen“, schlägt die Thüringerin vor. „Oft hatte ich zu Wettkämpfen oder in Trainingslehrgängen nicht nur Ski und Gewehr im Gepäck, sondern ein Paket frischer Rostbratwürste. Ein Leckerbissen, den viele Sportfreunde auch mögen.“ Warum aber schmeckt die Thüringer Rostbratwurst in Thüringen so viel besser, als die Thüringer Rostbratwurst in Berlin? Um das Geheimnis herauszubekommen, fahren wir in die „Fleisch und Wurstwaren Schmalckalden GmbH“. Dort erklärt Geschäftsführer Thomas Holland-Moritz: „Die Bratwürste werden aus 100 Prozent frischem Schweinefleisch und Gewürzen produziert, die in einen Schafseitling oder einen Schweinedarm gepresst werden. In Thüringen wurden schon im Altertum Gewürzpflanzen angebaut. Eine

der wichtigsten europäischen Handelsroutenführte durch unser Land. Fleischer nutzten diese Kräuter geschickt für eine hervorragende Wurst. Jede Region hat eine andere Mischung. Der Süden Thüringens liebt Knoblauch und etwas Muskat, der Norden bevorzugt Kümmel und der Osten Majoran.“ Die älteste bekannte urkundliche Erwähnung einer Bratwurst wurde in einer Rechnung des Arnstädter Jungfrauenklosters von 1404 gefunden. Während Wurst für Wurst über das Laufband rollt, sagt Holland-Moritz weiter: „Um die Würste haltbar zu machen, werden sie vorher gebrüht. Innerhalb von Thüringen aber liefern wir die Würste roh aus.“ Das ist also das Geheimnis.

## „Thüringer Revolte“ in der Küche

„Doch unsere Thüringer Küche hat mehr als Würste zu bieten!“ Katis Lieblingsrestaurant ist das „Vergißmeinnicht“ mitten in Oberhof. Die Speisekarte klingt verführerisch: mit Feigen gefüllte Fasan-Keule im Wirsingblatt, zarte Brust mit schwarzer Johannisbeerjus und Kartoffel-Mohn-Püree, in Weintrauben geschwenkte Entenleber mit Fenchelpüree, Rücken vom Jungbullen „Sir Lion Strip“ mit grünem Salat, Ofenkartoffeln & pikanter Mayonnaise. „Thüringer Revolte“ nennt Küchenchef Martin Hofmann seine Kreationen. „Ich habe im Hilton Berlin gelernt, dann im Hilton München gekocht. Angebote lockten nach Florida oder Australien.“ Angebote, die er ausschlägt, als der Vater schwer erkrankt. Statt in die weite Welt zu gehen, kehrt er nach Thüringen zurück, absolviert seinen Hotelbetriebswirt an der Hotelfachschule in Erfurt. Direkt im Anschluss geht er in die Küche des Hauses und kocht. Vor zwei Jahren baut er mit seinen Eltern die alten Garagen um. Daraus wird ein heller, moderner Wintergarten – ein schöner Kontrast zum gemütlichen Restaurant, welches die Geschichte des Hauses und die der Familie Hofmann zeigt. Neben den Klassikern der Thüringer Küche wie Ente, Roulade oder Wildschweinkeule mit Rotkohl und Klößen bietet er aufregende, neue Kreationen an. Die Zutaten sind saisonal, regional. „Im Winter verarbeite ich anstatt Tomaten und Gurken - Fenchel, Birnen, Feldsalat. Das Wild beziehe ich von einem Jäger in Crawinkel, die Bio - Enten und Schafe ziehe ich selbst.“ Wir kosten das Steckrübensüppchen mit confierter Wachtelbrust und gebratene Kaninchenleber auf einem Carpaccio von der gelben Beete, pochierten Ingwer-Portwein-Birnen & Feigenbrot. Kulinarische Sinnlichkeiten in Sternequalität.

Es gibt Orte, die lassen einen nie wieder los. Für Kati Wilhelm ist der Rennsteig solch ein magischer Ort. Dabei hat sie ihn immer wieder verlassen. Um neue Inspirationen für ihr Training zu bekommen, zog sie 2004 ins bayerische Ruhpolding. Sechs Jahre lebte sie dort. Als Biathlon-Expertin der ARD fährt sie in den Wintermonaten nach Schweden, Österreich, Slowenien, Norwegen oder Italien. „Doch soweit ich auch in die Welt fahre, ich kehre immer wieder zum Rennsteig zurück. Seine Berge sind nicht gigantisch, eher lieblich, seine Dörfchen beschaulich, nicht prächtig, seine Menschen herzlich.“ In Steinbach-Hallenberg lebt sie mit Töchterchen Lotta und Lebensgefährten Andreas Emslander im Haus ihrer Eltern. Hier ist sie Zuhause. ■



Küchenchef Martin Hofmann vom „Vergißmeinnicht“.

Köstlich: Kaninchenleber mit pochierten Ingwer-Portwein-Birnen

