

Leichtathletik „Rund um Flierich“

## 27. Auflage des Laufklassikers

Für viele Ausdauersportlerinnen und -sportler ist der Lauf „Rund um Flierich“ zum Pflichttermin am Jahresanfang geworden. Am Sonntag, 8. Januar, wird der 10-km-Straßen- und Volkslauf zum 27. Mal um 11 Uhr gestartet.

Jochen von Glahn, Vorsitzender der gastgebenden Lauffreunde Bönen: „Unser Lauf ist vielen ans Herz gewachsen.“ Die Veranstaltung, die auch als offizieller Straßenlauf des DLV anerkannt und somit bestenlistentauglich ist, spricht die unterschiedlichsten Altersklassen an. Startberechtigt sind alle Jahrgänge bis 2000.

Jürgen Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Insgesamt lagen uns bis zum Freitagmorgen rund 100 Voranmeldungen vor. Das war in früheren Jahren schon einmal mehr. Einen richtigen Schub wird es wohl in dieser Woche geben.

In diesem Jahr liegen wir mit unserem Termin sehr nah am Jahreswechsel, aber wir wollten natürlich nicht von unserem Traditionstermin, dem zweiten Sonntag im neuen Jahr abweichen.“

Voranmeldungen für den Lauf nehmen die Lauffreunde noch bis Donnerstag entgegen. Jürgen Korvin: „Am einfachsten ist eine Online-Anmeldung unter [www.lauffreundeboenen.de](http://www.lauffreundeboenen.de).“ Die Online-Anmeldung ist bis kommenden Donnerstag, 22 Uhr, geschaltet. Eine Anmeldung ist bis zu diesem Zeitpunkt aber auch per E-Mail an [info@lauffreundeboenen.de](mailto:info@lauffreundeboenen.de) möglich, oder telefonisch bei Manuela Maletz, der Geschäftsführerin der Lauffreunde, unter Tel. 02383 2654.

Anmelden kann man sich auch noch am Veranstaltungstag am 8. Januar bis 30 Minuten vor dem Start.



Rund 100 Voranmeldungen registrierten die Lauffreunde Bönen bisher für den diesjährigen Volks- und Straßenlauf „Rund um Flierich“ am 8. Januar.  
Foto: Patrick Opierzynski

# Mit Serke und Steinmetz

## LAUFSPORT Noch fünf Tage Training / Bereits 180 Voranmeldungen für den 27. Volkslauf Rund um Flierich

**BÖNEN** = „Ihr habt noch fünf Tage Zeit zum Training!“, verrät die Internetseite der Lauffreunde Bönen. Gemeint ist die Disziplin zum Startschuss zum 27. Volkslaufes „Rund um Flierich“, der am kommenden Sonntag um 11 Uhr an der Lenninger Ermelingschule fällt. Mit dabei sind neben hunderten Breitensportlern auch Leistungssportler wie Seriensieger Roland Steinmetz aus Bochum und Lokalmatador Sven Serke, der die Läufe der letzten beiden Jahre recht locker gewann.

„Mal sehen, was geht“, ist Serke nach seinem Seuchenjahr 2011 vorsichtig. Bewusst verzichtete der Kamener auf den Silvesterlauf Werl/Soest: „Der Abstand zu Rund um Flierich ist mit einer Woche einfach zu kurz“, meint er. Serke lief sich dagegen auf dem Silvesterlauf in Uhna ein, bei dem keine Zeiten gestoppt werden. „Und das hat ganz gut geklappt.“

Der Doppelsieger 2010/11 erwartet einen harten Kampf um den Siegerpokal. „Obwohl Steinmetz ja schon am Samstag in Herne gestartet ist“, hat Serke die ganz spezielle Konkurrenz im Blick. Beim Silvesterlauf in Herne lief Steinmetz mit 33:23 Minuten eine gute Zeit für einen Triathleten, der er ist. „Aber vielleicht hat er ja da schon sein Pulver verschossen“, mutmaßt Serke.

„Unser Lauf ist vielen ans Herz gewachsen“, sieht Lauffreunde-Vorsitzender Jochen von Glahn in erster Linie den Event-Charakter der Breitensportveranstaltung. „Rund um Flierich ist ein Pflichttermin für die Ausdauersportler

der Region.“

Als offizieller Straßenlauf des Leichtathletikverbandes anerkannt und amtlich vermessen ist das Ergebnis für die Teilnehmer bestenlistentauglich. Startberechtigt sind alle Jahrgänge bis 2000. Erstmals wirkt sich übrigens die Änderung der Deutschen Leichtathletikordnung aus. Vertraute Bezeichnungen wie zum Beispiel „Schüler B“ verschwinden. Im Jugendbereich starten die Nachwuchsläufer unter den Altersklassenbezeichnungen U20, U18, U16 und U14. Von Glahn kommentiert: „Erspart geblieben ist uns die Ausweitung der weiblichen und männlichen Hauptklasse. Wir können weiterhin Siegerpokale ab den Altersklassen W30 beziehungsweise M30 aufwärts verteilen.“

### Änderung der Leichtathletik-Ordnung

Der Kurs ist kilometriert. Er führt wie immer von der Ermelingschule in Bramey-Lenningens über die Friedensstraße zum Haus Mundloh. Von dort geht es über die Sinnerstraße Richtung Flierich, ein kurzes Stück über die Kamener Straße, weiter über den Schattweg, den Bräkelweg, die Disselstraße und zurück über die Sinnerstraße zur Ermelingschule. Die Strecke ist während des Durchlaufes für den Verkehr kurzfristig gesperrt. Die Streckensicherung übernimmt der TV Germania Flierich-Lenningens. Attraktiv für die Zuschauer ist übrigens der Standort Kamener Straße in Flierich. Dort läuft das Feld

zweimal vorbei. Und in Flierich geht es für die Sportler auch den Schattweg hoch. Die 400 Meter lange Steigung auf den Röherberg war in der Vergangenheit oftmals der Knackpunkt des Laufes.

Wie schon seit etlichen Jahren verabschiedet und empfängt auch diesmal Jochen Heringhaus die Läufer an der Start-Ziellinie. „Jochen ist ein exzellenter Kenner der Laufszene. Seine Kommentare sind unterhaltsam und treffend, er weiß jede Leistung angemessen zu würdigen, und kennt viele Sportler persönlich“, freut sich Dorothea Pfeffer, stellvertretende Vorsitzende der Lauffreunde auf den fragten Moderator.

Anders als in den beiden vergangenen Jahren ist zum Jahresauftakt 2012 nicht mit Schnee und Eis zu rechnen. „Das macht vieles einfacher“, weiß Pfeffer – für Läufer wie für die Organisatoren. Steinmetz bleibt die Wahl nach geeignetem Schuhwerk erspart. 2010 hatte er sich falsch für übergestrichene Spikes entschieden.

Zahlreiche ehrenamtliche Helfer sorgen auch diesmal wieder für das bekannte Wohlabiente bei den Lauffreunden. So sorgt der DRK-Ortsverein Bönen für die Notfallbetreuung, die Feuerwehramm mit einem Einsatzwagen für dauerhaft warmes Wasser in den Duschen der

Ermelingschule.

„Bis jetzt liegen uns 180 Anmeldungen vor“, zählte Jürgen Korvin. Der Laufwart erwartet aber in den nächsten Tagen noch einen richtigen Schub: „Wir liegen in diesem Jahr mit unserem Termin sehr nah am Jahreswechsel, aber wir wollten natürlich nicht von unserem Traditionstermin, dem zweiten Sonntag im neuen Jahr abweichen.“

### Voranmeldungen bis Donnerstag 22 Uhr

Voranmeldungen für den Lauf nehmen die Lauffreunde noch bis einschließlich Donnerstag entgegen. „Am ein-

fachsten ist eine Online-Anmeldung unter [www.lauffreundeboenen.de](http://www.lauffreundeboenen.de)“, so Korvin. Diese ist bis kommenden Donnerstag um 22 Uhr geschaltet. „Die Registrierung ist bis dahin aber auch per E-Mail an [info@lauffreundeboenen.de](mailto:info@lauffreundeboenen.de) möglich“, ergänzt der Lauffreund. Läufer und Läuferinnen können sich aber auch telefonisch bei Lauffreunde-Geschäftsführerin Manuela Maletz unter Tel. 02383-2654 anmelden. Der Verzicht auf eine spontane Anmeldung am Sonntag, die bis 10.30 Uhr möglich ist: Unter den Voranmeldern werden Gutscheine von Runners Point verlost.

Ebenfalls online gibt es nach der Veranstaltung die Teilnehmerurkunde. „Wir gleichen nach dem Lauf die Ergebnisliste ab und bereiten sie entsprechend auf. Am Montagabend stehen die Urkunden dann zum Ausdruck bereit“, sagt Andreas Püttmann, der diesen Service für die Lauffreunde eingerichtet hat. Wer will, kann sich aber auch am Sonntag in die Schlange vor der Ausgabe einreihen und die Urkunde direkt mitnehmen.

Wer am Sonntag kommt, der kennt den Lauf in der Regel. Und die Kenner schätzen das lukullische Angebot mit der schon legendären Kuchentheke. Dort wird sich sicher auch Roland Steinmetz wie schon in den vergangenen Jahren mit Teilchen entdecken, um seinen Energiehaushalt nach mutmaßlich hart umkämpften zehn Kilometern gegen Sven Serke durch Süßes wieder ins Lot zu bringen. • WA/ml



2010 verkalkulierte sich Roland Steinmetz (1) durch falsche Schuhwahl – der Seriensieger zog wegen Spikes über die Laufschuhe und den Kürzeren gegen Sven Serke (2). • Foto: Liesegang



Start bei „Rund um Flierich“: Sogleich setzte sich der spätere Sieger Damte Kaushu Taye (Nummer 377) an die Spitze des Feldes und ein einsames Rennen über die zehn Kilometer. Lokalmatador Sven Serke (Bildmitte) blieb Rang drei vor dem einstigen Seriensiieger Roland Steinmetz (Nummer 2). Foto: Peter Thiemann

Leichtathletik 27. Lauf „Rund um Flierich“. Spitzenläufer aus Afrika zeigt sich der Konkurrenz stark überlegen

## Streckenrekord pulverisiert

Schon einige Sekunden nach dem Startschuss zur 27. Auflage des Volkslaufes „Rund um Flierich“ war klar, das Vorjahressieger Sven Serke seinen Titel nicht würde verteidigen können. Spitzenathlet Damte Kaushu Taye lief vom Start weg ein einsames Rennen. Schon nach wenigen hundert Metern klappte eine große Lücke zum übrigen Starterfeld.

„Unser Ziel war die Einstellung des Streckenrekordes“, betonte Tayes Trainer und Manager, ebenfalls Profiläufer, Brahim Chalougou aus Marokko. Sein Schützling erfüllte die gestellte Aufgabe souverän. In einer Zeit von 29:35 Minuten pulverisierte Taye den bis dahin bestehenden Streckenrekord von Malcolm Edwards, aufgestellt im Jahr 1990. „Die hügelige Strecke ist nicht einfach zu laufen, insge-

samt sind wir aber sehr zufrieden mit der Veranstaltung und kommen, wenn es passt, im nächsten Jahr gerne wieder“, betonte Tayes Manager. Tayes Bestzeit über zehn Kilometer liegt bei 28:01 Minuten, in den nächsten Wochen wird er bei Läufen in Belgien und Luxemburg starten. Der im Vorfeld angekündigte Spitzenläufer Rachid Soufi aus Marokko war nicht am Start.

Rund vier Minuten nach dem Ausnahmeläufer aus Afrika wurde Andreas Beulertz von der LG Hamm von den zahlreichen Zuschauern im Ziel begrüßt, kurze Zeit später überquerte Sven Serke die Ziellinie. „Die Strecke ist schon eine echte Herausforderung. Derzeit bin ich aber in guter Form und muss mich daher mit meiner Zeit nicht verstecken“, freute sich Beulertz

über den zweiten Platz. An einen möglichen Sieg dachte er genauso wie Sven Serke zu keiner Sekunde. „An einen ersten Platz war nicht zu denken, das ist eine ganz andere Liga. Selbst als Profi, der sich nur auf seinen Sport konzentrieren kann, würde ich an solche Zeiten nicht herankommen“, so Serke über den Sieger Taye. „Derzeit bin ich nicht in Topform. Dass ich weitestgehend alleine auf der Strecke war, macht es natürlich nicht einfacher“, so der Vorjahressieger. Der sechsmalige Gewinner von „Rund um Flierich“, Roland Steinmetz, wurde Vierter und ergänzte ein Starterfeld auf hohem Niveau.

Bei den Damen gewann die Bochumerin Steffi Rötger in 37:54 Minuten. An ihrem 40. Geburtstag sicherte sich die Hobbyläuferin den ersten

Platz. „Der Anstieg nach rund vier Kilometern war für mich persönlich kein Problem. Ich mag hügelige Strecken sehr gerne“. An einem auf der Strecke liegenden Bauernhof verlor Rötger kurz die Orientierung. „Auf einmal stand ich im

**»Wir sind sehr stolz auf das hochklassige Starterfeld in diesem Jahr«**

Stall“, lachte die Siegerin, die erstmals bei „Rund um Flierich“ an den Start ging über ihren kurzen Irrlauf.

Vorjahressiegerin Melitta Kionka absolvierte ebenfalls die zehn Kilometer. Kionka wurde jedoch vor einigen Wochen von einem Auto angefahren und konnte aufgrund dessen noch keine Bestleistung

abliefern.

Neben den Läuferinnen und Läufern zogen auch die Verantwortlichen ein positives Fazit. „Natürlich sind wir sehr stolz auf das sehr gute Starterfeld in diesem Jahr. Trotz der Absage Soufis hatten wir einen Spitzenläufer aus Afrika im Starterfeld“, betonte Jochen von Glahn, erster Vorsitzender der Laufsportfreunde Bönen.

Insgesamt gingen 464 Läufer und 69 Walker an den Start, alle Teilnehmer erreichten verletzungsfrei das Ziel.

Bei der abschließenden Siegerehrung versetzte Spitzenläufer Taye die anwesenden Teilnehmerinnen und Teilnehmer erneut in Staunen. Nach der Siegerehrung stand für ihn schon die nächste Trainingseinheit über eine Stunde auf dem Programm. JH

## STIMMEN

## „In guter Form“

■ **Sven Serke (Lauffreunde Bönien):** „Nach dem Zieleinlauf war ich erst einmal froh, dass meine Knochen gehalten haben. Derzeit bin ich nicht in Bestform. Ich habe versucht mich an Andi Beulertz zu hängen, das hat jedoch nicht geklappt. So bin ich fast ausschließlich alleine unterwegs gewesen, dadurch ist man dem Wind auf der Strecke natürlich voll ausgesetzt.“

■ **Andreas Beulertz (LG Hamm):** „Derzeit bin ich in guter Form. Die hügelige Strecke und der Gegenwind stellen natürlich Herausforderungen für uns Läufer dar, für Spitzenzeiten waren es nicht die besten Bedingungen. Dennoch bin ich mit meiner gezeigten Leistung zufrieden. Auf der Strecke muss ich mich mit meiner Zeit keinesfalls verstecken.“

■ **Steffi Rötger (Bochum):** „Durch meinen kleinen Sohn bin ich zum regelmäßigen Laufen gekommen. Wegen ihm muss ich in der Nacht oft aufstehen und schlafe daher nicht sonderlich lang. Wenn ich dann nicht schlafen kann, schnüre ich gerne die Laufschuhe und geh mit Grubenlampe auf dem Kopf frühmorgens laufen. Die schwere Strecke in Flierich mag ich sehr gerne. Im Gegensatz zu den Anderen, macht mir eher die Kälte zu schaffen.“

■ **Martin Schulte (Rote Kreuz):** „Nach einer Woche Skiurlaub waren die zehn Kilometer doch sehr anstrengend für mich. Das fehlende Training macht sich dann natürlich bemerkbar.“

■ **Horst Brandt (Lauffreund Holzwickede):** „Die gute Organisation und meine Freunde treiben mich hierher. Auch der Lauf in diesem Jahr hat mir wieder viel Spaß gemacht.“

■ **Roland Stelmets (Bochum):** „Der vierte, der ja eigentlich der dritte Platz ist, ist für mich in Ordnung. Ich habe vielleicht auch zuviel gemacht diese Woche. In Bönien war ich um zwei Minuten langsamer als noch beim Silvesterlauf in Herne.“

## DREI FRAGEN AN



**Marit Bergmann**  
19-jährige Auszubildende aus Unna-Massen.

## „Bin sehr zufrieden“

Marit Bergmann ist eine der Nachwuchshoffnungen des Lauf Team Unna. Unsere Sportredaktion sprach mit ihr nach ihrem Zieleinlauf bei der 27. Auflage „Rund um Flierich“.

**Sportredaktion:** Marit, Sie sind mit 41:10 Minuten Zweite in der weiblichen Hauptklasse geworden. Sind Sie zufrieden mit diesem Ergebnis?

**Marit Bergmann:** „Mit der Zeit bin ich sehr zufrieden. Ich hatte mir vorgenommen, unter 42 Minuten zu bleiben und damit eine neue persönliche Bestzeit auf dieser Strecke aufzustellen. Dass ich meine Altersklasse nicht gewonnen habe, macht mir nicht so viel aus.“

Sie sind bereits mehrmals bei „Rund um Flierich“ gestartet. Was sind die Besonderheiten der Strecke?

Die Steigung nach ungefähr der Hälfte der Distanz ist natürlich eines der Markenzeichen des Laufes. Persönliche Bestzeiten kann man hier nicht aufstellen, dafür ist die Strecke einfach zu anspruchsvoll. Auch der Wind spielt hier eine große Rolle. Ich musste leider meistens allein laufen. In der Gruppe wäre es schon einfacher gewesen, da man dort nicht so anfällig für den Gegenwind ist.

Was sind Ihre nächsten sportlichen Ziele, welcher Lauf steht als nächstes auf dem Programm?

Bald geht die Hammer Serie los, dort werde ich auf jeden Fall an den Start gehen. Des Weiteren will ich noch ein bis zwei Halbmarathons in diesem Jahr absolvieren. Ein kompletten Marathon wie im letzten Jahr in Dresden werde ich 2012 aber nicht bestreiten. JN



Start frei zum 27. Volkslauf „Rund um Flierich“ 2012: Sven Serke (Nr. 1) verpasste seinen dritten Sieg in Folge. Erster im Ziel und das mit neuer Bestzeit war der Ostafrikaner Taye Damte Kuashu (Nr. 377). Auch wieder dabei: Roland Steinmetz (Nr. 2), der den Lauf bereits sechs Mal gewann. ■ Fotos (4): Wagner

## Erste „Runde“ für von Glahn

**BÖNEN** ■ Im Vorjahr erkrankt, durfte Jochen von Glahn, Vorsitzender der Lauffreunde Bönen, diesmal erstmals beim Lauf „Rund um Flierich“ den Startschuss abgeben. „Das ist fast so aufregend wie selbst zu laufen“, gestand er. Zur Bestzeit des Siegers meinte Jochen von Glahn: „Einfach nur sensationell.“ Übrigens: Sein Vorgänger, Dieter Maletz, grüßte die Läuferfamilie aus Ungarn. Dort lebt der ehemalige Vorsitzende inzwischen.

## 584 Starter in Flierich

**BÖNEN** ■ In den vergangenen beiden Jahren machten Schnee und Eis den Bönener Volkslauf einen Strich durch die Rechnung. Während 2011 insgesamt 463 Teilnehmer dabei waren, gingen diesmal 584 Läufer und Walker an den Start. Der große Andrang sorgte für ein Park-Chaos auf der Ermelingstraße. Dort stellten die Aktiven ihre Autos auf beiden Seiten des schmalen Weges ab, so dass die Streckenaufsicht nicht durch kam.

# Taye Damte Kuashu pulverisiert alte Bestzeit

## LEICHTATHLETIK Läufer aus Äthiopien siegt bei „Rund um Flierich“

Von André Wagner

**BÖNEN** ■ Roland Steinmetz und Sven Serke hießen die Sieger in den vergangenen sechs Jahren beim Volkslauf „Rund um Flierich“ über zehn Kilometer. Gestern lief der Äthiopier Taye Damte Kuashu allen Konkurrenten auf und davon – und siegte mit neuem Streckenrekord.

Nach 29:35 Minuten stoppten für den Mann aus Ostafrika die Uhren. Damit pulverisierte er den bestehenden Streckenrekord von Malcolm Edwards (MC Menden) um 43 Sekunden. Verdienter Lohn: 100 Euro für die neue Bestzeit und 75 Euro für den ersten Platz.

Den zweiten Platz sicherte sich Andreas Beulertz (LG Hamm) in 33:48 Minuten. Vorjahressieger und Lokalmatador Sven Serke schaffte in 34:27 Minuten noch den Sprung auf das Treppchen.



*Mussten die Überlegenheit des Afrikaners neidlos anerkennen: Sechsfach-Sieger Roland Steinmetz, Sven Serke und Andreas Beulertz (v.l.n.r.).*

Seriensieger Roland Steinmetz aus Bochum musste sich mir Rang vier und einer Zeit von 35:08 Minuten begnügen. „Wie die Zeit vergeht. Inzwischen sind die anderen alle schneller als ich“, meinte Steinmetz, der den Lauf zwischen 2003 und 2009 dominierte und sechs Mal gewann. Im Vorjahr fehlte er wegen einer Grippe.

Auch Sven Serke ist nach einem „Seuchenjahr“ auf der Suche nach seiner Form. „Ich hatte mir eine 33:30 vorgenommen. Bei Kilometer acht wollte ich dann aber nur noch den dritten Platz halten. Hinten raus fehlt’s mir“, sagte Serke. Bei der Hammer Serie will er diesmal nicht antreten, dafür beim Indoor-Trail in Dört-

mund teilnehmen. Andreas Beulertz erkannte die Dominanz von Taye Damte Kuashu neidlos an: „Er läuft einfach in einer anderen Liga. Ich konnte vom Start weg nicht folgen, bin dann mein eigenes Tempo gelaufen.“ Der zuvor hochgewettete Rachid Soufi (Marokko) fehlte trotz Voranmeldung aus unbekanntem Gründen beim Startschuss.

Bei den Frauen siegte Steffi Rötger aus Bochum in 37:54 Minuten. Vorjahressiegerin Melanie Kionka war zwar am Start, brach den Lauf aber ab. Sie war als Fahrradfahrerin nach einem Unfall mit einem Pkw stark gehandicapt. An ihre guten Leistungen aus 2011 knüpfte Marit Bergmann (LT Unna) an. Sie belegte in 41:10 Minuten den dritten Rang. „Ich bin zufrieden“, meinte Bergmann.

Allen 584 Teilnehmern machte der starke Wind auf der ungeschützten Strecke schwer zu schaffen.

# Afrikaner in Europa auf Prämienjagd

LEICHTATHLETIK Taye Damte Kuashu seit Silvester in Deutschland

Von André Wagner

**BÖNEN** • Am 31. Dezember 2011 landete Taye Damte Kuashu in Frankfurt. Direkt vom Flughafen ging es nach Trier, wo der 24-Jährige aus Äthiopien beim Silvesterlauf den vierten Rang hinter drei seiner Landsleuten belegte.



Trainingslauf erfolgreich beendet: Taye Damte Kuashu

Trainer und Manager Brahim Chalgoum, selbst Top-Läufer aus Marokko, lotste den Ostafrikaner, der nun für die Laufgemeinschaft Laacher See startet, in seine Heimat Mendig nach Rheinland-Pfalz. Den Lauf „Rund um Flierich“ ordnete der Trainer als gutes, hartes Training ein. Denn in den nächsten Wochen stehen für Taye Damte Kuashu Crossläufe in Belgien und Luxemburg auf dem Programm.

„Das ist harte Arbeit für ihn. Er befindet sich auf Prämienjagd in Europa“, erklärte Brahim Chalgoum. Mitte Februar wird der Äthiopier dann wieder in seine Heimat zurückkehren. „Wenn dann die Straßenläufe mit Top-Besetzung anstehen, kommt er wieder zu mir“, sagt Chal-

goum. Mit einer Bestzeit von 28:01 Minuten über zehn Kilometer und 1:01:55 Stunden auf der Halbmarathon-Distanz werde sein Schützling oftmals vorne mitmischen.

Beim 27. Lauf „Rund um Flierich“ stand er eigentlich schon vor dem Startschuss als Sieger fest. Die spannende Frage war schließlich nur, ob er auch die bestehende Bestzeit knacken wird. Danach sah es zunächst nicht aus, doch auf den letzten 500 Metern zog der Äthiopier in unnachahmlicher Art das Tempo an und unterbot den Rekord locker. „Kalt und windig war's“, so sein Kommentar im Ziel.



Gute Laune hatten diese beiden Athleten bei der Zielankunft an der Ermelingschule.

## 27. „Rund um Flierich“



Vom Start an vorneweg: Dame Kaushu Taye (Nr. 377) läuft Andreas Beulertz (431) und Sven Serke (1) davon. Links die schnellste Frau Steffi Röttger (401).

## Taye pulverisiert Streckenrekord

LAUFSPORT Äthiopier bricht 22 Jahre alte Bestmarke / Röttger siegt bei Frauen / Fast 600 Teilnehmer

Von Markus Liesegang

**BÖNEN** • Nicht der Marokkaner Rachid Soufi, nicht Roland Steinmetz und auch nicht Sven Serke gewann gestern den 27. Volks- und Straßenlauf „Rund um Flierich“. Der Sieger heißt Dame Kaushu Taye. Der Äthiopier lief die zehn Kilometer in einem neuen Streckenrekord von 29:35 Minuten. Er war damit über vier Minuten schneller als der Zweite Andreas Beulertz von der LG Hamm (33:48). Lokalmatador und Titelverteidiger Serke lief noch 39 Sekunden später ins Ziel (34:27 Min.). Schnellste Frau war Steffi Röttger aus Bochum (37:54 Min.).

„Eigentlich kann ich mich ja als Sieger fühlen“, sagte Beulertz nach dem Rennen. In der Tat, denn der Äthiopier Taye lief in einer in Flierich

noch nicht gesehenen Liga. Das ahnten Beulertz und Serke bereits vor dem Start mit insgesamt 584 Läufern und Walkern an der Ermelingschule. „Taye ist beim Silvesterlauf in Trier eine 22er Zeit über acht Kilometer gelaufen“, wusste Dirk Pfeffer von den Lauffreunden Bönen. Der gemeldete Soufi trat gestern nicht an.

Taye ist Profi. Er befindet sich derzeit auf Winter-Tour durch Europa. „Am nächsten Wochenende startet er bei einem mit Top-Leuten besetzten Crosslauf in Belgien – der Lauf hier passte gut ins Trainingsprogramm“, sagte sein Trainer und Manager Brahim Chalgoum, der durchaus zufrieden war mit einer Kilometerzeit seines Schützlings von 2:57 Minuten. Mit einem fulminanten Endspurt über die

Schlussgerade der Ermelingsstraße pulverisierte der Afrikaner den 22 Jahre alten Streckenrekord von Malcolm Edwards (30:18 Min.).

„Ich habe den Kontakt zu ihm schon nach einigen hundert Metern verloren“, sagte Beulertz, „nach zwei Kilometern bin auch ich dann alleine gelaufen.“ Dabei konnten sich sowohl seine Endzeit als auch die von Serke sehen lassen. Überhaupt war das Rennen des Vorderfeldes eines der schnellsten der letzten Jahre. Bis zum neunten Platz von Torsten Lehmköster (36:47 Min.) blieben die Läufer unter der 37-Minuten-Grenze. Schnellster Bönener neben Serke war Ingo Hanke mit ebenfalls guten 38:03 Minuten.

„Ich bin froh, dass ich ohne Schmerzen ins Ziel gekom-

men bin. Die Achillessehne scheint nicht gereizt zu sein“, war Serke nicht unzufrieden. Der Vorjahressieger gab zu, am Ende „echt ausgepowert“ gewesen zu sein. „Nach acht Kilometern war die Luft raus“, so Serke, „und an Andreas Beulertz komme ich momentan nicht ran.“ Immerhin hat Serke Hoffnung, dass dieses Jahr besser läuft als das von hartnäckigen Verletzungen geprägte vergangene: „Ich setze mich jetzt mit Dirk Pfeffer zusammen und erarbeite einen Trainingsplan.“

Der frühere Seriensieger und im vergangenen Jahr wegen Grippe fehlende Roland Steinmetz, der in 35:08 Minuten als Vierter einlief, war ebenfalls nicht unzufrieden: „Der vierte, der ja eigentlich der dritte Platz ist, ist für

mich in Ordnung. Ich habe vielleicht auch zuviel gemacht diese Woche“, begründete er die Diskrepanz zwischen schnellen 33:23 Minuten beim Silvesterlauf in Herne und seiner fast zwei Minuten langsameren Zeit in Flierich.

Groß wie bei den Männern war der Zeitunterschied auch bei den Frauen: Steffi Röttger (37:54 Min.) distanzierte die für LG Schwerte startende Isabel Hafenmayer (41:04 Min.) um mehr als drei Minuten. Marit Bergmann (Laufteam Unna), durch die Aufgabe von Vorjahressiegerin Melanie Kionka eine Mitfavoritin, wurde Dritte in 41:10 Minuten.



Bildergalerie  
zum Thema auf  
[www.wa.de](http://www.wa.de)

## Splitter vom Streckenrand



Große Kulisse bei der Siegerehrung.



Nasskalt und windig war's an und auf der Strecke.



Die schnellen Handballer des RSV Altenböge.

**Echter Profi:** Eine Art Wintertour absolviert Flierich-Sieger Damte Kuashu Taye. „Er bleibt noch bis zum 16. Februar hier bei mir in Deutschland“, erklärte Manager und Trainer Brahim Chalgoun. Der 24-jährige Äthiopier läuft hier einige gut dotierte Cross-Rennen gegen Topleute, um dann im Sommer die großen Straßenläufe abzuklappern. Seine Bestzeit über zehn Kilometer liegt bei 28:01 Minuten, den Halbmarathon schafft er in 1:01:35 Stunden.

**Hobbyläuferin:** „Ich bin eine ganz normale Läuferin, keine Leistungssportlerin, und laufe eigentlich nur, wenn's warm ist“. Das sagte nach dem Zieleinlauf keine Geringere als Überraschungssiegerin Steffi Rötger. Einem Verein gehört sie nicht an. Ihre Bestzeit über zehn Kilometer kann sich mit 35:44 Minuten aber durchaus sehen lassen. Die Bochumerin feierte gestern in Flierich neben dem Sieg auch noch ihren 40. Geburtstag. Nach dem Lauf gab es deswegen auch ein Glas Rotwein nach dem obligatorischen Zitronentee.

**Regeneration:** Mit seinem mobilen Massage-Team lockerte Lauffreund Stefan Deimann nicht nur die Muskeln der Sportler nach dem Lauf. Er sammelte zudem Spenden für die Jugendabteilung der Bönener.

**„Heilige Uhr“:** Andreas Grabietz vertrat gestern Manfred Engel am Zielkanal. „Manni

ist verhindert. Ich glaube, das erste Mal seit vielen Jahren. Und ich durfte seine heilige Stoppuhr übernehmen.“

**Erster Schuss:** „So ein anspruchsvolles Feld loszuschicken, ist schon etwas besonderes“, sagte Lauffreunde-Vorsitzender Jochen von Glahn zum Debüt an der Startpistole. Im vergangenen Jahr fehlte von Glahn krank.

**Schnelle Handballer:** Acht B-Juniorinnen des RSV Altenböge gingen gestern auf die Strecke. Alle acht reichten sich hintereinander in der Altersklasse U18 ein. Alle blieben unter 50 Minuten. Erster wurde Sebastian Supenkamp vor Lukas Florian und Ivan Kostukov. „Ich hab sogar einen Pokal gekriegt“, freute sich Supenkamp. Es war sein erster überhaupt. Die Sportart wechseln will er deswegen aber nicht.

**Glücksnummer:** Die Startnummer 500 bekam Christel Schulze Fröning. Die Frau der Sprintschnellen Werne freute sich über diese „Glücksnummer“. Ins Ziel kam sie bei ihrem ersten Start ebenfalls recht glatt – in einer Zeit von 51:07 Minuten – als 250.

**Altersklassenwechsel:** Lauffreund Walter Teumert, mit Johannes Grasse der Teilnehmer, der alle 27 Läufe mitgemacht hat, startete gestern erstmals in der M60. Er wurde hier in 49:50 Minuten nur Zehnter. „Aber ich bin unter 50 Minuten geblieben“, freute er sich.

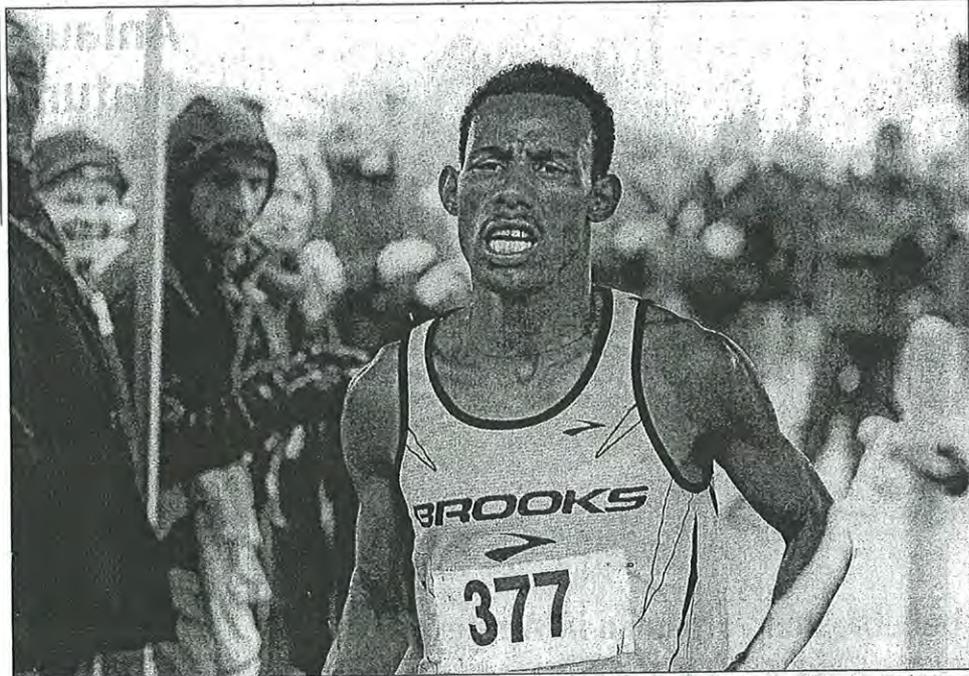
**Trainingsrückstand:** Katrin Walter hat zwei gute Gründe für ihr Abschneiden „unter ferner liefen.“ Einer hat vier, der andere zwei Beine. „Ich habe ein neues Pferd, und Sohn Dominik macht viel Quatsch“, erklärte sie ihren Trainingsrückstand.

**Verzicht:** Sven Serke lässt das Jahr ruhig angehen. Er verzichtet auf die Teilnahme an der Hammer Serie und konzentriert sich auf eine Indoor-Trail-Veranstaltung, einer Art Crosslauf, vom 3. bis zum 5. Februar in den Dortmunder Westfalenhallen.

**Kenner:** „Ich bin schon beim Silvesterlauf in Herne hinter einer äthiopischen Frau hergelaufen“, sagte der sechsfache Flierich-Sieger Roland Steinmetz. Ihren Landsmann Taye verlor der Vierte gestern ebenso schnell aus den Augen wie der Rest der Konkurrenz.

**Familienausflug:** Der erste Weg nach der Rückkehr aus dem Ski-Urlaub führte Silke, Carsten und Michelle Kluge zur Ermelingschule. „Wir konnten Michelle die Teilnahme nicht ausreden, obwohl sie erkältet ist.“

**Aufgabe:** Vorjahressiegerin Melanie Kionka war nicht vorgemeldet, kam aber doch noch. Das Ziel erreichte sie nicht. „Ich laufe nach Verletzung und dadurch bedingtem Trainingsrückstand quasi außer Konkurrenz“, sagte sie. Sie gab das Rennen nach einer Viertelstunde auf.



Ausnahme-Erscheinung: Der Äthiopier Taye unterbot den Streckenrekord bei „Rund um Flierich“ um 45 Sekunden. • Foto: Liesegang

## Bestzeit für die Ewigkeit

„RUND UM FLIERICH“ Äthiopier Taye Klasse für sich / Starterzahl stark gestiegen

**BÖNEN** • Einen solch illustren Sieger hatte der Volks- und Straßenlauf „Rund um Flierich“ in seinen 27 Jahren noch nicht. Der äthiopische Profi-Damte Kaushu Taye war in Aussehen und Leistung eine Ausnahme-Erscheinung. Er kam als Nachmelder, brach den 22 Jahre alten Streckenrekord – und fuhr nach der Siegerehrung zurück in sein Winterquartier in Rheinland-Pfalz, um eine Trainingseinheit nachzuschieben.

Zwei Jahre alt war Taye, als Malcolm Edwards im Einkot des Marathon-Clubs Menden im Januar 1990 den bis Sonntagfrüh geltenden Streckenrekord von 30:18 Minuten aufstellte. Nach dem Startschuss – dem ersten für den Lauffreunde-Vorsitzenden Jochen von Glahn – dauerte es exakt 29:35 Minuten, bis diese Bestzeit Geschichte war. Die in diesem Jahr gute Konkurrenz mit Andreas Beulertz (LG Hamm), Sven Serke (Lauffreunde) und Roland Steinmetz (Witten) hatte das Nachsehen. „Selbst als Profi, der sich nur auf den Sport konzentrieren kann, würde ich an eine solche Zeit nicht herankommen“, sagte Serke.

Erst am Samstag hatte Tayes Trainer und Manager Brahim Chalougoum, einst mehrfacher marokkanischer Landesmeister, bei der Lauffreunde-Ge-

schaftsführerin Manuela Maletz angerufen und freundlich gefragt, ob es für seinen Athleten einen Fahrtkosten-Zuschuss gebe. Der Klub sagte Nein. Am nächsten Morgen stand Chalougoum dennoch vor der Meldestelle, während sich Taye warm machte.

So schnell, wie er lief, war er nach der von Dorothea und Dirk Pfeffer souverän durchgeführten Siegerehrung auch wieder weg. Sein Rekord wird bleiben, auch wenn Taye selbst nicht wiederkommt. „Wir gehen nicht davon aus, dass er im nächsten Jahr hier startet“, sagte Lauffreunde-Laufwart Jürgen Korvin. Vielleicht ist das auch gut so; denn sonst müsste der Verein vielleicht die nächsten 100 Euro Rekord-Prämie zahlen.

Für die Lauffreunde war die 27. Auflage ihres Laufs eine erfreuliche. Zwar war es nach Jahren trockener Kälte zum ersten Mal ungemütlich nass am Wettkampftag, doch die Organisation klappte bis auf Kleinigkeiten wie den zugeparkten Breddeweg gut, und die Teilnehmerzahl von 584 (davon 69 Walker) war die höchste seit 2008 (747). Sie war nicht so groß wie zu Hochzeiten Mitte des vergangenen Jahrzehnts, doch ein Rennen mit knapp 900 Aktiven, wie im Jahr 2004, sind



Im Einsatz: Lauffreunde-Chef Jochen von Glahn. • Foto: ml

Bildergalerie zum Thema auf [www.wa.de](http://www.wa.de)

ohnehin nicht das Ziel der Lauffreunde. „600 ist aus Organisationssicht eine gute Größe“, so Korvin.

Einem, dem die Lauffreunde sehr am Herzen liegen, fehlte am Sonntag: Dieter Maletz. Der Gründungs- und Ehrenvorsitzende ließ über verschiedene Kanäle aber Grüße und beste Wünsche aus seiner Wahlheimat Ungarn übermitteln. Er verpasste neben Tayes Auftritt auch vor-

dere Platzierungen einiger Lauffreunde. Neben dem Gesamtdritten Serke, der mit 34:27 Minuten auf Platz 1 der M35 lief, holte sich auch Katrin Walter in 47:01 Min. den ersten Rang in der dünn besetzten W30. Ulf Kasischke wurde Zweiter der M70 (48:59 Min.). Dritte Plätze holten Silke Kluge in der W40 (48:06 Min.) und Bastian Sommer in der U20 (44:19 Min.). Zweitschnellster Lauffreunde-Starter war Ingo Hanke als Gesamt-Zwölfter. Der letztjährige Neuzugang aus Lünen schaffte die hügelige und windanfällige Zehn-Kilometer-Strecke in 38:02 Min.

Im kommenden Jahr findet der Lauf am 13. Januar statt. Dafür hatten die ersten bereits gestern gemeldet. Es wird noch einmal ein echtes „Rund um Flierich“ sein. Ob der Lauf mittel- und langfristig in Flierich bleibt, hängt vom Fortbestand der Ermelingschule ab, die das logistische Zentrum für „Rund um Flierich“ ist. „Wir planen von Jahr zu Jahr. Wir halten der Schule die Treue. Für uns ist sie die beste Lösung“, sagt Korvin. Allerdings halten die Lauffreunde für den Tag X Ausschau nach Alternativen. „Wenn die Schule geschlossen wird, werden wir wohl in Richtung Zechenturm ziehen“, so Korvin. • st

## Die Sportabzeichen-Ehrung



Viele Bönener, die das Gold-Abzeichen mit Zahl erreichten, bestiegen am Samstag persönlich die Bühne im Foyer der Goetheschule. ■ Fotos (4): Liesegang

## EINZELSPORTLER

**Gold** mit Zahl: Jutta Mätkler, Rudolf Mätkler, Heinrich Wüste (je 30), Sandra Deutsch, Michael Franz, Hei-drun Graner, Ulf Kasischke (je 25), Rosa Gräfe, Helga Schlüter, Anke Schröder, Werner Selent (je 20), Mechthild Fabian, Gisela Homeyer, Beate Puls (je 15), Britta Bartmann, Klaus Homeyer, Iris Lehnmann, Adelheid Mock, Elisabeth Tzschachmann (je 10)

## FRAUEN

**Gold:** Gerlinde Püttmann (43), Ingeborg Langer (37), Ingrid Barenhoff (34), Sieglinde Erdelkamp (32), Heike Steinkuhl (23), Annemarie Theunissen (22), Karin Freitag, Xenia Mätkler (je 21), Monika Hof-scheuer (19), Claudia Bondzio (14), Manuela Maletz (11), Manuela Blank, Susanne Brinkmann, Monika Wesemann (je 9), Renate Baginski (7), Kathrin Clemendt, Sandra Firus, Sylvia Mucha, Catherine Puls, Birgit Stephan (je 6), Alice Lenz, Ursula Schlich, Tanja Theunissen, Claudia Weitz (je 5)

**Silb.:** Viviane Puls, Frauke Wilke (3)  
**Bronze:** Carolin Bresser, Stefanle Fischer, Sabine Data, Pia Holtmann, Ulrike Kohn, Alina Krüger, Elke Wegner, Birthe Wehmeyer (je 2), Ursula Bugges, Claudia Burger-Sassen, Marion Chlodek, Petra Kaftan, Claudia Klotz, Heike Koniczny, Karin Lapainis, Kerstin Metzger (je 1)

**MÄNNER**  
**Gold:** Ludwig Gosewinkel (46), Erwin Burski, Willi Neuhaus (je 42), Horst Ischen, Adolf Langer (je 34), Klaus-Georg Knippelmeyer (33), Herbert Lammers, Manfred Theymann (je 31), Jürgen Kolar (29), Günter Migas, Artur Schäfer, Lothar Walter (je 27), Peter Pflug (26), Dieter Freitag, Walter Teumert (je 22), Thomas Köster (21), Rüdiger Gasz, Erwin Hofscheuer (je 17), Holger Ischen (16), Lothar Thormann, Wilfried Rogalski (je 14), Thorsten Leyer, Wilfried Leyer (je 13), Walter Lauenstein, Werner Rabura (je 12), Thomas Freitag (11), Dr. Ralf Bartmann, Maik Clemendt, Christian Grund, Uwe Lehmann, Norbert Tzschachmann, Karl-Heinz Zolper (je 9), Peter Berges, Manfred Mell (je 8), Werner Brennecke, Uwe Manz, Peter Radix (je 6), Klaus Brinkmann, Reinhard Busch, Volker Firus, Rainer Labs, Jürgen Weitz (5)

**Silber:** Manfred Cichowitz, Rainer Zucket (je 4), Peter Bollwig, Heiko Werth (je 3)

**Bronze:** Rene Jüttner, Felix Karwoth, Bernd-Ulrich König, Martin Schulte, Bertold Sommer, Christopher Wesemann, Klaus Ralf Wie-ling, Christoph Wöllert (je 2), Karl-Dieter Bugges, Marcel Finke, Willi Frigge, Thomas Kaftan, Ingo Manz, Bernd Rahn, Bastian Sommer, Franz Wiehoff (je 1)

**MÄDCHEN**  
**Gold:** Alina Lehnmann (10), Carolin Deutsch (9), Emma Knippelmeyer (5), Jasmin Graner, Jessica Kolloch (je 3) – **Silber:** Jennifer Maiké (2) – **Bronze:** Tina Viktoria Malcher

**JUNGEN**  
**Gold:** Maximilian Deutsch (10), Robin Fischer (9), Nikolas Knippelmeyer, Nico Potthink (je 6), Bennet Brinkmann, Timo Schröder (je 6) – **Silber:** Marcel Holeczek, Paul Len-da (je 2)

# Bönen in der Spitzengruppe

## SPORTABZEICHEN Zahl der Absolventen bleibt mit 650 nahezu konstant

**BÖNEN** • Gut besucht war die offizielle Vergabe der Sportabzeichen. So gut, dass im Forum der Goetheschule zusätzliche Stühle aufgestellt werden mussten, damit sich alle der gut 200 Personen setzen konnten. Gut besucht waren auch die Sportabzeichen-Wettkämpfe im Jahr 2011 gewesen. 650 Absolventen zählten die Bönener Obleute Birgit Stephan und Manfred Theymann. Das sind fast so viele wie im Vorjahr (654).

Auch wenn es nicht zu einem kleinen Plus gereicht hat, so gehören die Bönener doch weiterhin zu den fleißigsten Abzeichen-Sammlern unter den Kreis-Kommunen bis 20.000 Einwohner. Das bestätigte am Samstag Susanne Peters, die beim Kreissportbund für den Sportabzeichen-Wettbewerb zuständig ist. Sie vertrat in Bönen den Sportbund gemeinsam mit der neuen Seniorenbeauftragten Uschi Bergmann.

Die beiden waren nicht die einzigen Ehrengäste auf der Liste von Gastgeberin Birgit

Stephan. Außer dem beruflich verhinderten Vorsitzenden des Bönener Gemeindep-sportverbandes, Detlev Renk, sowie GSW-Geschäftsführer Jochen Baudrexel fehlte niemand am Tisch der Spon-soren und Ehrengäste.

### Sportabzeichen soll reformiert werden

Die von Gemeinde-Fachbereichsleiterin Edelgard Blümel geleitete Vergabe-Feier begann mit einem Vortrag der Puschelgruppe der Reha-sportgemeinschaft (RGS) Bönen und Dankesworten von Bürgermeister, Rainer Erkuchen an die Prüfer. Er strich heraus, wie wichtig regelmäßige sportliche Betätigung sei – gerade im Kindesalter. Für Kindergarten- und Grund-schulkinder bietet der Gemeindep-sportverband das Mini-Sportabzeichen an. Das wurde auch im Jahr 2011 gut angenommen: 231 Kinder beteiligten sich an dem Wettbe-werb aus Laufen, Springen und Werfen.

Bei den Grundschulen gab es mit 46,1 Prozent Betei-ligung gegenüber den 37,9 Pro-zent in 2010 eine deutliche Steigerung. Bei den weiter-führenden Schulen ist die Zahl mit nur 3,9 Prozent (Vor-jahr: 8,6) wesentlich schlechter – auch weil das Marie-Cu-rie-Gymnasium das Sportab-zeichen nicht anbietet. Die prozentual meisten Schüler stellte hier mit nur 13 Schül-ern (4,4 Prozent aller Schü-ler) die Pestalozzi-Hauptschu-le, gefolgt von der Humboldt-Realschule mit 17 Schülern (3,9 Prozent). Auch die Zahl der Absolventen in den Verei-nen mit bis zu 300 Mitglieder sank, während die größeren Klubs etwas zulegten.

Gerlinde Püttmann legte im vergangenen Jahr ihre 43. Wiederholung ab und führt damit die Liste der Absolven-ten des vergangenen Jah-res an. Unter den männlichen 2011er-Absolventen ist es Ludwig Gosewinkel mit 46 Wiederholungen.

Für das nächste Jahr 2013, dem 100. seit Einführung des

Sportabzeichens, kündigte Peters Veränderungen an. Der Breitensport-„Dino“ soll reformiert werden. Bronze, Silber und Gold sollen nicht mehr leistungsunabhängig aufeinander folgen. Es soll möglich werden, mit einer bestimmten Leistung sofort Gold abzulegen. Auch will sich der Verband gegenüber anderen Sportarten öffnen. So sprach Peters als Beispiel davon, ein „Tennis-Abzei-chen“ anzuerkennen.

Darüber hinaus soll der Leistungskatalog entrümpelt werden. Statt fünf Gruppen soll es nur noch vier geben, die für die Teilbereiche Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination stehen. Die konkrete Umsetzung der Maßnahmen, so Peters, werde in dieser Woche mit dem Landessportbund abgespro-chen und anschließend den Vereinen und Verbänden mit-geteilt. • ml

Bildergalerie zum Thema auf [www.wa.de](http://www.wa.de)



## GRUPPEN

### SCHULEN

Grundschulen: 1. Hellwegschule mit 62,2 Prozent aller Schüler (absolut 199 Absolventen); 2. Erme-lingschule 60,2 (53); 3. Goetheschu-le 28,0 (102)

Weiterführend: 1. Pestalozzi-Schule 4,4 Prozent aller Schüler (absolut 13); 2. Humboldt-Realschule 3,5 (17)

### SPORTVEREINE

Mit mehr als 300 Mitgliedern: 1. Lauffreunde Bönen 12,1 Prozent al-ler Mitglieder (absolut 54); 2. RSV Altenböge 6,7 (22); 3. TuS Bönen 3,3 (54)

Mit weniger als 300 Mitglie-dern: 1. RGS Bönen 13,7 Prozent

aller Mitglieder (absolut 28); 2. DLRG Bönen 4,7 (11); 3. SV 04 Al-tenböge 2,1 (3)

### SPORTLICHE FAMILIEN

Familie Mätkler (24 Mal), Familie Puls (13), Familien Bartmann, Deutsch, Lehnmann, Maletz (je 8), Familien Brinkmann, Firus, Weitz (je 6), Familie Thormann (4), Familien Kaftan, Schulte, Sommer (je 1)

### MINI-SPORTABZEICHEN

KiTa St. Bonifatius (46), KiTa Imma-nuel (43), KiTa Martin Niemöller (39), KiTa Christ König, KiTa Alter-Bahnhof (je 29), KiTa Schatzkästlein (24), KiTa Puzzlekiste (23) – Hell-wegschule (126), GSV Bönen (3)



Ludwig Gosewinkel (l.) erhielt aus der Hand von Birgit Stephan schon das 46. Sportabzeichen in Gold.



Die Fahnen-schwenker der RGS Bönen unterhielten das Publikum am Samstagnachmittag mit der Jonglage der Vereinsfahnen.



Susanne Peters berichtete von Prüfungsänderungen.

# Ingo Hanke schnellster Bönener

LEICHTATHLETIK 40 Aktive der Lauffreunde Bönen beim Start zur Hammer Winterlaufserie

**BÖNEN** • 40 Aktive der Lauffreunde Bönen standen am Sonntag zum Auftakt der Hammer Winterlaufserie am Start (WA berichtete). In Abwesenheit von Sven Serke, dem Seriensieger von 2010, war Ingo Hanke mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 37:06 Min. schnellster Bönener.

Hanke liegt damit auf dem neunten Platz der Serien-Zwischenwertung in der Altersklasse M35. Silke Kluge war mit 45:09 Min. die schnellste Bönenerin. Das bedeutet vorerst Platz 6 in der Serienwertung. „Da ist noch ein bisschen mehr drin, denn ich bin erst am Tag vor dem Rennen aus dem Skiurlaub zurückge-

kommen und konnte noch nicht alles geben“ sagte Kluge im Ziel. Katrin Walter konnte wegen einer Erkältung nicht antreten.

Mit 47:15 Min. und Platz 2 in der M70 liegt Ulf Kasischke in der Zwischenwertung ganz weit vorne, ebenso Gisela Homeyer mit 56:28 Min. und Platz 5 in W60. Bastian Sommer erreichte mit 47:23 Min. Platz 7 bei der männlichen Jugend U20. Sandra Firus kann mit 48:47 Min. und Platz 12 in W45 noch auf eine einstellige Serienplatzierung hoffen. Michele Wirth startet nicht in der Serie, erreichte aber mit 54:11 Min. in der Tageswertung Platz 5 in der weiblichen Jugend U18.

Felix Karwoth (M30), erst seit wenigen Wochen Mitglied der Lauffreunde, feierte mit 41:55 Min. einen guten Einstand. Neue persönliche Bestzeiten erreichten Ralf Bartmann (42:50 Min.), Bernd Schlockermann (49:42 Min.), Susanne Ganswind (53:07 Min.) und Michael Ganswind (53:30 Min.). „Ich habe erst vor gut einem Jahr mit dem Laufsport angefangen. Umso mehr freue ich mich jetzt um eine Verbesserung um fast zwei Minuten“, sagte Susanne Ganswind nach dem Lauf in Eiseskälte.

„Ich freue mich, dass es mit Susanne und Michael, Claudia Grunenberg, Thomas Kafan, Felix Karwoth und Basti-

an Sommer einige Serien-Neulinge gibt. Thomas Klink, Walter Teumert und Lothar Walter sind alte Hasen, die aber lange nicht mehr dabei waren“, sagte Laufwart Jürgen Korvin. • **WA**

Die übrigen Zeiten: Martin Munk 40:16 Min., Frank Gutschow 41:03, Thorsten Bucker 41:51, Marcus Münstermann 42:09, Lars Grunenberg 42:50, Michael Klein 43:25, Jochen von Glahn 44:35, Carsten Kluge 44:40, Dieter Brodowski 44:53, Martin Schulte 45:18, Stefan Deimann 45:49, Susanne Brinkmann 46:28, Michael Schelter 47:11, Ulrich Wrobel 47:15, Markus Meier 47:19, Jörg Kappel 47:47, Thomas Klink 48:00, Sandra Firus 48:47, Walter Teumert 49:05, Meinolf Nather 51:28, Hartmut Stoepel 52:45, Jutta Gutschow 52:58, Jürgen Korvin 53:07, Thomas Kafan 53:09, Lukas Fudalej 53:38, Sabine Schulte 53:51, Berthold Sommer 55:50, Claudia Grunenberg 57:17, Lothar Walter 57:57



Gut gelaunt in der Eiseskälte: Die Aktiven der Lauffreunde Bönen vor dem Start zur Hammer Serie. • Foto: WA

# 1321 Finisher beim Serienauftakt

Leichtathletik Hammer Laufserie. 10 Kilometer bei frostigen Temperaturen – Fortsetzung am 12. und 26. Februar

Nach wie vor hoch ist das Interesse der Laufsportler an der Winterlaufserie des OSC 01 Hamm. 1321 Finisher beim Serienauftakt über 10 km-Lauf am vergangenen Sonntag waren für die Organisatoren zu verkraften, weil sie von vornherein zwei Läufe vorgesehen hatten. Ergänzt wird die Serie durch einen 15 km-Lauf (12. Februar) und einen abschließenden Halbmarathon (21,1 km, 26. Februar). Die Serienwertung erfolgt nach der Addition der gelaufenen Zeiten in den drei Läufen. Die Sieger beim Auftakt waren: Alexander Brushinski von der SG Wenden in 31:59 Minuten und Sandra Lüninig von LG Ratio Münster in 36:21 Minuten.

## Lauffreunde Bönens

Mit dabei waren 40 Bönener Lauffreundinnen und Lauffreunde, von denen jedoch 5 nur über 10 km antraten. Gestartet wurde bei winterlichen Temperaturen von minus 2 Grad Celsius. Nur wenige Läufer wagten sich in kurzer Hose auf die Strecke durch den Hammer Kurpark. Bei der Mehrzahl gehörten hingegen Handschuhe und Mütze zur Ausstattung. Dazu Jürgen Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Aber im Gegensatz zu den Vorjahren war die Strecke trocken und sehr gut zu laufen.“

Schnellster Bönener war diesmal Ingo Hanke mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 37:06 Min. Hanke liegt damit auf Platz 9 der Serienzwischenwertung in seiner Altersklasse M 35 und kann sich noch weiter vorarbeiten. Silke Kluge war mit 45:09 Min. die schnellste Bönenerin. Das reichte für Platz 6 in der Serienwertung. Silke Kluge: „Da ist noch ein bisschen mehr drin, denn ich bin am Samstag

erst aus dem Skiurlaub zurückgekommen und konnte noch nicht alles geben.“

Mit 47:15 Min. und Platz 2 in M 70 liegt Ulf Kasischke in der Zwischenwertung ganz weit vorne, ebenso Gisela Homeyer mit 56:28 Min. und Platz 5 in W 60. Bastian Sommer erreichte mit 47:23 Min. Platz 7 bei der männlichen Jugend U 20. Sandra Firus kann mit 48:47 Min. und Platz 12 in W 45 noch auf eine einstellige Serienplatzierung hoffen. Michele Wirth startet nicht in der Serie, erreichte aber mit 54:11 Min. in der Tageswertung Platz 5 bei der weiblichen Jugend U 18.

Felix Karwoth (M 30), erst seit wenigen Wochen Mitglied der Lauffreunde, lieferte mit 41:55 Min. einen guten Einstand ab. Neue persönliche Bestzeiten erreichten Ralf Bartmann (42:50 Min.), Bernd Schlockermann (49:42 Min.), Susanne Ganswind (53:07 Min.) und Michael Ganswind (53:30 Min.). Dazu Susanne Ganswind: „Ich bin erst vor knapp einem Jahr mit dem Laufsport angefangen. Umso mehr freue ich mich jetzt um eine Verbesserung von knapp zwei Minuten.“ Bönens Spitzenläuferin Katrin Walter konnte erkältungsbedingt nicht antreten.

## TVG Kalserau

Die Strecke am schnellsten aus Kaiserauer Sicht absolvierte Kai Haverkamp in 39:58 min. (27. M40 – Gesamt: 183. von 1322.). Danach erreichten Sören van Lück in 41:39 min. (53. M20), Bernd Seidel in 44:52 min. (113. M45), Herbert Lusts in 51:41 min. (109. M50) und Lothar Walter in 58:52 min. (88. M55) das Ziel. Dabei schaffte es Bernd Seidel, sich um 41 Sekunden und Her-

bert Lusts um 13 Sekunden im Vergleich zum Vorjahr zu verbessern. In der Mannschaftswertung belegte das Team Haverkamp/van Lück/Seidel den 61. Rang von 162 Teams.

## Laufsportfreunde Unna

Erfolgreich kehrten die Aktiven der Laufsportfreunde-Unna-2000 vom Auftaktlauf der Hammer Serie zurück. Dabei schlugen sich die LSP-Aktiven in diesem starken Teilnehmerfeld achtbar.

## Willi Riechert gewinnt Altersklasse M 65

Schnellster LSPler war Willi Riechert in 42:37 Min. Mit dieser Zeit gewann er die Altersklasse (AK) M65. Ihm folgte Gérard van den Elzen in persönlicher Bestzeit von 42:39 Min. (13. M 55), Daniel Kusche (42:41 Min., persönliche Bestzeit, 41. M 35), Dennis Brackelmann (45:05 Min., persönliche Bestzeit 37. AK 35), Hartmut Hempel (46:02 Min., 3. M 65), Emanuel Dombrowe (46:11 Min., 112. M45), Katja Brackelmann (51:01 Min., persönliche Bestzeit, 30. W 20), Michael Afthippe (52:33 Min., 115. M 50), Manfred Garn (55:50 Min., 42. M 60). Die Hammer Serie wird am 12. Februar mit dem Lauf über die 15 Kilometer-Distanz fortgesetzt.

## Lauf-Team Unna

18 Aktive vertreten beim Eröffnungslauf der Hammer Serie die blau-weißen Farben vom Lauf-Team Unna. „Nicht alle werden die Serie mit ihren insgesamt drei Läufen bestreiten, aber für eine Standortbestimmung im noch jungen Wettkampffahr 2012 reicht es allemal“, stellte LTU-Chef Franz-Josef Wiemann fest. Be-



Überzeugender Einstand: Marit Bergmann (LTU) ging in Hamm erstmals in der Altersklasse W20 an den Start. Für die 10 km benötigte sie 40:45 Minuten und belegte damit Platz sieben. Foto: LTU/Wiemann

sonders auffällig ist der überzeugende Einstand der drei Läuferinnen Marit Bergmann, Conny Mashiter und Angelika Friedemann gewesen. Marit Bergmann, erstmalig in der neuen Altersklasse W20 am Start, muss sich jetzt zwar einer deutlich größeren Konkurrenz stellen, nutzte aber mit Platz 7 (40:56 min) ihre Chance. Conny Mashiter knüpfte eigentlich gleich an ihre Leistungen des Vorjahres an: Sie belegte wieder den 6. Platz in 46:50 Minuten.

## Angelika Friedemann erstmals in der AK 60

Ähnlich erging es Angelika Friedemann, die erstmalig in der Altersklasse W60 unterwegs war. Sie kann ihre Anwartschaft auf eine gute Platzierung in der Serienwertung noch am deutlichsten wahren.

Liegen doch ihre Stärken eher bei den beiden noch ausstehenden längeren Strecken. Sie belegte Platz 3 nach gestoppten 52:26. Zusammen mit ihr hat das Lauf-Team drei heiße Eisen im Feuer für eine Endplatzierung nach Abschluss der Serie mit dem Halbmarathon am 26. Februar.

Bei den Männern machte Uli Jauer, der mit einer Zeit deutlich unter 40 Minuten (39:32 / 12. Platz M50) blieb, aus Unnaer Sicht einmal mehr auf sich aufmerksam. Nur unwesentlich langsamer, nämlich etwa 90 Sekunden, wurde Michael Theil gestoppt. Erstmals für das Lauf-Team am Start belegte er nach 41:07 Minuten Platz 56 der sehr stark vertretenen Altersklasse M45. Mit neuer persönlicher Bestzeit glänzte Arlindo Coimbra: 42:16 Minuten seine Zeit (59. Platz M40).



Nicht zu übersehen: Mit insgesamt 40 Aktiven waren die Bönener Lauffreunde bei winterlichen Temperaturen von minus 2 Grad Celsius in Hamm am Start. Foto: LFB/Korvin

# 1321 Läufer liefern sich bei Kälte heißes Rennen

**LEICHTATHLETIK** Alexander Brushinski von der SG Wenden gewinnt den „Zehner“ der Hammer Serie - Dustin Scholz schnellster heimischer Starter

**KREIS UNNA** • Nach wie vor hoch ist das Interesse der Laufsportler an der Winterlaufserie des OSC 01 Hamm. 1321 Finisher beim Serienauftritt über zehn Kilometer am vergangenen Sonntag waren für die Organisatoren nur zu verkraften, weil man von vornherein zwei Läufe vorgesehen hatte.

Der Gesamtsieg ging an Alexander Brushinski von der SG Wenden, der für den Zehner 31,59 Minuten benötigte. Bester heimischer Starter war Dustin Scholz vom SuS Oberaden, der in 34,18 Minuten auf den 18. Gesamtrang lief. Ergänzt wird die Serie durch einen 15-Kilometer-Lauf und den Halbmarathon (21,1 Kilometer, die sich jeweils im Abstand von zwei Wochen anschließen.

## Lauf Team Unna:

18 Teilnehmer vertraten das Lauf Team Unna in Hamm. Nicht alle werden die Serie mit ihren drei Läufen bestreiten, aber für eine Standortbestimmung im noch jungen Wettkampfsjahr 2012 reicht es allemal. Besonders auffällig der gute Einstand der drei Läuferinnen Marit Bergmann, Conny Mashiter und Angelika Friedemann. Marit Bergmann, erstmalig in der neuen Altersklasse W20 am Start, muss sich jetzt zwar einer deutlich größeren Konkurrenz stellen, nutzte aber mit Platz sieben (40:56 Min.) ihre Chance. Conny Mashiter knüpfte eigentlich gleich an ihre Leistungen des Vorjahres an: Sie belegte wieder den sechsten Platz in 46:50 Min. Ähnlich erging es Angelika Friedemann, die erstmalig in der Altersklasse W60 unterwegs war. Sie kann ihre Anwartschaft auf eine gute Platzierung in der Serienwertung mit Platz drei nach 52:26 Min. noch am deutlichsten wahren. Bei den Männern machte Uli Jauer, der mit einer Zeit deutlich unter 40 Minuten (39:32 / 12. Platz M50) blieb, aus Unnaer Sicht einmal mehr auf sich aufmerksam. Michael Theil belegte nach 41:07 Min. Platz 56 der sehr stark vertretenen Altersklasse M45. Mit neuer persönlicher Bestzeit glänzte Arlindo Coimbra: 42:16 Min. seine Zeit (59. Platz M40). Alle übrigen Teilnehmer: Vitor da Sil-



Das Lauf Team Unna - hier mit (hinten v.l.) Uwe Rüping, Uli Jauer, Conny Neumann, Georg Frese, Andres Böse und Franz-J. Wiemann; (vorne v.l.) Michael Theil, Marit Bergmann, Conny Mashiter und Angelika Nowak hat gute Hoffnung auf eine vordere Serienplatzierung.

va (43:44 / 98. M45), Hans-Joachim Behrends (45:05 / 26. M55), Uwe Rüping (45:34 / 128. M45), Karin Kursawe (50:00 / 11. W50), Georg Frese (52:14 / 111. M50), Conny Neumann (52:23 / 17. W50), Franz-J. Wiemann (52:41 / 14. M65), Angelika Nowak (55:44 / 19. W30), Andreas Böse (55:54 / 133. / M50), Roland Goecke, gehandicapt durch längere eine Verletzungspause (55:57 / 12. M70), Uwe Friedemann (55:59 / 19. M65) sowie Christina Heinsius (57:28 / 50. W45).

## TVG Kaiserau:

Auch der TVG Kaiserau nahm mit fünf Teilnehmern an der Auftaktveranstaltung der Hammer Laufserie teil. Die Strecke am schnellsten absolvierte Kai Haverkamp in 39:38 Min. (27. M40 - Gesamt: 183.). Danach erreichten Sören van Lück in 41:39 Min. (53. M20), Bernd Seidel in 44:52 Min. (113. M45), Herbert Lusts in 51:41 Min. (109. M50) und Lothar Walter in 58:52 Min. (88. M55) das Ziel. Dabei verbesserten sich Bernd Seidel sich um 41 Sekunden und Herbert Lusts um 13 Sekunden im Vergleich zum Vorjahr. In der Mannschaftswertung belegte das Team Haverkamp/van Lück/Seidel den 61. Rang von 162 Teams.

## Laufsportfreunde Unna

Erfolgreich kehrten die Aktiven der Laufsportfreunde Unna von der Hammer Serie zurück. Im zweiten Laufabschnitt waren die weibliche Jugend bis Frauen und Herren ab AK 50 am Start. Diese Siegerzeiten zeigen, was für eine läuferische Klasse in

Hamm am Start war. Gut schlugen sich auch die Aktiven der Laufsportfreunde Unna, in diesem starken Teilnehmerfeld. Schnellster LSF'er war Willi Riechert in 42:37 Min. Mit der Zeit gewann er die AK 65. Im folgte, Gérard van den Elzen in persönlicher Bestzeit von 42:39 Min. (13. M 55), Daniel Kusche 42:41 Min. (persönliche Bestzeit, 41. M 35), Dennis Brackelmann 45:05 Min. (persönliche Bestzeit 37. AK 35), Hartmut Hempel 46:02 Min. (3. M65), Emanuel Dombrowe 46:11 Min. (112. M45), Katja Brackelmann 51:01 Min. (persönliche Bestzeit, 30. W 20), Michael Afthippe 52:33 Min., 115. M 50, Manfred Garn 55:50 Min. 42. M 60.

## Lauffreunde Bönen:

Mit dabei waren 40 Bönener, von denen 35 über zehn Kilometer antraten. Schnellster Bönener war diesmal Ingo Hanke mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 37:06 Min. Hanke liegt damit auf Platz neun der Serienzwischenwertung in seiner Altersklasse M35. Silke Kluge war mit 45:09 Min. die schnellste Bönenerin. Das reichte für Platz sechs in der Serienwertung. Silke Kluge: „Da ist noch ein bisschen mehr drin, denn ich bin am Samstag erst aus dem Skiurlaub zurückgekommen und konnte noch nicht alles geben.“ Mit 47:15 Min. und Platz zwei in der M70 liegt Ulf-Kasischke in der Zwischenwertung ganz weit vorne, ebenso Gisela Homeyer mit 56:28 Min. und Platz fünf in W60.

Bastian Sommer erreichte mit 47:23 Min. Platz sieben

bei der männlichen Jugend U20. Sandra Firus kann mit 48:47 Min. und Platz 12 in W45 noch auf eine einstellige Serienplatzierung hoffen. Michele Wirth startet nicht in der Serie, erreichte aber mit 54:11 Min. in der Tageswertung Platz 5 bei der weiblichen Jugend U 18.

Felix Karwoth (M 30), erst seit wenigen Wochen Mitglied der Lauffreunde, lieferte mit 41:55 Min. einen guten Einstand ab. Neue persönliche Bestzeiten erreichten Ralf Bartmann (42:50 Min.), Bernd Schlockermann (49:42 Min.), Susanne Ganswind (53:07 Min.) und Michael Ganswind (53:30 Min.).

Alle übrigen Teilnehmer: Martin Munk 40:16 Min., Frank Gutschow 41:03 Min., Thorsten Bückler 41:51 Min., Marcus Münstermann 42:09 Min., Lars Grunberg 42:50 Min., Michael Klein 43:25 Min., Jochen von Glahn 44:35 Min., Carsten Kluge 44:40 Min., Dieter Brodowski 44:53 Min., Martin Schulte 45:18 Min., Stefan Deimann 45:49 Min., Susanne Brinkmann 46:28 Min., Michael Scheller 47:11 Min., Ulrich Wrobel 47:15 Min., Markus Meier 47:19 Min., Jörg Kappel 47:47 Min., Thomas Klink 48:00 Min., Sandra Firus 48:47 Min., Walter Teumert 49:05 Min., Meinolf Nather 51:28 Min., Hartmut Stoepel 52:45 Min., Jutta Gutschow 52:58 Min., Jürgen Korvin 53:07 Min., Thomas Kaftan 53:09 Min., Lukas Fudalej 53:38 Min., Sabine Schulte 53:51 Min., Berthold Sommer 55:50 Min., Claudia Grunberg 57:17 Min. und Lothar Walter 57:57 Min.

# Serke „unheimlich glücklich“ WAZ 07.01.12

**Ecco Indoor-Trail** Florian Reichert gewinnt unangefochten vor Knut Höhler - 1200 Aktive in der Westfalenhalle

Völlig ausgelagert erreicht Sven Serke am zurückliegenden Sonntag das Ziel der dritten Etappe des „Ecco Indoor-Trail“ in der Westfalenhalle in Dortmund. Nach zehn Runden über Stock und Stein kam der Kamener mit einer Zeit von 50:24,1 Minuten als Dritter ins Ziel und sicherte sich somit neben dem Platz auf dem Podest in der Tageswertung auch den dritten Rang im Gesamtklassement.

Stärker als Serke waren lediglich der zweimalige Tough-Guy-Gewinner und Lokalmatador Knut Höhler und der Sieger aus Göttingen, Florian Reichert. Reichert fuhr unangefochten alle drei Tagessiege ein und konnte am Ende des Rennens einen Vorsprung von über fünf Minuten auf Höhler vorweisen.

Die anspruchsvolle Strecke verlangte den 1200 Teilnehmern an allen drei Wettkampftagen alles ab. Immer wieder galt es, steinige Hügel zu erklimmen, Baumstämme zu überspringen und sich durch das Schneefeld im Außenbereich der Strecke zu kämpfen. „Im Ziel war ich komplett leer, nichts ging mehr“, beschrieb Serke, der Vorzeigeläufer der Lauffreunde Bönen, die Anstrengungen des Wochenendes.

**»Die Strecke zeigte sich wesentlich härter, als ich es mir vorgestellt habe«**

Los ging es für die Athleten am Freitag um 14 Uhr, als erste Etappe stand der Sprint über eine Runde (1,2 Kilometer) auf dem Programm. Wie bei

einem Zeitfahren beim Radrennen wurden die Läufer im 15-Sekunden-Takt nacheinander auf die Strecke gelassen. „Vor dem Start war ich sehr gespannt, was mich erwarten würde. Die Strecke zeigte sich aber wesentlich härter, als ich es mir vorgestellt habe“, so Serke. So wie Serke erging es auch den zahlreichen Hobbyläufern, besonders während der Treppenpassagen sahen die Zuschauer den Athleten die Strapazen des Laufes deutlich an. „Mein Lieblingshindernis war die Steilwand im Innenbereich, einige hatten hier Probleme, aber ich habe einen ganz guten Rhythmus gefunden und kam immer recht zügig hoch“, bemerkte Serke mit einem Augenzwinkern.

**»Die letzte Runde habe ich im Zeichen des sicheren Sieges wirklich genossen«**

Den Sieger Florian Reichert schien dies alles kalt zu lassen. In einer faszinierenden Lockerheit spulte er Runde für Runde auf dem Hindernisparcours ab. „Die letzte Runde habe ich im Zeichen des Sieges wirklich genossen“, freute sich Reichert nach dem Zieleinlauf am Sonntag.

An den ersten beiden Wettkampftagen trugen die zehn Zeitschnellsten nach dem eigentlichen Rennen ein Finale aus, am Freitag über eine, am Samstag dann über fünf Runden. Die Topathleten waren also doppelt gefordert. Bei den Finalläufen gingen alle zehn Teilnehmer gleichzeitig auf die Strecke. Wurde beim



Durch Matsch und Morast: Sven Serke (rechts) von den Laufsportfreunden Bönen im Wettstreit mit Knut Höhler und dem späteren Sieger Florian Reichert (links).  
Foto: Knut Vahlensieck

Sprint am Freitag noch mit Ellenbogen und Körpereinsatz um jeden Meter gekämpft, so konnten sich die Zuschauer beim Finale über fünf Runden über ein taktisch geprägtes Rennen freuen. Sven Serke war es schließlich, der sich in einem packenden Duell in der letzten Runde gegen Knut Höhler durchsetzen konnte und den zweiten Platz in der Tageswertung erreichte. Im Gesamtklassement war der dritte Rang jedoch das Maximum. „Ich bin unheimlich glücklich über meine Platzierung. Im Vorfeld hätte ich nie damit gerechnet“, bilanzierte Serke seinen Erfolg.

Neben den Männern waren auch zahlreiche Damen am Start. Natascha Schmitt aus Frankfurt sicherte sich mit einer Gesamtzeit von 1:34:28

Stunden den Gesamtsieg. Günther Pantel absolvierte neben Serke als zweiter Kamener alle drei Etappen (2:33 Stunden). Aus Unna startete unter anderem Uli Jauer vom Lauf-Team Unna. Er ging nur über zehn Runden am Sonntag (1:06 Std.) an den Start.

„Es war ein tolles Event, es

hat unheimlich Spaß gemacht, hier zu laufen. Wenn es passt, bin ich im nächsten Jahr auf jeden Fall wieder am Start“, lobte Serke abschließend die Veranstalter. JN

Weitere Ergebnislisten zum Indoor-Trail auch unter: [www.indoortrail.de](http://www.indoortrail.de)



Außergewöhnliche Laufstrecke: Rund 1200 Aktive waren bei der Premiere in der Westfalenhalle am Start. Foto: Knut Vahlensieck

## FAKTEN

### „2013 machen wir weiter“

Heinrich Albrecht, der Veranstalter von der Agentur Plan B, war sichtlich zufrieden. „Wir machen 2013 auf jeden Fall weiter. Der Termin wird sich nicht großartig verändern. Die Zusammenarbeit mit der Westfalenhalle war perfekt und der Zuspruch aus der Laufszene spricht ja für sich“, erklärte Albrecht, der für den 5-Runden-Lauf am Samstag „ausverkauft“ melden konnte.

Natürlich wird es im kommenden Jahr noch einige Verände-

rungen geben. Was zunächst den Zeitplan betrifft. Besonders der Freitag wird davon betroffen sein. „Wir werden später beginnen. Das ist sicher“, sagte Albrecht.

An der Strecke dürfte es kaum etwas zu verbessern geben. „Ich bin begeistert. Die Strecke hat drei Tage gehalten und wurde von Tag zu Tag immer schneller, weil der Untergrund immer härter wurde“, sagte Streckenchef Stephan Repke im Rückblick.

Montag, 6. Februar 2012

---

## Serke landet beim Indoor Trail auf dem Podest

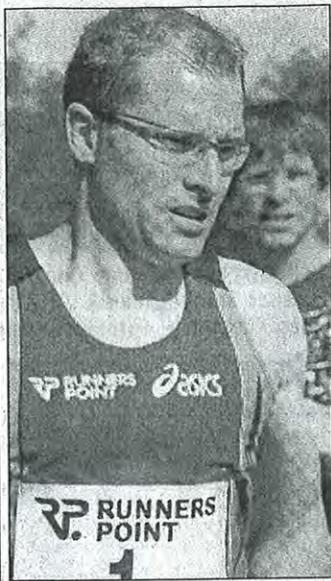
Leichtathletik Erstaufgabe

Beim erstmals ausgetragenen „Ecoo Indoor Trail“ in der Dortmunder Westfalenhalle erreichte Sven Serke den dritten Platz im Gesamtklassement. Bei der über drei Tage andauernden Veranstaltung stand am Freitag der Sprint auf dem Programm. Die Läuferinnen und Läufer mussten hier den 1,2 Kilometer langen Rundkurs, mit Hindernissen versehen, einmal absolvieren. Hier konnte Serke den dritten Platz in der Tageswertung erreichen. Am Samstag galt es, den Hindernisparcours fünf Mal zu absolvieren. Nach einem packenden Rennen wurde der Vorzeigeläufer der Lauffreunde Bönen Zweiter. Beim abschließenden Zwölf-Kilometer-Rennen am Sonntag sicherte sich Serke mit letzter Kraft Rang drei im Gesamtranking. „Es war ein unheimlich hartes Wochenende, aber es hat viel Spaß gemacht“, so Serke. (Ausführlicher Bericht folgt).

YN

# Serke Dritter im Geröll

LAUFSport Lauffreunde beim „Indoor Trail“ in der Westfalenhalle



Dritter in der Westfalenhalle: Sven Serke. ■ Foto: Liesegang

**BÖNEN** ■ Drei, zwei, drei: Das sind die Platzierungen, die Sven Serke von den Lauffreunden Bönen am Wochenende beim erstmals ausgetragenen „Indoor Trail“ in der Dortmunder Westfalenhalle erreichte.

Bei der Drei-Tages-Veranstaltung stand am Freitag zunächst der Sprint auf dem Programm. Die Läuferinnen und Läufer mussten einen 1,2 Kilometer langen Rundkurs mit Hindernissen – Geröll- und Schneefelder, Wurzeln, Steilkurven, Schlammgruben – absolvieren. Hier erreichte

Serke mit 4:23 Minuten den dritten Platz in der Tageswertung.

Am Samstag galt es, den Hindernisparcours fünf Mal zu durchlaufen. 23:36 Min. bedeuteten hier für Serke Platz 2. Am Sonntag lief Serke beim abschließenden Rennen über zwölf Kilometer in 50:24 Min. wieder auf Platz 3. Er sicherte sich damit in der Gesamtwertung einen guten dritten Platz. „Es war ein ausgesprochen hartes Wochenende, aber es hat sehr viel Spaß gemacht“, sagte Serke, der offensichtlich wieder ver-

letzungsfrei und in guter Form ist.

Ebenfalls am Start waren am Sonntag Michael Klein und Jörg Kappel von den Lauffreunden. Klein beendete das 12 km-Rennen nach 1:14:20 Std. (Platz 83 Master Man, Platz 221 Gesamt) und Kappel nach 1:16:01 Std. (Platz 95 Master Man, Platz 254 Gesamt). Michael Klein: „Der Parcours war sehr abwechslungsreich und toll angelegt. Aber bei der Vielzahl der Teilnehmer war es auch sehr eng. Und es war sehr anstrengend.“ ■ WA

Sellweger Anzeiger

## Sven Serke beim Indoor-Trail vorn

LEICHTATHLETIK Bönener holt in Dortmund den dritten Gesamtrang

**BÖNEN** ■ Drei - zwei - drei: Das sind die Platzierungen, die Sven Serke, Lauffreunde Bönen, am vergangenen Wochenende beim erstmals ausgetragenen Indoor Trail in der Dortmunder Westfalenhalle erreichte.

Bei der drei Tage andauernden Veranstaltung stand am vergangenen Freitag der Sprint auf dem Programm. Die Läuferinnen und Läufer mussten einen 1,2 Kilometer langen Rundkurs mit Hindernissen – Geröll- und Schneefelder, Wurzeln, Steilkurven, Schlammgruben – absolvieren. Hier konnte Serke mit 4:23 Min. den dritten Platz in der Tageswertung erreichen.

Am Samstag galt es, den Hindernisparcours fünf Mal zu durchlaufen. 23:36 Min. bedeuteten hier für Serke Platz zwei. Am Sonntag, beim abschließenden Zwölf-Kilometer-Rennen, lief Serke in 50:24 Min. wieder auf Platz drei. Er sicherte sich damit in der Gesamtwertung einen guten dritten Platz. Serke, offensichtlich



Sven Serke

wieder verletzungsfrei und in guter Form, kommentierte die Veranstaltung: „Es war ein ausgesprochen hartes Wochenende, aber es hat sehr viel Spaß gemacht.“

Ebenfalls am Start waren am Sonntag Michael Klein und Jörg Kappel von den Lauffreunden. Klein beendete das 12-Kilometer-Rennen nach 1:14:20 Std. (Platz 83 Master Man, Platz 221 Gesamt) und Kappel nach 1:16:01 Std. (Platz 95 Master Mann, Platz 254 Gesamt). Michael Klein: „Der Parcours war sehr abwechslungsreich und toll angelegt. Aber bei der Vielzahl der Teilnehmer war es auch sehr eng. Und es war anstrengend.“

<http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-unna/schnellster-boenener-war-ingo-hanke-id6350751.html>

LEICHTATHLETIK

## Schnellster Bönener war Ingo Hanke

14.02.2012 | 15:23 Uhr



Gruppenbild im Hammer Jahnstadion: Die dick eingepackten Lauffreunde Bönen.

Foto:

**Drei Grad unter null wurden beim 15 km-Lauf in Hamm am vergangenen Sonntag gemessen. Lange Hosen, Thermojacken, Handschuhe und Mützen gehörten zur Standardausrüstung nicht nur der Lauffreunde Bönen.**

Drei Grad unter null wurden beim 15 km-Lauf in Hamm am vergangenen Sonntag gemessen. Das ist nicht ungewöhnlich im Februar. Schließlich war es auch der zweite Lauf der Hammer Winterlaufserie. Dementsprechend waren viele Athleten dick eingepackt, um sich gegen die Kälte zu schützen. Lange Hosen, Thermojacken, Handschuhe und Mützen gehörten zur Standardausrüstung nicht nur der Lauffreunde Bönen.

Diese zeigten sich rundweg zufrieden mit ihren Leistungen. Schnellster Bönener war Ingo Hanke, der mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 56:54 Min. auf Platz 9 seiner Altersklasse M 35 lief. Bei den Bönener Frauen lag Katrin Walter mit 1:09:56 Std. vorne. Sie erreichte den Altersklassenplatz 7 in W 30.

Neben Hanke lieferten eine Reihe anderer Bönener neue Bestzeiten bei Lauffreunde-Statistiker Jürgen Korvin ab: Michael Klein (M 45) 1:05:52 Std., Martin Schulte (M 45) 1:09:56 Std., Stefan Deimann (M 40) 1:10:43 Std., Markus Meier (M 40) 1:13:27 Std., Bernd Schlockermann (M 40) 1:14:47 Std., Sabine Schulte (W 40) 1:21:52 Std., Jutta Gutschow (W 45) 1:21:53 Std. und Claudia Grunenberg (W 40) 1:23:40 Std.

Für Ralf Bartmann (M 45, 1:06:27 Std.), Jörg Kappel (M 40, 1:14:19 Std.) und Lukas Fudalej (M 35, 1:26:48 Std.) war es der erste 15-km-Lauf im Lauffreunde-Trikot.

Einstellige Altersklassenplatzierungen erreichten neben Hanke und Walter auch Silke Kluge (W 40) mit 1:09:54 Std. und Platz 5, Susanne Brinkmann (W 40) mit 1:10:35 Std. und Platz 7, Ulf Kasischke (M 70) mit 1:12:54 Std. und Platz 4, Bastian Sommer (Jugend U 20) mit 1:15:59 Std. und Platz 4 und Gisela Homeyer (W 60) mit 1:28:32 Std. und Platz 5.

Hier die übrigen Zeiten: Martin Munk (M 40) 1:02:40 Std., Frank Gutschow (M 45) 1:03:25 Std., Tobias Mohnkern (M 35) 1:03:31 Std., Thorsten Bücken (M 40) 1:05:15 Std., Lars Grunenberg (M 40) 1:05:21 Std., Carsten Kluge (M 45) 1:07:35 Std., Jochen von Glahn (M 50) 1:10:31 Std., Dieter Brodowski (M 45) 1:10:35 Std., Ulrich Wrobel (M 50) 1:13:16 Std., Michael Schelter (M 40) 1:13:17 Std., Sandra Firus (W 45) 1:14:51 Std., Thomas Klink (M 45) 1:15:00 Std., Walter Teumert (M 60) 1:18:04 Std., Hartmut Stoepel (M 60) 1:18:45 Std., Thomas Kaftan (M 40) 1:21:47 Std., Jürgen Korvin (M 60) 1:21:51 Std., Berthold Sommer (M 45) 1:23:27 Std., Susanne Ganswind (W 50) 1:23:56 Std., Michael Ganswind (M 40) 1:25:43 Std., Lothar Walter (M 60) 1:42:12 Std.

Die Lauffreunde Bönen stellten zwar keinen Sieger, aber einen Gewinner. Der erste Preis der unter den Serienteilnehmern ausgelobten Verlosung, ein Fahrrad, ging an den Bönener Lars Grunenberg .

In der Serienzwisebewertung, also der Addition der Zeiten des 10 km- und des 15 km-Laufes, liegen einige Bönener auf vorderen Plätzen: Ingo Hanke Platz 8 in M 35, Silke Kluge Platz 5 in W 40, Susanne Brinkmann Platz 7 in W 40, Ulf Kasischke Platz 2 in M 70, Bastian Sommer Platz 5 in U 20, Gisela Homeyer Platz 5 in W 60. Auch Sandra Firus, zurzeit auf Platz 11 in W 45 liegend, kann noch einen einstelligen Platz erreichen. In der Serienwertung nicht erscheinen wird Katrin Walter, weil sie beim 10 km -Lauf vor 14 Tagen erkältungsbedingt nicht am Start war. Abgeschlossen wird die Winterlaufserie mit dem Halbmarathon (21,1 km) am 26. Februar.

Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde, berichtet über ein besonderes Phänomen bei diesem Lauf: „Die Luft und die Wege im Hammer Kurpark waren so trocken, dass die 983 Paar Laufschuhe regelrecht eine Staubwolke aufwirbelten. Das habe ich so im Winter noch nicht erlebt.“

EB

# Walter und Hanke sorgen für die besten Zeiten

Leichtathletik LF Bönen

Drei Grad unter null wurden beim 15 km-Lauf in Hamm am vergangenen Sonntag gemessen. Das ist nicht ungewöhnlich im Februar. Schließlich war es auch der zweite Lauf der Hammer Winterlaufserie. Dementsprechend waren viele Athleten dick eingepackt, um sich gegen die Kälte zu schützen. Lange Hosen, Thermojacken, Handschuhe und Mützen gehörten zur Standardausrüstung nicht nur der Lauffreunde Bönen.

Diese zeigten sich rundweg zufrieden mit ihren Leistungen. Schnellster Bönener war Ingo Hanke, der mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 56:54 Min. auf Platz 9 seiner Altersklasse M 35 lief. Bei den Bönener Frauen lag Katrin Walter mit 1:09:56 Std. vorne. Sie erreichte den Altersklassenplatz 7 in W 30.

Neben Hanke lieferten eine Reihe anderer Bönener neue Bestzeiten bei Lauffreunde-Statistiker Jürgen Korvin ab: Michael Klein (M 45) 1:05:52 Std., Martin Schulte (M 45) 1:09:56 Std., Stefan Deimann (M 40) 1:10:43 Std., Markus Meier (M 40) 1:13:27 Std., Bernd Schlockermann (M 40) 1:14:47 Std., Sabine Schulte (W 40) 1:21:52 Std., Jutta Gutschow (W 45) 1:21:53 Std. und Claudia Grunenberg (W 40) 1:23:40 Std.

WAZ 17.02.12

# Hanke/Walter die Schnellsten

## LAUFSPORT Viele Bestzeiten für Bönens Lauffreunde bei 15-km-Lauf in Hamm

**BÖNEN** ■ Lange Hosen, Thermojacken, Handschuhe und Mützen gehörten am Samstag zur Standard-Ausrüstung der Lauffreunde Bönens. Bei Minusgraden ging es für sie im zweiten Lauf der Hammer Serie über die 15 Kilometer-Strecke. Schnellster Bönener war Ingo Hanke, schnellste Bönenerin Katrin Walter.

Hanke lief in neuer persönlicher Bestzeit von 56:54 Min. auf Platz 9 seiner Altersklasse M35. Bei Bönens Frauen lag Katrin Walter mit 1:09:56 Std. vorn. Sie erreichte damit den siebten Platz in der W30.

Neben Hanke lieferte eine Reihe weiterer Lauffreunde neue Bestzeiten ab – und zwar Michael Klein (M45) 1:05:52 Std., Martin Schulte (M45) 1:09:56 Std., Stefan Deimann (M40) 1:10:43 Std., Markus Meier (M40) 1:13:27 Std., Bernd Schlockermann (M40) 1:14:47 Std., Sabine

Schulte (W40) 1:21:52 Std., Jutta Gutschow (W45) 1:21:53 Std. und Claudia Grunenberg (W40) 1:23:40 Std.

Für Ralf Bartmann (M45/1:06:27 Std.), Jörg Kappel (M40/1:14:19 Std.) und Lukas Fudalej (M35/1:26:48 Std.) war es der erste 15-km-Lauf im Lauffreunde-Trikot.

Einstellige Altersklassenplatzierungen erreichten neben Hanke und Walter auch Silke Kluge (W40) mit 1:09:54 Std. und Platz 5, Susanne Brinkmann (W40) mit 1:10:35 Std. und Platz 7, Ulf Kasischke (M70) mit 1:12:54 Std. und Platz 4, Bastian Sommer (Jugend U20) mit 1:15:59 Std. und Platz 4 sowie Gisela Homeyer (W60) mit 1:28:32 Std. und Platz 5. Die Lauffreunde Bönens stellten zwar keinen Sieger, aber einen Gewinner: Der erste Preis der unter den Serienteilnehmern ausgelobten Verlosung, ein

Fahrrad, ging an Lars Grunenberg.

In der Serienzweischenwertung, also der Addition der Zeiten des 10 km- und des 15 km-Laufes, liegen einige Bönener auf vorderen Plätzen: Ingo Hanke auf Platz 8 in der M35, Silke Kluge auf Platz 5 in W40, Susanne Brinkmann auf Platz 7 in W40, Ulf Kasischke auf Platz 2 in M70, Bastian Sommer auf Platz 5 in U20 und Gisela Homeyer auf Platz 5 in W60. Auch Sandra Firus, zurzeit auf Platz 11 in der Altersklasse W45 liegend, kann noch einen einstelligen Platz erreichen. In der Serienwertung nicht erscheinen wird Katrin Walter, weil sie beim 10 km-Lauf erkältungsbedingt nicht am Start gewesen war.

Die knapp 1000 Athletinnen und Athleten hatten es in der trockenen Kälte nicht leicht. „Die Luft und die

Wege im Hammer Kurpark waren so trocken, dass die 983 Paar Laufschuhe regelrecht eine Staubwolke aufwirbelten. Das habe ich so im Winter noch nicht erlebt“, sagte Bönens Lauf- und Presswart Jürgen Korvin.

Abgeschlossen wird die Hammer Winterlaufserie mit dem Halbmarathon (21,1 km) am letzten Sonntag im Februar (26.). ■ **WA**

Hier die übrigen Zeiten der Lauffreunde: Martin Munk (M40) 1:02:40 Std., Frank Gutschow (M45) 1:03:25, Tobias Mohnkern (M35) 1:03:31, Thorsten Bückler (M40) 1:05:15, Lars Grunenberg (M40) 1:05:21, Carsten Kluge (M45) 1:07:35 Std., Jochen von Glahn (M50) 1:10:31, Dieter Brodowski (M45) 1:10:35, Ulrich Wrobel (M50) 1:13:16, Michael Schelter (M40) 1:13:17, Sandra Firus (W45) 1:14:51, Thomas Klink (M45) 1:15:00, Walter Teumert (M60) 1:18:04, Hartmut Stoppel (M60) 1:18:45, Thomas Kaftan (M40) 1:21:47, Jürgen Korvin (M60) 1:21:51, Berthold Sommer (M45) 1:23:27, Susanne Ganswind (W50) 1:23:56, Michael Ganswind (M40) 1:25:43, Lothar Walter (M60) 1:42:12



Warm angezogen und schnell: Die Lauffreunde Bönens vor dem Start des Hammer 15-km-Laufes. ■ Foto: pr

# 983 Finisher trotzten in Hamm der Kälte

**LEICHTATHLETIK** Pascal Hille aus Münster gewinnt zweiten Serienlauf Dirk Mahltig (RW Unna) schnellster heimischer Starter über 15 Kilometer

**KREIS UNNA** ■ Pascal Hille aus Münster hat am Wochenende den zweiten Lauf der Hammer Serie über 15 Kilometer in 49:14 Minuten gewonnen. Bester heimischer Starter war Dirk Mahltig von RW Unna, der 56:30 Minuten benötigte.

Fast 1000 Läufer waren bei der zweiten Runde in Hamm an den Start gegangen; 983 Athleten liefen am Ende durch das Ziel. Bei Temperaturen unter null Grad waren viele Athleten dick eingepackt, um sich gegen die Kälte zu schützen.

Die Hammer-Serie endet am 26. Februar mit dem Halbmarathon über 21,1 Kilometer. Beim diesem Lauf werden auch die Kreismeister des Leichtathletikkreises Unna-Hamm ermittelt.

## Lauffreunde Bönen:

Schnellster Bönener war Ingo Hanke, der mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 56:54 Min. auf Platz 9 seiner Altersklasse M 35 lief. Bei den Bönener Frauen lag Katrin Walter mit 1:09:56 Std. vorne. Sie erreichte den Altersklassenplatz sieben in W30. Neben Hanke lieferten eine Reihe anderer Bönener neue Bestzeiten: Michael Klein (M 45) 1:05:52 Std., Martin Schulte (M 45) 1:09:56 Std., Stefan Deimann (M 40) 1:10:43 Std., Markus Meier (M 40) 1:13:27 Std., Bernd Schlockermann (M 40) 1:14:47 Std., Sabine Schulte (W 40) 1:21:52 Std., Jutta Gutschow (W 45) 1:21:53 Std. und Claudia Grunenberg (W 40) 1:23:40 Std. Für Ralf Bartmann (M 45, 1:06:27 Std.), Jörg Kappel (M 40, 1:14:19 Std.) und Lukas Fudalej (M 35, 1:26:48 Std.) war es der erste 15-km-Lauf im Lauffreunde-Trikot.

Einstellige Altersklassenplatzierungen erreichten neben Hanke und Walter auch Silke Kluge (W 40) mit 1:09:54 Std. und Platz 5, Susanne Brinkmann (W 40) mit 1:10:35 Std. und Platz 7, Ulf Kasischke (M 70) mit 1:12:54 Std. und Platz 4, Bastian Sommer (Jugend U 20) mit 1:15:59 Std. und



Die Lauffreunde Unna starteten unter anderem mit (v.l.) Emanuel Dombrowe, Martin Brackelmann, Katja Brackelmann, Dennis Brackelmann, Hartmut Hempel, Willi Riechert, Gérard van den Elzen, Manfred Garn und Daniel Kusche. Es fehlt Michael Afhüppe. ■ Foto: HA

Platz 4 und Gisela Homeyer (W 60) mit 1:28:32 Std. und Platz 5.

**Weitere Zeiten:** Martin Munk (M 40) 1:02:40 Std., Frank Gutschow (M 45) 1:02:25 Std., Tobias Mohnkem (M 35) 1:03:31 Std., Thorsten Bücker (M 40) 1:05:15 Std., Lars Grunenberg (M 40) 1:05:21 Std., Carsten Kluge (M 45) 1:07:35 Std., Jochen von Glahn (M 50) 1:10:31 Std., Dieter Brodowski (M 45) 1:10:35 Std., Ulrich Wrobel (M 50) 1:13:16 Std., Michael Schelter (M 40) 1:13:17 Std., Sandra Firus (W 45) 1:14:51 Std., Thomas Klink (M 45) 1:15:00 Std., Walter Teumert (M 60) 1:18:04 Std., Hartmut Stoepel (M 60) 1:18:45 Std., Thomas Kaffan (M 40) 1:21:47 Std., Jürgen Korvin (M 60) 1:21:51 Std., Berthold Sommer (M 45) 1:23:27 Std., Susanne Ganswind (W 50) 1:23:56 Std., Michael Ganswind (M 40) 1:25:43 Std., Lothar Walter (M 60) 1:42:12 Std.

## Lauf Team Unna:

Aus Sicht des Lauf Teams, das mit 16 Läufern am Start war, sind weiterhin erfreuliche Tendenzen zu berichten. So haben die drei Frauen Angelika Friedemann (Platz 2 in der Serienwertung der AK W60), Conny Mashiter (Platz 5 in der Serienwertung der AK W50) sowie Marit Bergmann (Platz 4 in der Serienwertung AK W20) durchaus alle Chancen gewahrt, am Ende auf dem Siebertreppchen zu stehen. Marit Bergmann belegte als tagesschnellste Läuferin vom Lauf Team und 10. Frau unter 235 Starterinnen insgesamt in 1:02:29 Std. Platz fünf ihrer Altersklasse. Als schnellster Mann für das Lauf Team gelangte der Vereinsneuling Michael Theil (35. Platz unter der 188 Personen starken Altersklasse M45) in 1:01:08 Std. ins Ziel. Ebenfalls aus Unna

mit angereist, aber für das Team „4 Lucky Dogs“ am Start, waren Markus Besler (1:18:49 / 156. Platz M45) und Dirk Knabe (1:18:50 / 83. Platz M50).

**Weitere Zeiten:** Arlindo Coimbra (1:06:52 / 43. Platz M40), Vitor da Silva (1:06:52 / 80. Platz M45), Uwe Rüping (1:09:26 / 97. Platz M45), Hans-J. Behrends (1:09:55 / 22. Platz M45), Christian Hahnen (01:10:20 / 108. Platz M45), Conny Mashiter (1:11:57 / 5. Platz W50), Karin Kursawe (1:17:02 / 10. Platz W50), Angelika Friedemann (1:18:28 / 2. Platz W50), Franz-J. Wiemann (1:18:51 / 9. Platz M65), Georg Frese (1:22:10 / 92. Platz M50), Conny Neumann (1:22:19 / 16. Platz W50), Andreas Böse (1:27:42 / 105. Platz M50), Uwe Friedemann (1:28:51 / 20. Platz M65) sowie Angelika Nowak (1:29:10 / 16. Platz W30).

## Lauffreunde Unna:

Gut hielten die Langstreckler der Lauffreunde im starken Teilnehmerfeld mit. Schnellster Läufer der LSF Unna war an diesem Tag, Daniel Kusche in einer Zeit von 1:04:36 Std. (28. M 35 persönliche Bestzeit). Coach Volker Viebahn war sehr zufrieden mit seinen Athleten, denn kurz hinter Daniel Kusche, kam schon Gérard van den Elzen mit 1:04:48 Std. ins Ziel (persönliche Bestzeit 8. M55).

**Weitere Zeiten:** Willi Riechert 1:05:53

## Gewinner

Die Lauffreunde Bönen stellten zwar keinen Sieger, aber einen Gewinner: Der erste Preis der unter den Serienteilnehmern ausgelobten Verlosung, ein Fahrrad, ging an den Bönener **Lars Grunenberg**.

Std. (2. M65); Dennis Brackelmann 1:08:05 Std. (27. M 30 persönliche Bestzeit); Hartmut Hempel 1:11:20 Std. (5. M 65); Emanuel Dombrowe 1:11:38 Std. (119. M 45); Martin Brackelmann 1:12:49 Std. (34. M 55); Michael Afhüppe 1:19:20 Std. (84. M 50); Katja Brackelmann 1:19:38 Std. (24. W 20 persönliche Bestzeit); und Manfred Garn, in 1:28:25 Std. (28. M 60).

## TVG Kaiserau:

Vier Läufer des TVG Kaiserau standen am vergangenen Wochenende am Start in Hamm. Das beste Resultat erzielte als 141. in der Gesamtwertung von 983 Startern Kai Haverkamp mit 1:01:11 Std. (22. M40). Das Ziel erreichten anschließend Sören van Lück in 1:05:56 Std. (37. M20), Herbert Lusts in 1:21:41 Std. (89. M50) und Lothar Walter in 1:29:48 Std. (68. M55). Im Vergleich zum Vorjahr verbesserte Herbert Lusts seine Zeit um 1:18 Minute. Es befinden sich noch vier Teilnehmer in der Serienwertung. Hier ist Kai Haverkamp als Bester mit 1:40:49 Std. zur Zeit 116. der Gesamtwertung. In der 15-km-Mannschaftswertung belegte das Team Haverkamp/van Lück/Lusts mit 3:28:48 Std. den 69. Rang von 116 Teams.

## TG Holzwickede:

Stefan Wozny war in Hamm der Schnellste des Lauffreuds der Turngemeinde Holzwickede. Nach 58,27 Minuten überquerte er im Stadion die Ziellinie als 74. des Gesamteinlaufs. In seiner Altersklasse M30 bedeutet dies Rang 14.

# Gegenwind für Bönens Läufer

## LAUFSPORT Keine persönlichen Bestzeiten beim Ruhrtal-Lauf in Fröndenberg

**BÖNEN** • Mit 23 Aktiven waren die Bönener Lauf-Vereine beim Fröndenberger Ruhrtal-Lauf vertreten – 19 von den Lauffreunden und vier von der TuS Bönen. Der schnellste unter ihnen war Marcus Voß, der das Wagnis eines Doppelstarts über fünf und zehn Kilometer eingegangen war.

Voß erreichte das Ziel des 10-km-Laufs nach 37:20 Minuten als Gesamt-Dritter und Sieger der Altersklasse M40. Den davor ausgetragenen 5-km-Lauf war er wegen der Doppelbelastung recht verhalten angegangen. Er beendete ihn – auf Platz 16 liegend – nach 18:31 Min. Auch hier gewann er seine Altersklasse. Weitere 16 Namen der Lauffreunde tauchen in der Ergeb-

nisliste des 5-km-Laufes auf. Dabei gewann Carlotta Voß mit 32:37 Min. ihre Altersklasse W12. Ralf Bartmann lief in 20:38 Min. auf Platz 2 in der M45 und Manuela Maletz in 24:46 Min. auf Platz 2 in der W45.

Die übrigen Zeiten der Lauffreunde: Michael Schelter 22:42 Min., Thomas Thiel 22:55, Bastian Sommer 23:24,7 Steffen Maletz 23:25, Ulrich Wrobel 23:33, Markus Meier 23:45, Meinolf Nather 23:47, Tristan Sommer 24:21, Michael Flory 25:18, Nicole Thiel 25:58, Corinna Stoepel 26:19, Berthold Sommer 26:37, Hartmut Stoepel 28:21

Neue persönliche Bestzeiten gab es für den Vereinsstatistiker Jürgen Korvin nicht zu notieren, auch wenn Ralf Bartmann und Thomas Thiel nah dran gewesen waren. Ulrich Wrobel erklärt, warum:

„Bis zum Wendepunkt bei 2,5 km war die Welt noch in Ordnung. Dann gab es auf dem Rückweg gnadenlosen Gegenwind, mit dem ausnahmslos alle zu kämpfen hatten“, so Wrobel. Er nutzte den Lauf als Tempotraining für den Halbmarathon am Sonntag in Hamm. Am Morgen hatte er noch einen langsamen Trainingslauf über 15 km hinter sich gebracht.

Zoe Zicholl (Jahrgang 2000) startete zum ersten Mal für die Lauffreunde. Beim Schülerlauf über knapp 2 km lief sie in 8:49 Min. auf Platz 3 in ihrer Altersklasse W12. Dieter Kaiser beendete den 10-km-Walking-Wettbewerb nach 1:13:04 Stunden.

Einen Debütanten gab es

auch in den Reihen des TuS-Quartetts: Helge Meirtz bestritt in Fröndenberg seinen ersten offiziellen Lauf über 5 Kilometer. Er benötigte 30:57 Minuten. Ebenfalls am Start waren der Jugendliche Jonas Weitz (22:37 Min.) sowie das Trainergespann Ivonne Pietrucha (31:23 Min.) und Dietmar Völkel (32:10 Min.).

Veranstalter VfL Fröndenberg war nach den schleppenden Meldungen zwar grundsätzlich zufrieden mit der Gesamt-Teilnehmerzahl von 341, nicht aber mit den nur gut 30 Walkern. Gut möglich, dass es im nächsten Jahr keinen separaten Walking-Start mehr geben wird, sondern nur noch einen gemeinsamen mit den Läufern. • WA



Die Aktiven von TuS (l.) und Lauffreunde Bönen hatten in Fröndenberg mit starkem Gegenwind zu kämpfen. • Fotos (2): pr



Pflichttermin Hammer Serie: Die Lauffreunde Bönen waren auch beim abschließenden Halbmarathon mit viele Aktiven vertreten. • Foto: pr

## Bestzeit-Triple für Hanke

**LAUFSPORT** Lauffreunde holen zum Abschluss der Hammer Serie vier Kreis-Titel

**BÖNEN** • Ingo Hanke hat sein eigenes Triple geschafft: Der Athlet der Lauffreunde Bönen stellte auch beim dritten und letzten Start der 38. Hammer Winterlaufserie eine neue persönliche Bestzeit auf. Er benötigte für den Halbmarathon 1:22:20 Stunden. Damit wurde er gleichzeitig Kreismeister in seiner Altersklasse M35.

Hanke war nicht der einzige, der bei diesmal angenehmer Witterung in Hamm eine persönliche Halbmarathon-Bestzeit erreichte: Auch Ralf Bartmann (M45) mit 1:37:30 Std., Martin Schulte (M45) mit 1:40:57 Std. und Sabine Schulte (W40) mit 1:58:10 Std. schoben ihre bisherigen Bestmarken nach unten. Insgesamt erreichten 946 Läuferinnen und Läufer das Ziel, in die Serienwertung kamen 662 von ihnen. „Sportlich gesehen ist die Hammer Laufserie die attraktivste Veranstal-

tung hier in der Region mit in der Regel starker Konkurrenz“, sagte Bönens Laufwart Jürgen Korvin.

Einstellige Altersklassenplatzierungen in der Tageswertung gab es für Silke Kluge (1:42:19 Std./Platz 5 in W40), Ulf Kasischke (1:54:42/Platz 5 in M70), Bastian Sommer (1:51:24/Platz 7 in U20) und Gisela Homeyer (2:15:02/Platz 6 in W60).

Hier die übrigen Zeiten der Lauffreunde: Frank Gutschow 1:30:10 Std., Martin Munk 1:30:57, Lars Grunenberg 1:33:59, Thorsten Bucker 1:34:08, Christian Zicholl 1:36:42, Carsten Kluge 1:36:46, Dieter Brodowski 1:41:21, Stefan Deimann 1:43:19, Michael Schelter 1:46:02, Susanne Brinkmann 1:47:52, Sandra Firus 1:47:47, Ulrich Wrobel 1:48:27, Walter Teumert 1:48:40, Jörg Kappel 1:51:21, Bernd Schlockermann und Thomas Klink 1:53:44, Dieter Freitag 1:56:39, Hartmut Stoepel 1:57:05, Jürgen Korvin 1:58:11, Berthold Sommer 2:01:25, Susanne Ganswind 2:01:32, Michael Ganswind 2:01:42, Claudia Grunenberg und Thomas Kaftan 2:02:16, Lothar Walter 2:24:48 Std. und Katrin Walter 2:34:39

Lothar Walter lief in Hamm seinen ersten Halbmarathon nach zehn Jahren Pause. „Ich wollte nur beweisen, dass ich noch Ausdauer habe“, sagte er. Seine Tochter Katrin begleitete ihn auf der Strecke. Das erste Mal im Trikot der Lauffreunde startete Christian Zicholl. Für Bastian Sommer, Susanne und Michael Ganswind, Claudia Grunenberg und Thomas Kaftan war es der erste Halbmarathon. „Ich bin glücklich und zufrieden, gut ins Ziel gekommen zu sein“, sagte Kaftan.

Ingo Hanke erreichte mit seiner Serien-Gesamtzeit von 2:56:20 Std. Platz 6 in der Altersklasse M35. Im Jahr zuvor hatte er sich noch mit Rang 13 zufrieden geben müssen. Unter die ersten Zehn ihrer jeweiligen Altersklasse liefen Silke Kluge (3:37:22 Std./Platz 5 in W40), Susanne Brinkmann (3:44:58/Platz 9 in W40), Ulf Kasischke (3:45:51/

Platz 3 in M70), Sandra Firus (3:51:35/Platz 10 in W45), Bastian Sommer (3:54:46/Platz 10 in U20) und Gisela Homeyer (4:40:02/Platz 6 in W60). In der Serienwertung werden die Zeiten aller drei Läufe – über 10 km, 15 km und 21,1 km – addiert.

Der Halbmarathon-Lauf in Hamm war gleichzeitig die Kreismeisterschaft des Leichtathletik-Kreises Unna-Hamm über diese Distanz. Vier erste Plätze, drei zweite Plätze und drei dritte Plätze gingen an die Lauffreunde Bönen. Kreismeister wurden Ingo Hanke in M35, Sandra Firus in W45, Walter Teumert in M60 und Bastian Sommer in der männl. U20. Zweite Plätze erreichten Silke Kluge in W40, Ulf Kasischke in M70 und Dieter Freitag in M60. Dritte wurden Frank Gutschow in M45, Martin Munk in M40 und Hartmut Stoepel in M60. • WA

# Erfolgreicher Abschluss

## LAUFSPORT Halbmarathon beendet die 38. Hammer-Winterlaufserie

Von Michael Friehs

**KREIS UNNA** ■ Mit dem Halbmarathon wurde in Hamm der dritte und damit letzte Teil der traditionellen Hammer Winterlaufserie abgeschlossen, an der sich auch die heimischen Vereine erfolgreich beteiligten.

Die Serie setzt sich aus den

**Laufsportfreunde Unna** Gut schlugen sich die Aktiven der Laufsportfreunde Unna-2000. Daniel Kusche war schnellster LSF'ler in neuer persönlicher Bestzeit von 1:35:38 Std. (25. M 35) gefolgt von Dennis Brackelmann bei seinem 1. Halbmarathon in einer persönlichen Bestzeit von 1:37:58 Std. Kurz dahinter kam Willi Riechert in 1:37:58 Std. ins Ziel. Er belegte damit Rang 2 in der AK M 65. In 3:26:28 Std. belegte er auch Rang 2 in der Serienwertung in der AK M 65. Hartmut Hempel lief mit einer Zeit von 1:43:05 Std. auf Rang 3 in der M 65 und verbesserte sich in der Serienwertung auf Rang 4 in 3:40:27 Std. Katja Brackelmann kam bei ihrem 1. Halbmarathon mit 2:01:38 Std. ins Ziel. Krämpfe ließen an dem Tag eine Zeit unter der Zweistundenmarke leider nicht zu.

### Lauf Team Unna

Insgesamt zufriedene Gesichter gab's beim Lauf Team. Insgesamt 12 Starter/innen waren vor Ort, darunter noch 10 für die Serie gemeldete Teilnehmer. Trotz starker Konkurrenz in ihrer neuen AK W20, in der Marit Bergmann erstmalig angetreten war, gelang ihr der Sprung aufs Treppchen: Platz sechs in der Serienwertung ihrer neuen Altersklasse (3:16:18 Std.) und nach gestoppten 1:32:53 Std. (neue persönliche Bestzeit) auf der Laufstrecke. Nicht weniger erfreulich die Leistung von Conny Mashiter (Platz 5 W50 / 3:43:03 Std.) und Platz 4 im Wettkampf in gestoppten 1:44:16. Ebenso die Wertung von Angelika Friedemann (Platz 2 W60 / 4:02:23 Std.) nach gestoppten 1:51:29 (Platz 2) im Lauf.

Bei den Herren tat sich als Tagesschnellster einmal mehr Michael Theil hervor: Platz 28 (3:09:08 Std.) in der mit 136 Startern zahlenmäßig am stärksten vertretenen Altersgruppe M45, und für den HM gestoppt in 1:26:53 (neue persönliche Bestzeit). Als Einzelläufer - also nicht in der Serie gewertet - stach Uli Jauer (9. Platz / M50) hervor, dem mit gestoppten 1:29:00 damit der Titel des

Laufen über 10 km, 15 km und 21,1 km (Halbmarathon) zusammen. Gestartet wird jeweils in einem Abstand von 14 Tagen. Sie wurde in diesem Jahr zum 38. Mal ausgetragen. Die Wertung erfolgt nach der Addition der jeweils gelaufenen Zeit.

946 Läuferinnen und Läufer erreichten das Ziel des Halbmarathons im Jahnsta-

dion. Die Laufbedingungen waren besser als bei den ersten beiden Läufen. Die Temperaturen lagen deutlich im Plusbereich. Nieselregen und Wind hielten sich in Grenzen.

In die Serienwertung kamen 662 Athleten. Der Führende in der Serienwertung, Pascal Hille, LSF Münster, ließ auch zum Abschluss nichts anbrennen und siegte

mit einer Zeit von 1:10:28 Std. (Rang 1 AK M 20). Das war auch gleichzeitig der Seriensieg, aus der Addition aller drei Zeiten in 2:31:50 Stunden. Bei den Damen ging der Sieg wieder an Sandra Lüding, LG Ratio Münster, in 1:21:25 Std. (Rang 1 W 20) Sie wurde auch gleichzeitig in 2:54:06 Std., Siegerin in der Serienwertung.



Kai Haverkamp, Herbert Lusts und Sören van Lück vertraten bei der Laufserie die Farben des TVG Kaiserau. ■ Foto: privat

Kreismeisters auf dieser Distanz zusteht. In der Mannschaftswertung der Serie belegten M. Bergmann, C. Mashiter und K. Kursawe den 9. Platz unter insgesamt 24 Damenmannschaften. Bei den Herren gelangte die mit M. Theil, A. Coimbra und V. da Silva gebildete LTU-Mannschaft auf Platz 40 von insgesamt 99 gewerteten Herrenmannschaften.

### LF Bönens

Ingo Hanke war erfolgreichster Bönener. Er beendete den Halbmarathon nach 1:22:20 Std. und erreichte damit die dritte persönliche Bestzeit im dritten Lauf der Serie. Weitere persönliche Halbmarathon-Bestzeiten erreichten Ralf Bartmann (M45) mit 1:37:30 Std., Martin Schulte (M45) mit 1:40:57 Std. und Sabine Schulte (W 40) mit 1:58:10 Std. Einstellige Altersklassenplatzierungen in der Tageswertung gab es für Silke Kluge mit 1:42:19 Std. und Platz 5 in W 40, Ulf Kasischke mit 1:54:42 Std. und Platz 5 in M 70, Bastian Sommer mit 1:51:24 Std. und Platz 7 bei der männli-



Marit Bergmann konnte in Hamm auch in ihrer neuen Altersklasse überzeugen. ■ Foto: privat

chen Jugend U 20 und Gisela Homeyer mit 2:15:02 Std. 2:15:02 Std.

### SuS Oberaden

Die Aktiven des SuS Oberaden erreichten drei Gesamtsiege und weitere vordere Platzierungen nach den

10km, 15km und Halbmarathonläufen. Souverän wurden Martina Moosburger und Sigrd Döbbe nach jeweils drei Tagessiegen Gesamt-Erste in ihren Altersklassen W50 bzw W60. Auch Oldie Horst Krieg sicherte sich auf gleiche Weise den obersten Podestplatz in der M 80. Darüber hinaus gab es Rang 3 für Irene Rautenberg (W50), Rang 4 für Dorothee Arendsee (W20) und Gabi Fliege (W55), Rang 5 für Hans-Peter Schwarz (M70) und einen 6. Platz für Christa Taube (W55). Am letzten Teil, dem Halbmarathon, beteiligten sich 16 Männer und 14 Frauen des SuS Oberaden. In der gleichzeitig durchgeführten Kreismeisterschaftswertung über diese Distanz konnten die Oberadener erstaunliche acht Titel einheimsen (siehe Spalte links).

### TVG Kaiserau

Zum abschließenden Halbmarathon starteten vier Läufer des TVG. Kai Haverkamp verbesserte sein Vorjahresergebnis um 3:27 Min. auf 1:30:25 Std. (28. M40) und war damit der schnellste TVG'ler als 154. von 946 Läufern. Danach folgten Sören van Lück mit 1:40:35 h (35. M20), Herbert Lusts 2:03:18 h (102. M50) und Lothar Walter 2:17:39 h (53. M55). In der Mannschaftswertung der Herren konnte das Trio Haverkamp/van Lück/Lusts mit 5:14:18 h den 84. Rang von 116 Teams belegen. Die Serie als bester TVG'ler schloss Kai Haverkamp in 3:11:14 Std. (18. M40) und als 102. der Gesamtwertung von 662 Teilnehmern ab.



Die Laufsportfreunde waren in Hamm vertreten mit: v.l.) Daniel Kusche, Coach Volker Viebahn, Emanuel Dombrowe, Willi Riechert, Gérard van den Elzen, Dennis Brackelmann, Katja Brackelmann, Michael Afhüpe, Hartmut Hempel und Manfred Garn. ■ Foto: Privat



Die Teilnehmer der Lauffrunde Bönen beim abschließenden Halbmarathon der Hammer Winterlaufserie.

WA2 29.02.12

Foto: LFB

# Ingo Hanke mit Bestzeiten

Leichtathletik Hammer Winterlaufserie. Auf Platz sechs der Seriengesamtzeit in der Altersklasse M35 verbessert

Beim letzten Lauf der Hammer Winterlaufserie über die Halbmarathondistanz waren auch die Lauffreunde Bönen im Teilnehmerfeld vertreten. 946 Läuferinnen und Läufer erreichten das Ziel des Halbmarathons im Jahnstadion. Die Laufbedingungen waren besser als bei den ersten beiden Läufen. Die Temperaturen lagen deutlich im Plusbereich. Nieselregen und Wind hielten sich in Grenzen.

In die Serienwertung kamen 662 Athleten. Ingo Hanke war am Ende erfolgreichster Bönener. Er beendete den Halbmarathon nach 1:22:20 Stunden und erreichte damit die dritte persönliche Bestzeit im dritten Lauf der Serie.

Weitere persönliche Halbmarathon-Bestzeiten erreichten Ralf Bartmann (M45) mit 1:37:30 Stunden, Martin Schulte (M45) mit 1:40:57 Std. und Sabine Schulte (W 40) mit 1:58:10 Stunden.

Einstellige Altersklassenplatzierungen in der Tageswertung gab es für Silke Kluge mit

1:42:19 Std. und Platz fünf in W 40, Ulf Kasischke mit 1:54:42 Std. und Platz fünf in M 70, Bastian Sommer mit 1:51:24 Std. und Platz 7 bei der männlichen Jugend U 20 und Gisela Homeyer mit 2:15:02 Std. 2:15:02 Stunden.

Hier die übrigen Zeiten: Frank Gutschow Martin Munk 1:30:57 Std., Lars Grunenberg 1:33:59 Std., Thorsten Bückler 1:34:08 Std., Christian Zicholl 1:36:42 Std., Carsten Kluge 1:36:46 Std., Dieter Brodowski 1:41:21 Std., Stefan Deimann 1:43:19 Std., Michael Schelter 1:46:02 Std., Susanne Brinkmann 1:47:52 Std., Sandra Firus 1:47:47 Std., Ulrich Wrobel 1:48:27 Std., Walter Teumert 1:48:40 Std., Jörg Kappel 1:51:21 Std., Bernd Schlockermann und Thomas Klink 1:53:44 Std., Dieter Freitag 1:56:39 Std., Hartmut Stoepel 1:57:05 Std., Jürgen Korvin 1:58:11 Std., Berthold Sommer 2:01:25 Std., Susanne Ganswind 2:01:32 Std., Michael Ganswind 2:01:42 Std., Claudia

Grunenberg und Thomas Kaftan 2:02:16 Std., Lothar Walter 2:24:48 Std. und Katrin Walter 2:34:39 Std.

Katrin Walter zu ihrer Zeit: „Ich habe meinen Vater begleitet, der nach fast zehn Jahren Pause mal wieder einen Halbmarathon laufen wollte.“ Lothar Walter ergänzt: „Ich wollte nur beweisen, dass ich noch Ausdauer habe.“

## Vier erste Plätze in der Kreismeisterwertung

Das erste Mal im Sportfreunde-Trikot startete Christian Zicholl. Für Bastian Sommer, Susanne und Michael Ganswind, Claudia Grunenberg und Thomas Kaftan war es ihr erster Halbmarathon.

Thomas Kaftan, der 2:02:16 Std. benötigte: „Ich bin nach dem Lauf gefragt worden, ob ich nicht gerne unter zwei Stunden geblieben wäre. Meine Antwort: Das hebe ich mir für's nächste Mal auf. Ich bin glücklich und zufrieden, gut ins Ziel gekommen zu sein.“

Im Rahmen des Halbmarathon-Wettbewerbes fanden auch diesjährigen Kreismeisterschaften des Leichtathletikkreises Unna-Hamm statt. Vier erste Plätze, drei zweite Plätze und drei dritte Plätze gingen nach Bönen. Kreismeister wurden Ingo Hanke in M 35, Sandra Firus in W 45, Walter Teumert in der M 60 und Bastian Sommer bei der männlichen Jugend U 20. Zweite Plätze erreichten Silke Kluge in der W 40, Ulf Kasischke in M 70 und Dieter Freitag in der M 60. Dritte wurden Grank Gutschow in M 45, Martin Munk in der M 40 und Hartmut Stoepel in der M 60.

Ingo Hanke erreichte mit seiner Seriengesamtzeit von 2:56:20 Stunden Platz sechs in der M 35. Im Vorjahr musste er sich noch mit Platz 13 zufrieden geben.

Unter die ersten Zehn ihrer Altersklasse liefen Silke Kluge mit 3:37:22 Stunden auf Platz fünf in der W 40, Susanne Brinkmann mit 3:44:58 Std. auf Platz neun in der W 40, Ulf

## INFO

### 38. Auflage

Die Hammer Winterlaufserie setzt sich aus Läufen über 10 km, 15 km und 21,1 km (Halbmarathon) zusammen, die im Abstand von jeweils 14 Tagen stattfanden.

Sie wurde in diesem Jahr zum 38. Mal ausgetragen. Die Wertung erfolgt nach der Addition der jeweils gelaufenen Zeit.

Kasischke mit 3:45:51 Std. auf Platz drei in der M 70, Sandra Firus mit 3:51:35 Std. und Platz zehn in der W 45, Bastian Sommer mit 3:54:46 Std. auf Platz zehn der männlichen Jugend U 20 und Gisela Homeyer mit 4:40:02 Std. auf Platz sechs in der W 60.

Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde Bönen: „Sportlich gesehen ist die Hammer Laufserie die attraktivste Veranstaltung hier in der Region. Die Konkurrenz ist in der Regeln groß.“

# Stammplatz in den Bestenlisten

Spitzenergebnisse für Lauffreunde im Kreis

**BÖNEN** • Die Lauffreunde Bönener gehören zu den Schnellsten in der heimischen Straßenlauf-Szene. Das beweist die jetzt erschienene Bestenliste des Leichtathletik-Kreises Unna-Hamm. Die Bönener Ausdauersportler erscheinen bei den Frauen 27 Mal, bei den Männern 32 Mal und in den Nachwuchsklassen neun Mal auf den ersten drei Plätzen in der nach Strecken und Altersklassen gegliederten Dokumentation. In der Team- bzw. Staffelfwertung sind Bönens Frauen und Männer je zusätzlich dreimal dabei.

Ein Spitzenergebnis gab es dabei für Marcus Voß, der in seiner Altersklasse M40 kreisweit einmal auf Platz 1 liegt (5 km in 17:35,72 Min.) und dreimal auf Platz 2 (10 km in 35:57 Min., Halbmarathon in 1:19:40 Std., Marathon in 2:49:26 Std.). Sven Serke erscheint verletzungsbedingt „nur“ zweimal auf dem ersten Platz in der M30 (10 km in 32:08 Min. und 15 km in 49:48 Min.).

Einige Bönener schafften auch den Sprung in übergeordnete Bestenlisten. In der westfälischen Bestenliste erreichte Dorothea Pfeffer (W50) über die Marathon-Distanz den neunten Platz mit 3:49:33 Std. und Gisela Homeyer (W60) im Halbmarathon den zehnten Rang mit 2:10:03 Std. Katrin Walter, Susanne Brinkmann und Sandra Firus liegen in der Halbmarathon-Teamwertung mit 5:14:41 Std. westfalenweit auf Platz 12.

Bei den Männern haben sich Sven Serke (M30) mit Platz 7 in 32:08 Min. über 10 km und Karl-Heinz Brock (M60) mit Platz 8 in 3:29:19

## Jahrestagung

Die Lauffreunde Bönener halten am Freitag ab 19 Uhr ihre Jahreshauptversammlung im Gasthaus Middendorf am Kletterpoth. Auf der Tagesordnung stehen neben Berichten und Ehrungen die Wahl eines Ehrenmitglieds.

Std. über die Marathondistanz in der westfälischen Bestenliste platziert.

Die Langstreckenspezialistin Dorothea Pfeffer steht in der Bestenliste der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung mit 4:37:54 Std. im 50 km-Lauf auf Platz 61 in Deutschland. Beim Sechsstundenlauf erreichte sie mit 64,443 km Platz 14 in Deutschland und Platz 71 international und im 12-Stunden-Lauf mit 113,696 km Platz 7 in Deutschland und Platz 35 international. Im 24-Stunden-Lauf lief sie mit 183,690 km auf Platz 10 in Deutschland und auf Platz 86 weltweit. Diese Leistung brachte ihr die Bronzemedaille bei den Deutschen Meisterschaften und zusätzlich die Goldmedaille in der W50 ein. Bei den Deutschen Marathon-Meisterschaften in Hamburg lief sie in 3:49:33 Std. auf Platz 22 in der W50.

Bei den Westdeutschen Marathon-Meisterschaften in Essen erreichte Silke Kluge mit 3:44:25 Std. Platz 7 in W40 und ihr „Schrittmacher“ Lars Grunenberg mit der gleichen Zeit Platz 9 in der M35. Grunenberg verbesserte sich in einem späteren Lauf in Arolsen auf einer wesentlich schwereren Strecke noch auf 3:23:02 Std. • WA



Marcus Voß gehört in der Altersklasse M40 zu den besten Straßenläufern im Kreis Unna/Hamm. • Foto: Liesegang

# Heinz Wüste Ehrenmitglied der Lauffreunde

**JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG** Lauffreunde Bönen lassen ihr Sommerfest wieder aufleben

**BÖNEN** ■ Die Lauffreunde Bönen haben ein neues Ehrenmitglied: Heinz Wüste wurde am Freitag in der Jahreshauptversammlung im Gasthaus Middendorf unter der Zustimmung aller 80 Anwesenden zum Ehrenmitglied ernannt. Wüste ist seit 26 Jahren im Verein, in dem er als Leiter der Wassergymnastik-Gruppe und Wanderführer deutliche Spuren hinterlassen habe, wie der Vorsitzende Jochen von Glahn sagte.

Die Ernennung Wüstes war der Höhepunkt einer ruhigen Versammlung, auf deren Tagesordnung weder Vorstandswahlen noch sonst potenziell strittige Punkte standen. Mit einem leichten Minus in der Kasse schlossen die Lauffreunde das Jahr 2011 ab. Von Glahn fasste sich in seinem Jahresbericht kurz, dankte

für den Einsatz beim Lauf „Rund um Flierich“. „Die Teilnehmerzahlen waren in Ordnung, die Parksituation am Breddeweg nicht“, blickte er

## Der Verein

### 1. Vorsitzender:

Jochen von Glahn

### Stellvertr. Vorsitzende:

Dorothea Pfeffer

### Geschäftsführerin:

Manuela Maletz

### Schriftführerin:

Sigrid Tappenbeck

### Kassierer:

Thomas Kohrt

### Laufwart:

Jürgen Korvin

### Mitglieder: 400

**Internet:** lauffreundeboenen.de

**Kontakt:** Jürgen Korvin

(Tel. 0 23 03/96 22 78)

zurück. Unklarheiten gebe es mit der GSW als Betreiber des Hallenbades hinsichtlich der Abgaben der Lauffreunde für ihre Wassersport-Angebote. In diesem Jahr werden die Lauffreunde nach Jahren wieder ein Sommerfest feiern. Geplant ist auch der Besuch eines Kardiologen, der vor den Lauffreunden über gesundheitliche Aspekte des Laufens referieren soll.

Gemeinsam mit seiner Stellvertreterin Dorothea Pfeffer zeichnete von Glahn 13 Lauffreunde für 25 Jahre Treue zum Klub aus: Helga Budde, Margret Dlugosch, Jürgen Düssler, Thomas Klink, Silke Kluge, Rolf Koch, Eckehart Kotulla, Karin Ostroga, Brigitte Przybyla, Horst Przybyla, Andrea Rulle-Neumann, Corinna Stoepel und Werner Wulf. ■ ml



Neu-Ehrenmitglied Heinz Wüste (m.) nahm die Glückwünsche der Lauffreunde-Vorsitzenden Dorothea Pfeffer und Jochen von Glahn entgegen. ■ Foto: Liesegang



Viele, viele Kilometer in den Beinen: Die erfolgreichsten Vereinsläufer der Lauffreunde Bönen. ■ Foto: pr

# 9562 Kilometer im Renntempo

LAUFSport Jahresstatistik der Lauffreunde / Katrin Walter und Ingo Hanke vorn

**BÖNEN** ■ Katrin Walter und Ingo Hanke waren die erfolgreichsten Aktiven der Lauffreunde Bönen des vergangenen Jahres. Das geht aus der Statistik des Laufwarts Jürgen Korvin hervor, die er im Anschluss an die Jahreshauptversammlung im Gasthaus Middendorf vorlegte.

Katrin Walter gewann die vereinsinterne Top-10-Wertung der Frauen mit 48 von 50 möglichen Punkten. Ihre Leistungen: 5 km in 20:26 Min., 10 km in 43:09 Min., 15 km in 1:07:42 Std., Halbmarathon (21,1 km) in 1:40:06 Std. und Marathon (42,2 km) in 4:13:58 Std. „Das war mein langsamster und schwierigster Marathon“, sagte Walter. Silke Kluge (44 Punkte) er-

reichte den zweiten Platz, gefolgt von Susanne Brinkmann (32 Punkte). Kluge griff nach einer Verletzungspause erst im Oktober des vergangenen Jahres wieder ins Wettkampfgeschehen ein, aber das souverän mit einer neuen persönlichen Marathon-Bestzeit von 3:44:25 Std.

Ingo Hanke, der erst Anfang 2011 zu den Lauffreunden gekommen war, lief als Sieger der Männer-Wertung 5 km in 18:26 Min., 10 km in 37:40 Min., 15 km in 56:59 Min., Halbmarathon in 1:22:50 Std. und Marathon in 2:58:03 Std. Bis auf die 5km-Zeit waren das allesamt neue persönliche Bestzeiten. In der Top-20-Wertung der Männer brachte ihm das 93 von 100 mögli-

chen Punkten. Den zweiten Platz teilten sich Lars Grunenberg und Frank Gutschow mit je 83 Punkten.

In der vereinsinternen Wertung ging es auch um die Zahl der Wettkämpfe und die Wettkampf-Kilometer. Bei der Zahl der Wettkämpfe lagen bei den Frauen Katrin Walter (22 Starts), Sandra Firus (20) und Sabine Schulte (15) vorn und bei den Männern Michael Schelter, Stefan Deimann (je 32 Starts) und Berthold Sommer (25).

In der Kilometer-Wertung gewann Ultra-Spezialistin Dorothea Pfeffer mit 589,5 km (darunter ein Marathon und je ein 6-, 12- und 24-Stunden-Lauf) klar vor Katrin Walter (230,3 km) und Sandra Firus

(169,3 km). Bei den Männern riss Michael Schelter mit 433,2 die meisten Kilometer ab. Stefan Deimann (401,7 km) und Ingo Hanke (267,7 km) folgten auf den Plätzen.

„Insgesamt liefen unsere Männer im Wettkampf 5692 km und unsere Frauen 3870 km“, fasste Jürgen Korvin die Leistung der Lauffreunde zusammen. Dazu beigetragen haben immerhin 66 Männer mit 496 Starts und 46 Frauen mit 218 Starts.

Ihren ersten Marathon liefen Jutta Gutschow in 4:23:03 Std. am 17. April in Wien, Stefan Deimann in 4:40:13 am 11. September in Münster und Tobias Mohnkern in 3:24:40 am 30. Oktober in Frankfurt. ■ WA

# Katrin Walter und Ingo Hanke an der Spitze

Sportlicher Jahresrückblick bei den Lauffreunden Bönen

**BÖNEN.** „Wer hat im Jahr 2011 die besten Leistungen abgeliefert?“ Diese Frage beantwortete Laufwart Jürgen Korvin von den Lauffreunden Bönen beim sportlichen Jahresrückblick. Die vereinsinterne Punktwertung gewannen Katrin Walter und Ingo Hanke.

Katrin Walter gewann in der Top-10-Wertung der Frauen mit 48 von 50 möglichen Punkten. Ihre Leistungen: Fünf Kilometer in 20:26 Minuten, zehn Kilometer in 43:09 Minuten, 15 Kilometer in 1:07:42 Stunden, Halbmarathon (21,1 Kilometer) in 1:40:06 Stunden und Marathon (42,2 Kilometer) in 4:13:58 Stunden. „Das war mein langsamster, aber schwerster Marathon“, sagt sie.

Silke Kluge (44 Punkte) erreichte Platz zwei, gefolgt von Susanne Brinkmann (32 Punkte) auf Platz drei. Silke Kluge griff nach längerer Verletzungspause erst im Oktober des letzten Jahres wieder in das Wettkampfgeschehen ein, aber das souverän mit



Achtbare Erfolge für die Starter der Lauffreunde Bönen beim Jahresrückblick.

Foto: privat

einer neuen persönlichen Marathonbestzeit von 3:44:25 Stunden.

Ingo Hanke, der erst Anfang 2011 zu den Lauffreunden kam, lief folgende Zeiten:

Fünf Kilometer in 18:26 Minuten, zehn Kilometer in 37:40 Minuten, 15 Kilometer in 56:59 Minuten, Halbmarathon in 1:22:50 Stunden und Marathon in 2:58:03 Stunden. Bis auf die Fünf-Kilometer-Zeit waren es neue persönliche Bestzeiten. In der Top-20-Wertung der Männer

bedeutete dies 93 von 100 möglichen Punkten.

Den Platz zwei teilten sich Lars Grünberg und Frank Gutschow mit 83 Punkten.

In der vereinsinternen Wertung ging es aber auch um die Zahl der Wettkämpfe oder die Wettkampfkilometer. In der Kilometer-Wertung gewannen Dorothea Pfeffer mit 589,5 Kilometer (darunter ein Marathon und je ein Sechs-, 12- und 24-Stunden-Lauf) und Michael Schelter mit 433,2 Kilometern. Nach der

Zahl der Wettkämpfe lagen Katrin Walter mit 22 Starts und Michael Schelter bzw. Stefan Deimann 32 Starts vorne.

„Insgesamt liefen unsere Männer im Wettkampf 5.692 Kilometer und unsere Frauen 3.870 Kilometer“, fasste Jürgen Korvin die Leistung der Lauffreunde Bönen zusammen. Zu diesem positiven Ergebnis beigetragen haben insgesamt 66 Männer mit 496 Starts und 46 Frauen mit 218 Starts.

# LF Bönen ehren ihre Jahresbesten

**LAUFSPORT** Katrin Walter und Ingo Hanke siegen in der Punktwertung

**BÖNEN** ■ „Wer hat im Jahr 2011 die besten Leistungen abgeliefert?“ Diese Frage beantwortete Laufwart Jürgen Korvin von den Lauffreunden Bönen beim sportlichen Jahresrückblick im Anschluss an die Mitgliederversammlung. Seine Antwort: „Die vereinsinterne Punktwertung gewannen Katrin Walter und Ingo Hanke.“

Katrin Walter gewann in der Top-Ten-Wertung der Frauen mit 48 von 50 möglichen Punkten. Ihre Leistungen: 5 km in 20:26 Min., 10 km in 43:09 Min., 15 km in 1:07:42 Std., Halbmarathon (21,1 km) in 1:40:06 Std. und Marathon (42,2 km) in 4:13:58 Std. Katrin Walter: „Das war mein langsamster, aber schwerster Marathon.“

Silke Kluge (44 Punkte) erreichte Platz 2, gefolgt von Susanne Brinkmann (32 Punkte) auf Platz 3. Silke Kluge griff nach längerer Verletzungspause erst im Oktober des letzten Jahres wieder in das Wettkampfschehen ein, aber das souverän mit einer neuen persönlichen Marathonbestzeit von 3:44:25 Stunden.

Ingo Hanke, der erst Anfang 2011 zu den Lauffreunden kam, lief folgende Zeiten: 5 km in 18:26 Min., 10 km in 37:40 Min., 15 km in 56:59 Min., Halbmarathon in 1:22:50 Std. und Marathon in 2:58:03 Std. Bis auf die 5 km-Zeit waren das alle neue persönliche Bestzeiten. In der Top-Twenty-Wertung der Männer bedeute dies 93 von 100 möglichen Punkten. Den Platz 2 teilten sich Lars Grunenberg und Frank Gutschow mit 83 Punkten. Die

se Teilung war der Grund dafür, dass kein dritter Platz vergeben wurde.

In der vereinsinternen Wertung ging es aber auch um die Zahl der Wettkämpfe bzw. die Wettkampfkilometer. In der km-Wertung gewannen Dorothea Pfeffer mit 589,5 km (darunter ein Marathon und je ein 6-, 12- und 24-Stunden-Lauf) und Michael Schelter mit 433,2 km. Nach der Zahl der Wettkämpfe lagen Katrin Walter mit 22 Starts und Michael Schelter bzw. Stefan Deimann 32 Starts vorne.

Hier die weiteren Platzierungen der entsprechenden Wertungen: In der Frauenwertung erreichte Katrin Walter Platz 2 mit 230,3 km und Sandra Firus Platz 3 mit 169,3 km. Mit 20 Starts platzierte sich Sandra Firus auf Platz 2 und mit 15 Starts Sabine Schulte auf Platz 3.

Bei den Männern absolvierte Stefan Deimann 401,7 Wettkampfkilometer und Ingo Hanke 267,7 Wettkampfkilometer. Sie erreichten damit die Plätze 2 und 3. Berthold Sommer lieferte 25 Starts ab und erreichte damit Platz 3.

„Insgesamt liefen unsere Männer im Wettkampf 5692 km und unsere Frauen 3870 km“, fasste Jürgen Korvin die Leistung der Lauffreunde zusammen. Dazu beigetragen haben immerhin 66 Männer mit 496 Starts und 46 Frauen mit 218 Starts.

Ihren ersten Marathon liefen im Jahre 2011 Jutta Gutschow in 4:23:03 Std. am 17.04. in Wien, Stefan Deimann in 4:40:13 am 11.09. in Münster Tobias Mohnkern in 3:24:40 am 30.10. in Frankfurt.



Die Wertungssieger und Platzierten wurden bei der Mitgliederversammlung der LF Bönen ausgezeichnet. ■ Foto: LFB

# Im Wettkampf 9562 Kilometer gelaufen

it  
Leichtathletik LF Bönen



Katrin Walter gewann Topwertung der Frauen.  
Foto: eckl

Wer hat im Jahr 2011 die besten Leistungen abgeleistet? Diese Frage beantwortete Laufwart Jürgen Korvin von den Laufreunden Bönen beim Jahresrückblick im Anschluss an die Mitgliederversammlung. Seine Antwort: „Die vereinsinterne Punktwertung gewann Katrin Walter und Ingo Hanke.“

Katrin Walter gewann in der Top-Ten-Wertung der Frauen mit 48 von 50 möglichen Punkten. Ihre Leistungen: 5 km in 20:26 Min., 10 km in 43:09 Min., 15 km in 1:07:42 Std., Halbmarathon (21,1 km) in 1:40:06 Std. und Marathon (42,2 km) in 4:15:58 Stunden.

Katrin Walter: „Das war mein langsamster, aber schwerster Marathon.“ Silke Kluge (44 Punkte) erreichte Platz 2, gefolgt von Susanne Brinkmann (32 Punkte) auf Platz 3. Silke Kluge griff nach längerer Verletzungspause erst im Oktober 2012 wieder in das Wettkampfgeschehen ein, aber das souverän mit einer neuen persönlichen Marathonbestzeit von 3:44:25 Stunden.

## Sieger Katrin Walter und Ingo Hanke

Ingo Hanke, der erst Anfang 2011 zu den Laufreunden kam, lief folgende Zeiten: 5 km in 18:26 Min., 10 km in 37:40 Min., 15 km in 56:59 Min., Halbmarathon in 1:22:50 Std. und Marathon in 2:58:03 Std. Bis auf die 5 km-Zeit waren das alle neue persönliche Bestzeiten. In der Top-20 Wertung der Männer bedeutete dies 95 von 100 möglichen Punkten.

Den Platz 2 teilten sich Lars Grunenberg und Frank Gutshchow mit 83 Punkten. In der vereinsinternen Wertung ging es aber auch um die Zahl der Wettkämpfe und Wettkampfkilometer. In der km-Wertung gewannen Dorothea Pfeffer mit 589,5 km (darunter ein Marathon und je ein 6-, 12- und 24-Stunden-Lauf) und Michael Schelter mit 433,2 Kilometer. Nach der Zahl der Wettkämpfe lagen Katrin Walter mit 22 Starts und Michael Schelter bzw. Stefan Deimann mit 32 Starts vorne.

Hier die weiteren Platzierungen der entsprechenden Wertungen: In der Frauenwertung erreichte Katrin Walter Platz 2 mit 230,3 km und Sandra Firus Platz 3 mit 169,5 km. Mit 20 Starts platzierte sich Sandra Firus auf Platz 2 und mit 15 Starts Sabine Schulte auf Platz 3.

Bei den Männern absolvierte Ingo Hanke 267,7 Wettkampfkilometer. Sie erreichten damit die Plätze 2 und 3. Bertold Sommer lieferte 25 Starts ab und wurde Dritter. „Insgesamt liefen unsere Männer im Wettkampf 5692 km und unsere Frauen 5870 km“, fasste Jürgen Korvin die Leistung der Leichtathleten zusammen. Dazu beigetragen haben immerhin 66 Männer mit 496 Starts und 46 Frauen mit 218 Starts.

# Riesen-Muskelkater

Serke beim harten „Braveheartbattle Run“

**BÖNEN** ■ Sven Serke von den Lauffreunden Bönen war am Samstag beim 3. „Braveheartbattle Run“ in Münnerstadt (Franken) erfolgreich. Er war mit einer Zeit von 2:09:25 Stunden der Zweitschnellste von 2245 Finishern.

Der Lauf, eine Mischung aus Trail Run, Extrem- und Fun-Lauf, ging über insgesamt 24 Kilometer mit 45 natürlichen und künstlichen Hindernissen. Über einem Fluss hängende Seile, Matschhindernisse mit bis zu 2,5 Meter tiefen Gruben, Schwimm-Passagen in eiskaltem Wasser und Steigungen, die kaum im Gehen zu erklimmen waren, nötigten dem Bönener Ausdauersportler einiges ab.

„Ich habe zwangsweise Gehpausen machen müssen, weil nichts mehr lief, im wahrsten Sinne des Wortes“, sagte Serke. „Das war das bisher härteste Sportevent, das ich mitgemacht habe. Ich leide unter einem so noch nie dagewesenen Muskelkater, der mich weder schmerzfrei die Treppen herauf- noch heruntergehen lässt.“

Serke musste den späteren Sieger Dennis Jünemann (1:59:22 Std.) früh ziehen lassen. Mit dem späteren Dritten lief er bis Kilometer 12 zusammen, dann setzte sich sein Kontrahent ab. Offenbar überschätzte er dabei seine



Gezeichnet von einem sehr harten Wettkampf: Lauffreund Sven Serke. ■ Foto: Liesegang

Kräfte, denn zwei Kilometer vor dem Ziel hatte Serke ihn wieder ein und überholte den ausgepowerten Konkurrenten mühelos. „Dank des vorletzten Hindernisses mit einer Steigung von gefühlt 80 Prozent habe ich noch einen guten Vorsprung herauslaufen können“, so Serke.

Er steht dem Rennen durchaus kritisch gegenüber: „Während des ganzen Laufes waren Rettungssanitäter im Einsatz: Unterkühlungen, Knochenbrüche, Stürze, Aufgabe wegen Kälte, allgemeine Erschöpfung. Das war schon grenzwertig.“ ■ WA

# Die nächste Bestzeit für Ingo Hanke

**LAUFSPORT** Lauffreunde Bönen mit 23 Aktiven bei „Rund um die Wibbeltkapelle“

**BÖNEN** ■ Mit 23 Aktiven traten die Lauffreunde Bönen zum Straßenlauf „Rund um die Wibbeltkapelle“ in Ahlen-Vorhelm an.

Die Schülerinnen und Schülerinnen hatten 2,1 Kilometer und die Älteren fünf oder zehn Kilometer bei nicht optimalem Wetter zu laufen: Die Strecke war feucht vom Regen, dazu war es recht kühl und windig. Zoe Zicholl (Jg. 2000) benötigte für die 2,1-Kilometer-Strecke 10:16 Min. und erreichte Platz 6 bei den Schülerinnen B, Mia Bucker (Jg. 2003) erreichte mit 12:29 Min. Platz 5 bei den Schülerinnen D.

Im anschließenden 10 km-Lauf lief Susanne Brinkmann als zweite Frau nach 47:07 Min. über die Ziellinie. Sie gewann damit ihre Altersklasse W40. Sandra Firus lief in 51:03 Min. auf Platz 3 in der



Die beiden jüngsten Bönener Starterinnen in Ahlen: Zoe Zicholl (l.) und Mia Bucker. ■ Foto: pr

W45. Michael Ganswind erreichte das Ziel in neuer persönlicher Bestzeit von 53:11 Minuten.

Über fünf Kilometer lief Ingo Hanke ganz vorne mit 18:12 Min. bedeuteten Platz 4 im Gesamteinlauf und eben-

falls eine neue persönliche Bestzeit – wieder einmal. Nach neuen Top-Werten über 10 km, 15 km und 21,1 km war es für Hanke bereits die vierte Verbesserung des noch jungen Jahres. Martin Munk benötigte 19:26 Min. und freute sich darüber, wieder einmal die 20 Minuten unterboten zu haben. Katrin Walter war mit 21:33 Min. dritte Frau im Gesamteinlauf. Mit 22:30 Min. war Steffen Maletz (Jg.95) ebenfalls auf Bestzeitkurs. ■ WA

Die übrigen Zeiten über 10 km: Stefan Deimann 45:06 Min., Michael Klein 45:35 Min., Dieter Brodowski 45:34 Min., Heiko Bucker 48:06 Min., Thorsten Bucker 48:58 Min., Meinolf Nather 49:17 Min., Markus Meier 49:31 Min., Michael Ganswind 53:11 Min.

Die übrigen Zeiten über 5 km: Michael Schelter 22:17 Min., Michael Flory 24:10 Min., Hartmut Stoepel 26:24 Min., Lothar Walter 27:07 Min., Gisela Homeyer 27:45 Min., Yannik Nather 30:56 Min., Meinolf Nather 30:59 Min.

# Bestzeit für Grunenberg

## Vier Lauffreunde beim Berlin-Halbmarathon

**BÖNEN** ■ Saisonauftakt für die großen Cityläufe in Deutschland ist traditionell der Berliner Halbmarathon, der am Sonntag zum 32. Mal ausgetragen wurde. Am Start war auch ein Quartett der Lauffreunde Bönen: Silke und Carsten Kluge sowie Claudia und Lars Grunenberg.

Die Voraussetzungen waren zunächst alles andere als optimal gewesen. Windgeschwindigkeiten von bis zu 60 Kilometer pro Stunde, Hagel und Schneefall hatten am Vortag nichts Gutes erahnen lassen. Doch zum Start am Sonntagmorgen waren die Bedingungen deutlich besser. Für Claudia Grunenberg (W40) reichte es mit 2:02:06 Std. zu einer neuen persönlichen Bestzeit. Silke Kluge

(W40) beendete das Rennen nach 1:41:48 Std., Lars Grunenberg (M40), der sich zurzeit auf einen Triathlon vorbereitet, nach 1:29:13 Std. und Carsten Kluge (M45) nach 1:32:17 Std.

Mehr als 23000 Finisher überliefen am Sonntag die Ziellinie an der Karl-Marx-Allee im Osten der Hauptstadt. Dom, Brandenburger Tor, Siegestsäule, Schloss Charlottenburg, Kurfürstendamm, Gedächtniskirche, Potsdamer Platz, Rotes Rathaus – diese Sehenswürdigkeiten am Streckenrand machten den Lauf nicht nur zu einem sportlichen Event, sondern auch zu einer Sightseeing-Tour. „Die Zuschauerkulisse an der Strecke war grandios“, sagte Carsten Kluge. ■ WA



Start beim Halbmarathon in Berlin: Die Grunenbergs und die Kluges am Alexanderplatz. ■ Foto: pr

## Quartett beim Osterlauf

### LAUFSPORT Lauffreunde starten in Paderborn

BÖNEN ■ 8935 Finisher – das ist die neue Rekordmarke beim Paderborner Osterlauf, dem ältesten und traditionsreichsten Straßenlauf Deutschlands. Mit dabei war ein Quartett der Lauffreunde Bönen.

Karin Freitag (W60) beendete den Lauf über fünf Kilometer nach 27:31 Minuten und lief damit auf einen guten vierten Platz ihrer Altersklasse. Sandra Firus (W45) benötigte für die Halbmarathondistanz von 21,1 km 1:50:54

Std. und erreichte damit bei starker Konkurrenz den Altersklassenplatz 16.

Dieter Freitag und Simon Vulf, beide in der M60 startend, hatten für den 10-Kilometer-Lauf gemeldet. Freitag benötigte 51:34 Min. (Platz 22) und Vulf 43:52 Min. (Platz 32). Dazu Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde: „Ich freue mich insbesondere über die Zeit von Simon Vulf, der krankheitsbedingt einige Monate mit dem Training aussetzen musste.“ ■ WA



Die Lauffreunde Dieter Freitag (l.) und Simon Vulf nahmen am 66. Osterlauf in Paderborn teil. ■ Foto: pr

▶ Presseausschnitt für H. Korvin  
vom 13.04.12

- |  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier        | <input type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger |
| <input type="checkbox"/> Lüner Anzeiger                | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag      | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger                 | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.- Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier           |

## Starke Konkurrenz für Lauffreunde

**LAUFSPORT** Karin Freitag  
läuft in Paderborn auf Rang vier

**BÖNEN** ■ 8935 Finisher - Halbmarathondistanz von 21,1 km 1:50:54 Stunden und erreichte damit bei starker Konkurrenz den Altersklassenplatz 16. Dieter Freitag und Simon Vulf, beide in M 60 startend, hatten sich für den 10-km-Lauf gemeldet. Freitag benötigte 51:34 Min. (Platz 22) und Vulf 43:52 Minuten (Platz 32).

Mit dabei war ein Quartett der Lauffreunde Bönen. Karin Freitag (W60) beendete den 5-km-Lauf nach 27:31 Minuten und lief damit auf einen guten vierten Platz ihrer Altersklasse. Sandra Firus (W45) benötigte für die

Dazu Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde: „Ich freue mich insbesondere über die Zeit Simon Vulfs, der krankheitsbedingt lange Monate mit dem Training aussetzen musste.“



Silke Kluge wurde in Münster Zweite ihrer Klasse. ■ Foto: pr

## Bestzeiten für Deimann und Ganswind

LAUFSPORT Quartett der Lauffreunde beim Zoo-Lauf in Münster

**BÖNEN** ■ Mit widrigen Bedingungen hatte ein Quartett der Lauffreunde Bönen am Samstag bei der 29. Auflage des Straßen- und Volkslaufes „Rund um den Allwetterzoo“ in Münster zu kämpfen. Vor allem der böige Wind machte den Sportlern zu schaffen.

Stefan Deimann war über die Halbmarathon-Distanz von 21,1 Kilometern am Start. Er bereitet sich zurzeit auf den Hermannslauf über knapp 31 km mit Start am

Hermannsdenkmal nahe Detmold und Ziel an der Sparrenburg in Bielefeld vor. Dass er trainingsmäßig im Plan ist, bewies er mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 1:41:52 Std.

Über die 10-km-Strecke freute sich Michael Ganswind ebenfalls über eine neue Bestzeit. Er beendete das Rennen nach 52:03 Min. „Michael ist seit knapp zweieinhalb Jahren bei uns. Jetzt stellen sich die Erfolge des regelmäßigen

systematischen Trainings ein. Eine Verbesserung um 68 Sekunden ist schon enorm“, sagte Lauffreunde-Statistiker Jürgen Korvin.

Weiter vorn platzierten sich Silke und Carsten Kluge. Silke erreichte mit 46:09 Min. den zweiten Platz in ihrer Altersklasse W40. Carsten lief in 42:05 Min. auf Platz 3 in der M45. Dazu Jürgen Korvin: „Carsten kommt so langsam seiner persönlichen Bestzeit näher.“ ■ WA

## Schultes feiern Marathon-Debüt

Lauffreunde in ganz Deutschland unterwegs

**BÖNEN** • Die Lauffreunde Bönener waren am Wochenende auf Reisen. Sie nahmen an Läufen in Hamburg, Düsseldorf, Dresden, Ostwestfalen und Iserlohn teil.

Beim **Hamburg-Marathon** meisterten Sabine und Martin Schulte ihren ersten Marathon mit Bravour. Für Sabine Schulte blieb die Uhr bei 4:09:36 Std. stehen und für Martin Schulte bei 3:43:52 Std. „Martin war in der zweiten Hälfte des Rennens nur 31 Sekunden langsamer als in der ersten Hälfte. Bei Sabine war diese Differenz mit 18 Sekunden sogar noch geringer. Das ist ein Beweis für eine optimale Vorbereitung und für ein gutes Tempogefühl“, sagte Lauffreunde-Laufwart Jürgen Korvin, der als Beobachter an der Strecke stand, die das Starterfeld an Messe, Landungsbrücken und Alster vorbeiführte.

Die Leistung der Schultes ist umso erstaunlicher, als beide erst 2010 ihren ersten Zehn-Kilometer-Wettkampf gelaufen sind. „Eine solche rasante Entwicklung war dank der guten Aufbau-Arbeit bei den Lauffreunden möglich. Den Rest hat dann die tolle Atmosphäre in Hamburg und bei mir die Begleitung durch Frank Gutschow gebracht“, sagte Martin Schulte.

Gutschow, ein erfahrener Marathonläufer mit einer Bestzeit von 3:07:13 Stunden, hatte sich Schulte als Tempomacher zur Verfügung gestellt und überlief wie er nach 3:43:52 Std. die Ziellinie. Jutta Gutschow wollte in ihrem zweiten Marathon den Lauf zusammen mit Sabine Schulte beenden. Nach knapp der Hälfte des Ren-

nens musste sie diesen Plan aber aufgeben. Die Zeit von 4:26:14 Std. stimmte sie dennoch zufrieden.

Ein Top-Ergebnis erreichte Ingo Hanke beim **Düsseldorfer-Marathon**. Er verbesserte seine persönliche Bestzeit um unfassbare 5:09 Minuten auf 2:52:54 Std. Das bedeutete Platz 66 im Gesamteinlauf und Platz 17 in seiner Altersklasse M35. Damit liegt Hanke auf Platz 9 der ewigen Marathonbestenliste des Vereins.

Michael Klein und Jörg Kappel hatten den **Iserlohner Sechs-Stunden-Lauf** in ihre Vorbereitung auf den Rennsteiglauf mit einer Streckenlänge von 72,7 Kilometern eingebaut. Beide kämpften mit einem plötzlichen Wetter-Wechsel. Klein lief nicht voll durch und erscheint in der Ergebnisliste mit 41,125 km, Kappel brachte es auf 46,488 Kilometer.

Ähnlich warm war es für Ulf Kasischke beim **Oberelbe-Marathon**. Kasischke, der ab diesem Jahr in der Altersklasse M70 startet, gewann in 4:14:35 Std. souverän seine Altersklasse, auch wenn er in der zweiten Hälfte des Rennens den hohen Temperaturen Tribut zollen musste. Dennoch: „Eine herausragende Leistung“, sagte Lauffreunde-Sportwart Korvin.

Stefan Deimann erreichte bei seinem ersten Start beim „**Hermannslauf**“ vom Hermannsdenkmal bei Detmold bis zur Sparrenburg oberhalb Bielefelds mit einer Länge von 31,1 Kilometern nach 2:55:40 Std. das Ziel. Der anspruchsvolle Lauf hat teilweise den Charakter eines Crosslaufs. • WA



Gemeinsam beim Hamburg-Marathon: Jutta und Frank Gutschow sowie Sabine und Martin Schulte. • Foto: pr

# Vielseitige Lauffreunde

## LAUFSPORT Starts bei fünf anspruchsvollen Veranstaltungen

**BÖNEN** ■ Bei fünf Laufveranstaltungen mit unterschiedlichem Charakter waren die Lauffreunde Bönen zuletzt vertreten: dem 6-Stunden-Lauf am Iserlohner Seilersee, dem Hermannslauf vom Hermannsdenkmal bei Detmold bis zur Sparrenburg oberhalb Bielefelds, dem Oberelbe-Marathon mit Start in der Sächsischen Schweiz und Ziel in Dresden und bei den Stadtmarathon-Highlights in Hamburg und Düsseldorf.

Die zweigeteilte Wetterlage in Deutschland sorgte für unterschiedliche Bedingungen. Am Seilersee und an der Elbe herrschten ungewohnte sommerliche Temperaturen, die übrigen Läufe fanden bei bestem Ausdauer-sportwetter statt.

Michael Klein und Jörg Kappel hatten den Iserlohner 6-Stunden-Lauf in ihre Vorbereitungen für den Rennsteiglauf mit einer Streckenlänge von 72,7 km eingebaut. Beide kämpften jedoch mit dem plötzlichen Wetterwechsel. Klein lief nicht voll durch und erscheint in der Ergebnisliste mit 41,125 km, Kappel brachte es immerhin auf 46,488 km.

Ähnlich warm war es für Ulf Kasischke beim Oberelbe-Marathon. Kasischke, der ab diesem Jahr in der Altersklasse M 70 startet, gewann



Jutta und Frank Gutschow sowie Sabine und Martin Schulte absolvieren den Hamburg-Marathon.

■ Foto: LFB

souverän in 4:14:35 Std. seine Altersklasse, auch wenn er in der zweiten Hälfte des Rennens den Temperaturen Tribut zahlen musste. Dazu Jürgen Korvin, Statistiker der Lauffreunde: „Das ist eine tolle Leistung, die ihresgleichen sucht.“

Stefan Deimann erreichte bei seinem ersten Start beim Hermannslauf mit einer Länge von 31,1 km nach 2:55:40 Std. das Ziel am Ende der Bielefelder Promenade. Korvin erläutert: „Der Hermannslauf hat teilweise Crosscharakter.“

Beim Hamburg-Marathon wollten Sabine und Martin Schulte ihren ersten Marathonlauf absolvieren. Beide meisterten dies mit Bravour. Für Sabine Schulte blieb die Uhr bei 4:09:36 Std. stehen und für Martin Schulte bei 3:43:52 Std. Jürgen Korvin, der als Beobachter an der

Strecke stand, analysiert diese Zeiten: „Martin war in der zweiten Hälfte des Rennens nur 31 Sek. langsamer als in der ersten Hälfte. Bei Sabine war diese Differenz mit 18 Sek. sogar noch geringer. Das ist ein Beweis für eine optimale Vorbereitung und für ein gutes Tempogefühl. Dabei ist Sabine erst im Januar 2010 ihren ersten 10-km-Wettkampf gelaufen und Martin noch etwas später im Juni des gleichen Jahres.“

Mit dabei waren Jutta und Frank Gutschow. Frank, ein erfahrener Marathonläufer mit einer Bestzeit von 3:07:13 Stunden, hatte sich Martin Schulte als Tempomacher zur Verfügung gestellt und überlief ebenfalls nach 3:43:52 Std. die Ziellinie. Jutta Gutschow wollte in ihrem zweiten Marathon den Lauf zusammen mit Sa-

bine Schulte beenden. Nach knapp der Hälfte des Rennens musste sie jedoch diesen Plan revidieren und das Tempo reduzieren. Sie beendete den Lauf - anschließend trotzdem mehr als zufrieden - nach 4:26:14 Std. Martin Schulte: „Eine solche rasante Entwicklung war dank der guten Aufbauarbeit bei den Lauffreunden möglich. Den Rest hat dann die tolle Atmosphäre in Hamburg und bei mir die Begleitung durch Frank Gutschow gebracht.“

Angereist waren die Lauffreunde in einer großen Gruppe der Active Lauffreunde Hamm, eine vereinsungebundene Laufgemeinschaft aus der Nachbarstadt. Gemeinsam mit den befreundeten Hammer Sportlern hatte man auch die notwendigen langen Trainingseinheiten jenseits der 30 km hinter sich gebracht.

Ein Top-Ergebnis erreichte Ingo Hanke parallel beim Düsseldorf-Marathon. Er verbesserte seine persönliche Bestzeit um sage und schreibe 5:09 Min. auf 2:52:54 Std. Das bedeutete Platz 66 im Gesamteinlauf und Platz 17 in seiner Altersklasse M 35. Korvin ordnet dieses Ergebnis in die Lauffreunde-Statistik ein: „Damit liegt Ingo auf Platz 9 der ewigen Marathonbestenliste unseres Vereins. Super.“

# Die Wachablösung steht bevor: Serke aber noch top

LEICHTATHLETIK Sieg vor Dustin Scholz  
10km-Lauf: Dorothee Arendsee beste Frau

Von André Wagner

**METHLER** ■ Die „jungen Hasen“ jagen Altmeister Sven Serke. Setzte dem 34-Jährigen in der vergangenen Hellweg-Serie Lars Goecke ordentlich zu, machte ihm gestern über zehn Kilometer beim 40. Kamener Volkslauf Dustin Scholz (SuS Oberaden) Beine. Doch am Ende hatte wieder Sven Serke die Nase vorn.



Dorothee Arendsee ■ Foto: awa

„Dustin ist einer, aber auch Lars Goecke: Sie sind noch jung, ihnen gehört die Zukunft“, sagte Sven Serke (Lauffreunde Bönen), der in 34:41 Minuten als Erster die Ziellinie überquerte, nur vier Sekunden später kam der 23 Jahre alte Scholz an. „Nett, dass Dustin neun Kilometer lang das Tempo gemacht hat. Er lief im Wind, sodass ich schließlich ein paar mehr Körner hatte“, freute sich Sven Serke, der gerade eine Woche Urlaub auf Kreta hinter sich hat.

Auf Dustin Scholz ruhen die Hoffnungen des SuS Oberaden. Den Halbmarathon-Vereinsrekord hat er mit einer Zeit von 1:15:40 Stunden längst geknackt, in diesem Jahr soll die Bestzeit

über zehn Kilometer – noch gehalten von Volkhard Braucks (33:45 Minuten) – dran glauben. Noch fehlen aber rund 60 Sekunden. „Ich bin mir sicher, am Ende der Saison hat es Dustin geschafft“, so Serke weiter. Scholz, dem zuvor oft Seitenstechen während der Rennen Probleme bereiteten, ist nun schmerzfrei. „Ich habe das Training umgestellt, das hat sich gelohnt“, meinte er und sagte zum Rennverlauf: „Ich war gut, aber nicht gut genug.“

Einen Sieg für den SuS Oberaden landete dann Dorothee Arendsee in 41:39 Minuten als schnellste Frau über zehn Kilometer.



Dustin Scholz (li.) musste Sven Serke über zehn Kilometer den Vortritt lassen. Beide Läufer tauschten sich im Ziel rege aus. ■ Foto: Wagner

# Serke siegt in Kaiserau

Katrin Walter gestern Zweite über 5 Kilometer

**KAMEN** ■ Die „jungen Hasen“ jagen Altmeister Sven Serke. Setzte dem 34-Jährigen in der vergangenen Helliweg-Serie Lars Goecke ordentlich zu, machte ihm gestern über zehn Kilometer beim 40. Kamener Volkslauf Dustin Scholz (SuS Oberaden) Beine. Doch am Ende hatte wieder der Mann von den Lauffreunden Bönen die Nase vorn.

„Dustin ist einer, aber auch Lars Goecke: Sie sind noch jung, ihnen gehört die Zukunft“, sagte Serke, der in 34:41 Minuten als Erster die Ziellinie überquerte, nur vier Sekunden später kam der 23 Jahre alte Scholz an. „Nett, dass Dustin neun Kilometer lang das Tempo gemacht hat. Er lief im Wind, sodass ich schließlich ein paar mehr Körner hatte“, freute sich Serke, der gerade eine Woche Urlaub auf Kreta hinter sich hat.

Auf Dustin Scholz ruhen die Hoffnungen des SuS Oberaden. Den Halbmarathon-Vereinsrekord hat er mit einer Zeit von 1:15:40 Stunden längst geknackt, in diesem Jahr soll die Bestzeit über zehn Kilometer dran glauben. „Ich bin mir sicher, am Ende der Saison hat es Dustin



Cool ins Ziel: Sven Serke siegte gestern in Kaiserau. ■ Foto: awa

geschafft“, so Serke.

Auch über 5 Kilometer waren die Lauffreunde auf dem Siegerpodest vertreten: Katrin Walter holte sich in 21:23 Minuten den zweiten Platz hinter der überragenden Vorjahressiegerin Isabell Hafenmayer (Schwerte), die nach 19:52 Minuten die Ziellinie überquerte. ■ awa/sst



Start frei zum 40. Kamener Volks- und Straßenlauf des TVG Kaiserau: Die Verantwortlichen freuten sich über bestes Wetter und rund 700 Athleten. Das Bild zeigt die Teilnehmer beim Start des Jedermannlaufs über fünf Kilometer. Tim Voß (Nr. 807) wurde Zweiter. ■ Fotos: Wagner

## Mit Sonne um die Wette gelacht – und gelaufen

**LEICHTATHLETIK 40.** Kamener Volkslauf beim TVG Kaiserau ein Erfolg  
Über 700 Teilnehmer auf den Strecken – Mehr Kinder als im Vorjahr am Start

Von André Wagner

**METHLER** ■ Das Abo auf gutes Wetter schien kurz vor der Veranstaltung abgelaufen, doch kurz vor dem ersten Startschuss von Bürgermeister Hermann Hupe kam die Sonne hervor. Am Maifeiertag hielt die heimische Lauffamilie dem TVG Kaiserau wieder die Treue.

Beim Jedermannlauf über fünf Kilometer hatte niemand Sebastian Fischer (Telgte) auf dem Zettel. Er feierte bei seiner Premiere in Methler in 17:23 Minuten den Sieg. Das Nachsehen hatte der Unnaer Tim Voß, der sieben Sekunden später als Zweiter das Ziel erreichte. Der Lehramtsstudent (Deutsch und Sport) ist nach einer Knieverletzung wieder richtig gut in Tritt gekommen. „Ich hoffe, das bleibt



Die Kinderläufe – hier die U7-Mädchen – waren auf dem benachbarten Rasenplatz besser besucht als im Vorjahr.

jetzt auch so“, meinte Voß. Seine Bestzeit über fünf Kilometer steht bei 16:09 Minuten. „Es wäre toll, wenn ich in diesem Jahr wieder unter 17 Minuten käme“, sagte Tim Voß. Dass er gestern so gut abschnidet, war überraschend, da er sich bei einem Fahrradsturz im Bornekamp Prellungen zugezo-

gen hatte. Voß war mit einem Hund kollidiert.

Dirk Mahltig (RW Unna) wurde in 17:53 Minuten über fünf Kilometer Vierter. Thomas Budde (TLV Rünthe) wollte diesmal unter 20 Minuten bleiben, schaffte die magische Marke aber nicht. Die Uhren stoppten bei 20:56 Minuten.

Bei den Frauen wiederholte Isabel Hafenmayer aus Schwerte ihren Vorjahressieg. Kathrin Walter von den Lauffreunden Bönen, unterstützt von Sohn Dominik, landete auf dem zweiten Rang.

Im Halbmarathon knüpfte Marcus Voss an 2010 an, setzte sich gegen die Konkurrenz in 1:18:13 Stunden durch. Er lief ein einsames Rennen. Als Zweiter kam Volker Greis aus Strickherdcke erst rund acht Minuten später ins Ziel. Bei den Frauen siegte Svenja Böhner vor Regina Tank aus Dortmund.

Freude bereitetet TVG-Vorsitzenden Wolfgang Nörenberg die Resonanz bei den Kinderläufen. Über 230 Mädchen und Jungen wetteiferten um den Sieg, fast 50 mehr als noch im Vorjahr. „Die Schreiben an die Kamener Schulen haben sich ausgezählt“, so Nörenberg.

## LEICHTATHLETIK 40. VOLKSLAUF DES TVG KAISERAU



Schon nach wenigen Metern des Zehn-Kilometerlaufes beim 40. Volkslauf des TVG Kaiserau zeichnete sich ein Zweikampf an der Spitze zwischen Dustin Scholz (vorne) und dem spätern Sieger Sven Serke ab. Der Bönener spurtete auf der Zielgeraden zum Sieg.  
Foto: Patrick Opierzynski

## Sven Serke siegt im Zielsprint

Leichtathletik Packender Zweikampf über zehn Kilometer – Marcus Voss im Halbmarathon nicht zu schlagen

„Da kommen die beiden, das wird ein ganz enger Zieleinlauf“, tönte es aus den Boxen im Zielraum beim 40. internationalen Volkslauf des TVG Kaiserau. Die beiden führenden Sven Serke und Dustin Scholz im 10 Kilometer-Rennen bogen gemeinsam auf die Zielgerade ein. Wenige Meter vor dem Ziel erhöhte Serke noch einmal das Tempo und sicherte sich so den Sieg in einer Zeit von 34:41 Minuten. Dustin Scholz erreichte nur vier Sekunden später das Ziel.

„Ich hab natürlich davon profitiert, dass ich kurz vor Schluss in Dustins Windschatten laufen konnte. Über den Erfolg freue ich mich sehr, im

Vorfeld hatte ich nicht unbedingt damit gerechnet“, betonte das Sven Serke, der Spitzenläufer der Lauffreunde Bönen. Bei den Damen sicherte sich Dorothee Arendsee vom SuS Oberaden den ersten Platz mit einer Siegerzeit von 41:39 Minuten. Zweite wurde Marit Bergmann, das Nachwuchstalent der Lauffreunde Unna.

Zeitgleich mit den knapp 300 Läufern und Walkern, die die zehn Kilometer absolvierten gingen auch die Teilnehmer des Halbmarathons auf die Strecke. Schon nach der Hälfte der Strecke war klar, wer sich in dem aus 70 Läuferinnen und Läufern bestehenden Feld durchsetzen würde.

Mit einer Durchgangszeit von zirka 39 Minuten passierte Allrounder Marcus Voss von den Lauffreunden Bönen erstmalig das Ziel, schon zu diesem Zeitpunkt hatte er einen großen Vorsprung auf seine Konkurrenten.

»Ich bin sehr zufrieden, alle Abteilungen haben mitgeholfen«

„Die ersten fünf Kilometer bin ich in der Gruppe gelaufen, danach konnte ich mich absetzen“, schilderte Voss den Rennverlauf. Nach einer Stunde und 18 Minuten wurde der ehemalige Rad-Nationalfahrer schließlich von den zahlreichen Zuschauern im Ziel auf dem Kaiserauer Fußballplatz mit Beifall begrüßt. „Ich kam sehr gut mit der Strecke zurecht, alles hat super geklappt. Das warme Wetter hat mir nichts ausgemacht, ich mag solche Bedingungen“, erklärte der Halbmarathon-Sieger nach dem Zieleinlauf. Erst acht Minuten später überquerte Volker Greis vom Laufteam Unna, als Zweiter die Ziellinie. Dritter im Gesamtklassament wurde Andreas Meisel (ohne Verein).



Marcus Voss im Ziel: Der ehemalige Rad-Nationalfahrer aus Bönen zeichnet sich auch als Langstreckler aus  
Foto: J.N.

Beim Damen-Halbmarathon waren lediglich sieben Teilnehmerinnen am Start. Die Gewinnerin Svenja Böhner, die für das Bunert Running Team läuft, lieferte mit einer Zeit von 1:35:53 Stunden eine klasse Siegerzeit ab.

Neben den Läufen über fünf und zehn Kilometer und die die Halbmarathondistanz wurden wie jedes Jahr auf dem Sportplatz neben dem Bürgerhaus die Schülerläufe durchgeführt. Wolfgang Nörenberg, erster Vorsitzender des TVG Kaiserau durfte sich auch hier über rege Beteiligung freuen. „Ich bin sehr zufrieden mit

dem gesamten Ablauf des Volkslaufes. Alle Abteilungen des TVG haben mitgeholfen, nur durch diese Unterstützung konnten wir eine so tolle Event mit rund 700 Teilnehmern auf die Beine stellen“, freute sich Nörenberg über die gelungene Veranstaltung. Die 41. Auflage des Volkslaufes wird am 1. Mai kommenden Jahres folgen. JN

**ONLINE** Eine Bilderstrecke steht im Internetportal [www.derwesten.de/sport/lokal/sport/kreis\\_unna](http://www.derwesten.de/sport/lokal/sport/kreis_unna). Weitere Ergebnisse auf der Internetseite des TVG Kaiserau

### AUSZUG AUS DER ERGEBNISLISTE: SIEGER

#### Dorothee Arendsee, Marcus Voss, Sven Serke

- Halbmarathon Frauen: 1. Svenja Böhner (bunert running team) 1:35,53 Stunden.
- Jedermannlauf 5km Männer: 1. Sebastian Fischer (TV Friesen Telgte) 0:17,23 Minuten.
- Halbmarathon Männer: 1. Marcus Voss (Lauffreunde Bönen) 1:18,13 Stunden.
- Volkslauf 10km Frauen: 1. Dorothee Arendsee (SuS Oberaden) 0:41,39 Minuten.
- Jedermannlauf 5km Frauen: 1. Isabel Hafenmayer (LG Schwerter) 0:19,52 Minuten.
- Volkslauf 10km Männer: 1. Sven Serke (Lauffreunde Bönen) 0:34,41 Minuten.

# Lauffreunde mit Masse und Klasse

LAUFSPORT Mit 48 Aktiven in Methler am Start / 18 Treppchen-Platzierungen

**BÖNEN** ■ Beim 40. Internationalen Volks- und Straßenlauf des TVG Kaiserau waren die Gesamtsieger Sven Serke (10 km) und Marcus Voß (21,1 km) die herausragenden Aktiven der Lauffreunde Bönen (WA berichtete), aber beileibe nicht die einzigen. Insgesamt waren die Bönener unter den 700 Startern mit 48 Startern in Kamen-Methler vertreten. Ihre Ausbeute war beachtlich: 18 Mal stand einer von ihnen auf dem Treppchen.

Der 5-km-Lauf war mit der Startzeit um 9.15 Uhr etwas für Frühaufsteher. In dem Lauf belegte Katrin Walter mit 21:33 Min. den ersten Platz der W30, was gleichzeitig Platz zwei im Gesamtfeld bedeutete. Ihr folgte auf dem

dritten Platz Silke Kluge mit 22:08 Min., die den ersten Platz in der W40 bedeuteten. Jeweils zweite Altersklassenplätze erreichten Michele Wirth (U18) mit 26:56 Min. und Jana Firus (U14) mit 28:58 Min., den dritten Rang in der U14 belegte Zoe Zicholl in 30:36 Min.

Schnellster Bönener über 5 km war in 20:03 Min. Carsten Kluge, der damit Platz eins in der M45 gewann. Einen ersten Platz erreichte auch Stefan Maletz (U18/23:08 Min.). Zweite Plätze holten Jonas Deimann (U16/21:50 Min.), Markus Küchmann (M40/23:07 Min.) und Lothar Walter (M60/26:15 Min.). Zum ersten Mal im Lauffreunde-Trikot am Start waren Mike

Kosiol (23:15 Min.) und Lars Kümmel (23:36 Min.). Sie gewannen damit auf Anhieb Platz eins und zwei der Altersklasse M35.

Einen Doppelstart wagte Silke Kluge, die über 10 km in 47:57 Min. auf Platz drei in der W40 lief. Bei den Männern gewann Sven Serke in 34:41 Min. Hartmut Stoepel lief hier in 54:39 Min. auf Platz zwei in M60 und Christian Zicholl in 42:09 Min. auf Platz drei in der M35. Zicholl hatte über 5 km schon seine Tochter Zoe begleitet. Carsten Kluge war der dritte Bönener Doppelstarter. Er ließ es nach schneller 5-km-Zeit mit 43:57 Min. etwas langsamer angehen.

Einen souveränen Sieg fei-

erte Marcus Voß über die Halbmarathon-Distanz. Er lief mit 1:18:13 Std. auf den Zweitplatzierten einen Vorsprung von acht Minuten heraus.

Das warme Wetter am 1. Mai mag ein Grund gewesen sein, warum Lauffreunde-Statistiker Jürgen Korvin nur eine neue persönliche Bestzeit notieren durfte: Torsten Winkowski verbesserte sich über 10 km auf 56:46 Min.

Kai Felgenhauer (Jg. 2008) war der jüngste Bönener Starter. Er gewann über die Distanz von 400 Metern Platz zwei seiner Altersklasse U8. Dieter Kaiser nahm am Walking-Wettbewerb über 10 km teil und benötigte 1:14:19 Std. ■ WA



Gern gesehene Gäste: Die Lauffreunde Bönen nahmen mit 48 Aktiven beim Volks- und Straßenlauf in Kamen-Methler teil. ■ Foto: pr

## Bönener Marcus Voß vom RSV Unna stark auf der „Niere“

UNNA • Eine willkommene Abwechslung im Trainingsalltag boten für die Radsportler des RSV Unna die Läufe zur Sommermeisterschaft, die die Interessengemeinschaft der Dortmunder Radsportvereine seit Jahren auf der „Niere“ am Steinklippenweg ausrichtet.



© Liesegang

In Kamen zu Fuß, in Dortmund auf dem Rad sehr erfolgreich: Marcus Voß. •

Bei den ersten beiden Läufen dieses Jahres war mit dem Bönener Marcus Voß auch ein ehemaliger Spitzensportler des Vereins dabei und zudem erfolgreich.

Die einzelnen Läufe zur Sommermeisterschaft finden zweimal in der Woche im Rahmen des normalen Vereinstrainings statt. Die Schüler und Jugendlichen starten am Dienstag, die Junioren, Master und Elitefahrer am Donnerstag. Sinn und Zweck des schnellen Rennens auf der „Niere“ ist die zusätzliche Trainingsbelastung.

Bei den ersten beiden Austragungen dominierten in der Elite-Klasse die Sportler des RSV Unna, die mit ihrem aktuellen Spitzenfahrer Lucas Liß jeweils den Sieger stellten. Bemerkenswert war aber der Name, der sich an zweiter Stelle in der Siegerliste fand: Markus Voß, 1986 Erster der deutschen Juniorenrangliste, fuhr der weit jüngeren Konkurrenz aus über 50 Fahrern davon und wurde in beiden Rennen Zweiter.

Der 43-jährige Europa-Verkaufsleiter eines großen Sportartikelherstellers ist quasi der sportliche „Großvater“ von Liß, der gerade erst als Sechster im Scratch-Rennen von der WM in Australien zurückkehrte. Voß vertrat die Deutschen Farben bei den Weltmeisterschaften 1986 in Tunesien und war in dem Jahr auch die Nummer eins in der deutschen Junioren Rangliste.

Radsport ist die alte Liebe von Voß, der ansonsten mit den Laufschuhen für Schlagzeilen sorgt: In sehr guten 1:18,13 Stunden deklassierte der Allrounder – der auch als Triathlet aktiv ist – beim 40. Volkslauf des TVG Kaiserau am Tag der Arbeit die Mitbewerber. • WA

# Augen zu und durch

**LAUFSPORT** Bastian und Berthold Sommer starten als Strongman in der Eifel

**BÖNEN/NÜRBURGRING** • Mit dem Attribut des „größten Hindernislaufes der Welt“ bewirbt der Veranstalter den „Strongmanrun“, der am 5. Mai 11000 Läufer zum Nürburgring lockt. Der Untertitel, „durch die grüne Hölle“, beschreibt zum einen das Umfeld in der Eifel. Und natürlich die Ansprüche, die der 10,8 Kilometer lange Parcours an die Physis der Teilnehmer stellt.

„Das ist schon vergleichbar mit einem Marathon“, weiß Berthold Sommer. Der 47-jährige Bönener Lauffreund feierte im letzten Jahr gemeinsam mit Sohn Bastian (18) sein Debüt beim 5. Strongmanrun, dem ersten auf und um den Grand-Prix-Kurs. Berthold Sommer brauchte zwei Stunden und 50 Minuten. „Bastian war schneller“, erinnert er sich. Um sich als Strongman bezeichnen zu dürfen, muss ein Zeitlimit von dreieinhalb Stunden unterschritten werden. Sommers landeten 2011 im vorderen Drittel des Feldes aus 8547 Finishern, darunter 7316 Strongman.

Das besondere des Laufs, der 2007 in Münster mit gerade einmal 1599 Startern ins Leben gerufen wurde, ist die abwechslungsreiche Ausdauerlauf-



Das „Schlammassel“ ist nur eins von 15 Hindernissen des Strongmanruns. ■ Foto: pr

fen, für Lauffreunde Alltag, ist nur eine Herausforderung des Events. „Du springst in kaltes Wasser“, erzählt Bastian Sommer von der Erfahrung mit nassen Hindernissen wie dem „Panikpool“, der durchschwommen werden muss.

Ob unter Hindernissen hindurch oder darüber hinweg: „Es ist genau die Art Gelände-

lauf, vor dem man sich beim Bund immer gedrückt hat“, erinnert sich Vater Sommer. Den „Strongman“ gehen beide jetzt freiwillig ein zweites Mal an. Es gilt dort, seine Grenzen auszuloten, das eigene Ich zu überwinden.

„Du wirst durch den Läuferpulk unglaublich gepusht“, sagt Bastian Sommer, „ich hab die Schmerzen erst nach-

her im Auto gemerkt.“

Auch, wenn der Titel des Laufs die starken Männer fordert, sind natürlich auch Frauen ohne Scheu vorm Dreck und den Strapazen zugelassen. „Sportlerinnen waren von Anfang stark vertreten“, sagt Strongmanrun-Pressesprecherin Karla Stanek, „in diesem Jahr sind es annähernd 4000.“ ■ ml

# Sommer-Glanz bei Regen und Nebel

**Strongman Run** Eine Zeit lang hinter Oliver Pocher gelaufen – Duo <sup>WAZ</sup>  
der Lauffreunde Bönen kommt glücklich und abgekämpft ins Ziel <sup>09.05.12</sup>

Strongman Run auf dem Nürburgring fasziniert die Massen. 12027 Läufer waren für diesen Hindernislauf über die Rennstrecke in der Eifel angemeldet, davon 10.551 Männer und 1.476 Frauen. An den Start am vergangenen Samstag haben sich 9962 getraut, davon 8705 Männer und 1208 Frauen. Ins Ziel es 9294, 8263 Männer und 1031 Frauen. Mit dabei waren Berthold und Bastian Sommer von den Lauffreunden Bönen.

Was für ein Rennen: Nebel, Regen und Temperaturen unter zehn Grad machten den sechsten Fisherman's Friend StrongmanRun zu einem echten Hätetest. Der Startschuss fiel in diesem Jahr mit rund 30 Min. Verspätung, weil dichter Nebel auf der Strecke lag. Daher ist „Hölle“ für den Fisherman's StrongmanRun keineswegs eine Übertreibung: Mehr als 21 sich hinziehende Kilometer, in zwei Runden zu absolvieren, viel zu viele Höhenmeter und 15 Hindernisse aus Schlamm, Wasser, Metall, Feuer oder Stroh machten die Veranstaltung zum mutmaßlich härtesten Hindernislauf Deutschlands. Zwei Beispiele: Der „Wadenkiller“ (100 Höhenmeter verteilt auf 900 Meter Strecke) oder der „Panikpool“ (auf 40 Meter geht's durch 2 Meter tiefes und kaltes Wasser). Zum Finale erwartete die Athleten dann das Hindernis „Final Destination“. Das aus den Vorjahren bekannte Hindernis aus gestapelten Autoreifen wartete in diesem Jahr mit einer zusätzlichen Hürde in Form einer fünf Meter hohen Containertpyramide auf, die per Netz zu erklimmen war. Dieses



Der „Panikpool“: Auf 40 Meter geht es für die Aktiven durch zwei Meter tiefes und kaltes Wasser. FOTO: STRONG MAN

Hindernis verlangte den Startern das Letzte ab.

Berthold Sommer (Jg. 65) beendete das Rennen nach 3:23:36 Std. und Bastian Sommer (Jg. 93) nach 3:29:24 Std. Nicht alle Starter waren so erfolgreich. Berthold Sommer: „Ich lief eine Zeit lang hinter Oliver Pocher, der von einem Fernsichtteam beobachtet wurde. Für ihn war nach der ersten Schleife Schluss. Ich denke, wir sind länger als er im Training.“ Pocher wurde eine zeitlang von Boxweltmeister

Sven Ottke begleitet, der nach 2:41:58 Std. finishte. Gewonnen wurde das Rennen von Knut Höhler in 1:38:13 Std. Bei den Frauen war Rebecca Kaltenmeier in 1:54:12 Stunden die Stärkste.

#### Sven Serke überzeugt in Clarholz

Bei deutlich besseren Bedingungen war Sven Serke von den Lauffreunden Bönen am gleichen Tag beim 23. Clarholzer Volkslauf am Start. Er gewann den 10 km-Lauf deutlich in 32:54 Min. Dazu Jürgen

Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Auch wenn diese Veranstaltung traditionell als Volkslauf angekündigt wird, handelt es sich um einen genehmigten – also vermessenen und bestenlistentauglichen – Straßenlauf. Sven Serke berichtet: „Die Temperatur von 9°C, meine gute Tagesform und der späte Start um 17 Uhr haben mich beflügelt, und ich konnte eine deutlich bessere Zeit als wenige Tage vorher in Kamen-Methler erreichen. In Clarholz bin ich ein zwar einsames, aber sehr konstantes Rennen gegen den Wind gelaufen, auf einen Rundkurs, der zwei Mal zu durchlaufen war. Ich habe wieder Aufwind bekommen und freue mich auf eine weiterhin erfolgreiche und hoffentlich verletzungs-freie Zeit. Kamen-Methler war im Hinblick auf die Kreismeisterschaften mehr ein taktisches Rennen.“

Jürgen Korvin kommentiert: „Mit der Clarholzer Zeit hat Sven ein deutliches Ausrufungszeichen gesetzt.“



Meisterten den spektakulären Hindernislauf über die Rennstrecke in der Eifel: Berthold (li.) und Bastian Sommer von den Lauffreunden Bönen. FOTO: PRIVAT

# Sommers trotzen allen Hindernissen

**LAUFSPORT** Lauffreunde beim Strongman-Run / Serke siegt in Clarholz

**BÖNEN** ■ Berthold und Bastian Sommer von den Lauffreunden Bönen waren zwei von insgesamt 9294 Startern, die es am Samstag beim „Strongman-Run“ auf dem Nürburg-Ring ins Ziel schafften. Unterdessen setzte sich ihr Vereinskollege Sven Serke deutlich beim 10-Kilometer-Lauf in Clarholz durch.

Was für ein Rennen: Nebel, Regen und Temperaturen unter 10 Grad machten den sechsten „Strongman-Run“ zu einem Härtetest. Der Startschuss fiel wegen des dichten Nebels erst mit 30 Minuten Verspätung. Mehr als 21 Kilometer, viele Höhenmeter und 15 Hindernisse aus Schlamm, Wasser, Metall, Feuer oder Stroh machten den Startern das Leben schwer. Zwei Beispiele: Der „Wadenkiller“ führte die Aktiven auf 900 Meter Strecke 100 Meter in die Höhe und der „Panik-Pool“ durch zwei Meter tiefes und kaltes Wasser.

Am Ende erwartete die Athleten ein Hindernis aus gestapelten Autoreifen mit einer zusätzlichen Hürde in Form



**Hart im Nehmen: Die Sommers beim Strongman-Run. ■ Foto: pr**

einer fünf Meter hohen Containerpyramide, die per Netz zu erklimmen war. Dieses Hindernis verlangte den Startern das Letzte ab.

Berthold Sommer (Jg. 65) beendete das Rennen nach 3:23:36 Std. und Bastian Sommer (Jg. 93) nach 3:29:24 Std. Nicht alle waren so erfolgreich. Berthold Sommer: „Ich lief eine zeitlang hinter Oliver Pocher, der von einem Fernsehteam beobachtet wurde. Für ihn war nach der ersten Schleife Schluss. Ich denke, wir sind länger als er im Training.“ Pocher wurde phasenweise vom früheren Box-Weltmeister Sven Ottke begleitet, der nach 2:41:58

Std. finishte. Das Rennen gewann Knut Höhler in 1:38:13 Std. Bei den Frauen war Rebecca Kaltenmeier in 1:54:12 Stunden die Schnellste.

Bei besseren Bedingungen war Sven Serke am gleichen Tag beim Clarholzer Volkslauf am Start. Er gewann den 10 km-Lauf deutlich in 32:54 Min. „Die Temperaturen, meine gute Tagesform und der späte Start um 17 Uhr haben mich beflügelt“, sagte Serke, der eine deutlich bessere Zeit als wenige Tage zuvor in Kamen-Methler erreichte. Er lief in Clarholz ein zwar einsames, aber sehr konstantes Rennen gegen den Wind. „Ich habe wieder Aufwind bekommen und freue mich auf eine weiterhin erfolgreiche und hoffentlich verletzungsfreie Zeit. Kamen-Methler war im Hinblick auf die Kreismeisterschaften mehr ein taktisches Rennen“, so Serke.

„Mit der Clarholzer Zeit hat Sven ein deutliches Ausrufungszeichen gesetzt“, sagte Lauffreunde-Statistiker Jürgen Korvin. ■ WA

▶ Presseausschnitt für Korvin

vom 16.05.2012

- Hellweger Anzeiger
- Lünener Anzeiger
- Ruhr-Anzeiger

## Über die Höhen des Thüringer Waldes

### Lauffreunde-Duo beim 40. Rennsteiglauf

**BÖNEN** ■ Michael Klein und Jörg Kappel von den Lauffreunden Bönen nahmen am Samstag am „40. GutsMuths-Rennsteiglauf“ in Thüringen teil. Der Super-Marathon mit Start unterhalb der Wartburg in Eisenach führte die Böனர் über den Höhenweg des Thüringer Waldes ins 72,7 Kilometer entfernte Schmiedefeld.

Kappel hat bereits Erfahrungen im Ultralanglauf-Bereich. Er nahm 2011 erfolgreich am Swissalpin-Ultramathon über 80 km teil. Für Klein war der Rennsteiglauf dagegen der erste Lauf im Ultra-Bereich jenseits der Marathon-Distanz von 42,2 km. Die Böனர் gehörten zu den gut 2500 Finishern. Klein kam nach 8:25:27 Std. ins Ziel, Kappel nach 9:42:31 Std. Für Klein (M45) bedeutete dies Platz 1059 von 2101 Männern, für Kappel (M40) Platz 1754.

„Es war ein anspruchsvoller Lauf mit viel Profil. In den Höhenlagen war es bitter kalt, aber wenigstens gab es nur ein paar Regentropfen“, sagte Klein. Ansonsten zeigte er sich begeistert von der Organisation: „Die Verpflegung unterwegs war optimal. Und die Helfer an der Strecke waren hochmotiviert.“ Sein Resümee: „Ich kann jetzt die Begeisterung verstehen, mit der mir meine Lauffreunde vom Rennsteiglauf berichtet haben.“

Der Lauf gehört zu den größten Landschaftsläufen in Mitteleuropa und genießt in Ostdeutschland Kultstatus. Jedes Jahr nehmen etwa 15 000 Läufer, Nordic Walker und Wanderer daran teil. Es geht über mehrere unterschiedlich lange Strecken mit unterschiedlichen Startorten. Ziel ist der Sportplatz in Schmiedefeld. ■ WA

- Westfälischer Anzeiger *Böner*
- Westfälische Rundschau
- Wochenkurier



Die Lauffreunde Michael Klein und Jörg Kappel liefen mehr als 70 Kilometer durch den Thüringer Wald. ■ Foto: pr

## Bönener Familienstart in Ahaus



Den zehnten Stadtfestlauf in Ahaus am Freitagabend nutzten die Bönener Lauffreunde Silke Kluge-Wirth, Michelle Wirth und Carsten Kluge für einen Familienlauf. Nach genau 25 Min. beendete Michelle Wirth (Jg. 95) den Fünf-Kilometer-Lauf und erreichte damit Platz 3 in ihrer Altersklasse U18. Silke Kluge-Wirth (W40) wurde nach 45:56 Min. zweite Frau und gewann ihre Altersklasse. Für Carsten Kluge (M45) bedeuteten 41:49 Min. den Altersklassenplatz vier. Carsten Kluge: „Da zwischen dem Fünfer-Start und dem Zehner-Start nur 5 Minuten lagen, hatte ich mit Michelle gewettet, sie einzuholen. Aber die Wette habe ich verloren. Teamkollege Sven Serke startete beim Night Run im münsterländischen Harsewinkel und beendete das Zehn-Kilometer-Rennen mit einer Zeit von 33:25 Min. als Zweiter. Damit war er nur unwesentlich langsamer als zwei Wochen zuvor bei einem Straßenlauf in Clarholz, den er mit 32:54 Min. gewann. ■ Foto: Privat

## Engel radelt zum Volkslauf

**BÖNEN** ■ Der Buchenwaldlauf Welver hat sich mittlerweile im Startkalender der Lauffreunde Bönen etabliert. Am Samstag fand die elfte Auflage dieser gut organisierten Laufveranstaltung fast vor der Haustür der Lauffreunde statt. Über 5 km lieferte Ingo Hanke (M35) mit 18:15 Min. eine gute Zeit ab. Er verfehlte seine Bestzeit um nur drei Sek., und gewann damit Platz eins seiner Altersklasse. Ebenfalls auf den Altersklassenplatz eins lief Steffen Maletz (U18) mit 23:12 Min. Manfred Engel (M70), der sich mit dem Fahrrad auf den Weg nach Welver gemacht hatte, erreichte mit 26:58 Min. den Altersklassenplatz zwei. Michael Schelter (M40) beendete das Rennen nach 22:48 Min. und Manuela Maletz (W45) nach 24:45 Min. Schnellster Bönener über 10 km war Martin Munk (M 40). Mit 39:48 Min. Hier starteten des Weiteren Jürgen Korvin (M60) 51:02 Min., Hartmut Stoepel (M60) 51:07 Min., Thorsten Bückner (M40) 43:24 Min., Martin Schulte (M45) 45:18 Min., Heiko Bückner (M40) 46:27 Min und Sabine Schulte (W40) 52:41 Min.



Beliebter Pflichttermin: Die Lauffreunde Bönen starteten am Wochenende beim Buchenwald-Lauf in Welver. • Foto: pr

## Serke bestätigt gute Form

LAUFSport Zweiter in Harsewinkel / Lauffreunde in Welver und Ahaus am Start

**BÖNEN** • Der Buchenwaldlauf in Welver hat sich im Startkalender der Lauffreunde Bönen etabliert. Sie waren wieder mit einer Gruppe am Start des landschaftlich schönen Laufes. Sven Serke wurde beim „Night Run“ in Harsewinkel Zweiter über 10 Kilometer. Die Familie Kluge-Wirth nahm unterdessen am Stadtfestlauf in Ahaus teil.

In Welver verpasste Ingo Hanke mit 18:15 Min. seine persönliche Bestzeit nur um drei Sekunden. Er wurde damit Erster der M35. Ebenfalls an die Spitze seiner Altersklasse lief Steffen Maletz (U18) mit 23:12 Min. Manfred Engel, der mit dem Fahrrad nach Welver gefahren war, erreichte mit 26:58 Min. Platz zwei in der M70. Michael Schelter (M40) beendete das 5-km-Rennen nach 22:48 Min. und Manuela Maletz (W45) nach 24:45 Min.

Schnellster Bönener über 10 Kilometer war Martin Munk. Mit 39:48 Min. unterbot er die magische 40-Minuten-Grenze und wurde in der M40 Zweiter. Jürgen Korvin (M60) beendete das Rennen



Familie Kluge-Wirth startete beim Stadtfestlauf in Ahaus: Silke, Carsten und Michelle. • Foto: pr

nach 51:02 Min., knapp gefolgt von Hartmüt Stoepel (M60) mit 51:07 Min. Das vereinsinterne Duell brachte Korvin Platz eins in der Altersklasse und Stoepel Rang zwei. Thorsten Bücken (M40) freute sich nach 43:24 Min. ebenfalls über den Altersklassenplatz zwei. Martin Schulte (M45) benötigte 45:18 Min. und Heiko Bücken (M40) 46:27 Min.

Sabine Schulte war die ein-

zige Bönenerin im 10-km-Feld. Mit 52:41 Min. gewann sie ihre Altersklasse W40 und verbesserte drei Wochen nach ihrem Marathon-Debüt ihre persönliche Bestzeit über diese Strecke.

Bei ähnlich warmen Temperaturen wie in Welver war wenige Stunden später Sven Serke beim „Night Run“ im münsterländischen Harsewinkel am Start. Er beendete das 10-km-Rennen mit einer

Zeit von 33:25 Min. als Zweiter. Damit war er nur unwesentlich langsamer als zwei Wochen zuvor bei einem Straßenlauf in Clarholz, den er in 32:54 Min. gewonnen hatte. Die Zeitdifferenz führte Serke auf den eckigen Stadtkurs und auf die große Wärme zurück. Dennoch: „Svens Zeiten stabilisieren sich wieder auf einem guten Niveau“, sagte Laufwart Jürgen Korvin.

Den Stadtfestlauf in Ahaus nutzten Silke Kluge-Wirth, Michelle Wirth und Carsten Kluge für einen Familienlauf. Nach genau 25:00 Min. beendete Michelle Wirth (Jg. 95) den 5-km-Lauf und erreichte damit Platz drei in ihrer Altersklasse U18. Silke Kluge-Wirth war mit 45:56 Min. zweitschnellste Frau und gewann ihre Altersklasse W40. Für Carsten Kluge (M45) bedeuteten 41:49 Min. den Altersklassenplatz vier. Die Stimmung war gut in Ahaus und die Strecke ungewöhnlich: Der 2,5-km-Rundkurs war sehr eckig und führte die Aktiven sogar durch eine Tiefgarage. • WA

Donnerstag, 31. Mai 2012

## Deimann verbessert

**BÖNEN** ■ Beim 28. Campuslauf in Dortmund waren Jonas und Stefan Deimann von den Lauffreunden Bönen am Start. Der 14-jährige Jonas lief über die Fünf-Kilometer-Distanz mit 19:49 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Vater Stefan benötigte für die Zehn-Kilometer-Strecke 46:19 Min. Dabei waren die Laufbedingungen in diesem Jahr alles andere als optimal. Zunächst herrschten enorm warme Temperaturen. Als dann die Startzeit näherte, rückte eine dunkle Wolkenfront heran und eine Unwetterwarnung des Wetterdienstes stand ins Haus. Die Startzeit musste verschoben werden. Der Campuslauf ist eine gemeinsame Veranstaltung der TU Dortmund, der Fachhochschule Dortmund und dem TV Einigkeit Barop.



### Bestzeit für Jonas Deimann

Stefan und Jonas Deimann von den Lauffreunden Bönen starteten am Donnerstag beim 28. Campuslauf an der Uni Dortmund. Der 14-jährige Jonas lief über die Fünf-Kilometer-Distanz mit 19:49 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Er ist da-

mit schnellster Nachwuchsläufer des Vereins. Vater Stefan benötigte für die 10-km-Stecke 46:19 Min. Die Laufbedingungen waren nicht optimal. Wegen der Hitze und des angekündigten Gewitters wurde der Start verschoben. ■ WA/Foto: pr

# Lauffreunde kratzen an ihren Bestzeiten

LAUFSPORT Bönener bei Ruhrstadtlaf, Wälster Lauf und Westernlauf am Start

**BÖNER** ■ Bei drei Läufen mit ganz unterschiedlichem Charakter waren die Lauffreunde Bönener am vergangenen Wochenende am Start: dem Ruhrstadtlaf in Schwerte, dem Wälster Lauf in Walstede und dem Westernlauf im „Fort Fun“.

Beim Ruhrstadtlaf lief Sven Serke über die Fünf-Kilometer-Strecke in 16:10 Minuten ganz nahe an seine persönliche Bestzeit und damit den Vereinsrekord für die Lauffreunde von 15:56 Minuten heran. Er musste sich dabei aber im Gesamteinlauf mit Platz drei begnügen, denn das Rennen wurde von zwei tansanischen Läufern dominiert. Ebenfalls in Schwerte am Start waren Jonas und Stefan Deimann. Jonas wurde in 4:49 Min. über 1430 Meter Zweiter der männlichen U16. Vater Stefan benötigte für die 10-km-Strecke 45:18 Min.

und verpasste damit seine Bestzeit nur um zwölf Sekunden. „Der Stadtkurs in Schwerte ist recht eckig und an manchen Stellen sehr schmal. Umso höher sind Zeiten nahe der persönlichen Bestleistung zu bewerten“, sagte Vereinslaufwart Jürgen Korvin.

Eine münsterländische Landschaft und damit mehr Platz zum Laufen bot sich den Lauffreunden beim 12. Wälster Lauf in Walstede. Über 5 km liefen die Lauffreunde hier in ihren Altersklassen durchweg vorne mit. Steffen Maletz gewann in 22:46 Min. seine Altersklasse U18, Sabine Schulte lief in neuer persönlicher Bestzeit von 25:01 Min. auf Rang eins in der W45. Achim Kissing wurde in 21:07 Min. Zweiter in der M40, jeweils auf Platz drei liefen Michael Schelter (M40) in 22:02 Min., Thomas Thiel

(M50) in 22:26 Min. und Manuela Maletz (W45) in 24:09 Min. Nur knapp den Sprung auf das Podest verpassten mit Platz vier Hartmut Stoepel (M60) in 24:24 Min. und Sandra Firus (W45) in 24:36 Min. Michael Flory (M45) beendete das Rennen nach 25:02 Min.

Berthold Sommer benötigte für die 10-km-Distanz 55:10 Min. Über 2000 Meter auf der Strecke waren die für VfL Kamen startenden Bönenerinnen Stina und Annika Kissing (beide Jg. 00). Stina lief in 8:08 Min. auf Platz eins und Annika in 9:13 auf Platz zwei in der W12/13.

Nicht nur Sport, sondern auch Spaß und Spiel boten sich den Lauffreunden beim Westernlauf im sauerländischen „Fort Fun“. Verschiedene Läufe mit klingenden Namen wie Funny-Fuchs-Lauf, Goldgräberlauf und Wildwestlauf standen in der Aus-

schreibung des Veranstalters. Die Strecken waren geländebedingt sehr anspruchsvoll. Mona Felgenhauer (4:46 Min.) und Kai Felgenhauer (6:10 Min.) nahmen am Bambini-lauf für die Jüngsten über 550 Meter teil. Über 1350 Meter erreichte Timm Kappel in 6:36 Min. Platz vier in der Altersklasse M8. Pia Kappel (W12) benötigte 7:25 Min. und Niklas Kaftan (M11) 6:06 Min.

Dritte Plätze über die 2700 Meter erreichte Jonas Deimann mit 10:26 Min. bei den Schülern A und Daniel Kaftan mit 11:27 Min. bei der männlichen Jugend A. Jonas Kaftan lief mit 12:08 Min. auf Platz 4 bei der männlichen Jugend B. Zwei Bönener hatten für den schweren, weil profilierten 10-km-Lauf gemeldet. Stefan Deimann finishte nach 50:23 Min. und Jörg Kappel nach 52:03 Min. ■ WA



Stammgäste beim Wälster Lauf in Walstede: die Lauffreunde Bönener. ■ Foto: pr

# Kluge mit Debüt

TRIATHLON Voss in Sechster in Harsewinkel

**BÖNEN** • Ein erfolgreiches Debüt als Triathlet hat Carsten Kluge von den Lauffreunden Bönen am vergangenen Samstag beim 3. Triathlon am Albersee in Lippstadt absolviert.

„Zum Einstieg habe ich mich erst einmal für die Volksdistanz entschieden. Das waren 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen“, erzählte Kluge von seinem ersten Mal. Sein persönliches Ziel, nach 1:15 Stunden ins Ziel zu kommen, unterschritt er deutlich. Die Uhr blieb für ihn bei 1:06:12 Stunden stehen.

„Aber es gibt da noch Potential“, so Kluge, „denn die Wechsel haben mich doch einige Zeit gekostet. Manche

sprechen in dem Bezug von der vierten Triathlon-Disziplin.“ Sportlich schloss er den Wettbewerb wie folgt ab: Fürs Schwimmen benötigte Kluge 9:14 Minuten. Auf dem Rad brauchte er 37:09 Minuten mit den Laufschuhen 19:50.

Einen Tag später – bei ganz anderen, weil äußerst schlechten Rahmenbedingungen mit Dauerregen und Temperaturen um 8 Grad – erreichte Lauffreund Marcus Voß bei einem Triathlon im münsterländischen Harsewinkel einen guten sechsten Platz über die Mitteldistanz. Für 2.000 m Schwimmen, 80 km Radfahren und 20 km Laufen benötigte er 4:16:41 Stunden. • WA

## Serke nur vier Sekunden hinter Bestzeit

Leichtathletik.  
Werner Stadtlauf

Recht beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönens beim 12. Werner Stadtlauf. Bönens derzeit schnellster Läufer, Sven Serke (M35), musste sich über 5 km nur dem Afrikaner Patrick Nyangalo am letzten Samstag geschlagen geben.

Mit exakt 16:00 Min. lief Serke auf Platz zwei. Er lag damit nur vier Sekunden hinter seiner Bestzeit. Ingo Hanke finishte nach 18:05 Min. als Siebter. Er verbesserte damit seine bisherige Bestzeit und gewann hinter Serke Platz 2 seiner Altersklasse M 35. Jonas Deimann gewann in 20:30 Min. seine Altersklasse M 14. Dritte Altersklassenplätze erreichten Steffen Maletz (M 17) in einer neuen Bestzeit von 22:19 Min. und Hartmut Stoepel (M 60) in 24:09 Min. Martin Schulte benötigte 21:39 Min. Er egalisierte damit seine persönliche Bestzeit. Michael Flory benötigte 23:00 Min, Manuela Maletz 24:06 Min, Jutta Picker 26:31 Min. und Berthold Sommer 26:15 Min.

Über 10 km erreichte Katrin Walter als vierte Frau nach 44:46 Min. das Ziel. Dies bedeutete den Sieg in der W 30. Schnellster Bönener über 10 km war Martin Munk mit 39:39 Min. Er verpasste mit zwei Sekunden nur knapp seine Bestzeit, freute sich aber über Platz 2 in der M 40. Thorsten Bucker erreichte nach 42:15 Min. das Ziel und Heiko Bucker nach 45:24 Min.

Martin Munk: „Der Stadtkurs in Werne ist sehr attraktiv. Es standen viele Zuschauer an der Strecke, die uns Läufer ordentlich anfeuerten. Das hat man selten. Gelaufen wurden über 5 km drei Runden und über 10 km sechs Runden.“

Einen Tag vorher war Stefan Deimann beim 15. Oelder Citylauf am Start. Er verbesserte hier seine persönliche Bestzeit auf 44:00 Minuten. Dieser attraktive Lauf wird traditionell von afrikanischen Läufern dominiert. Sohn Jonas, der als Zuschauer an der Strecke stand, machte die Leistung dieser Läufer neugierig. Auf seine Frage nach dem wöchentlichen Trainingspensum erhielt er die Antwort: „So zwischen 200 bis 240 km die Woche.“

Am Fronleichnamstag startete Ingo Hanke beim Olfener Steverauenlauf. Er war hier über 5 km mit 18:07 Min. nur unwesentlich langsamer als zwei Tage später in Werne. In Olfen lag er etwas weiter vorne: Platz 5 gesamt, Platz 1 in der M 35.

Weitere Infos unter:  
[www.lauffreunde-boenen.de](http://www.lauffreunde-boenen.de)

# Zuschauerkulisse des Citylaufs treibt an

**LAUFSPORT** Lauffreunde Bönen kehren mit gutem Gesamtergebnis aus Werne heim / Hanke in Olfen Fünfter

**BÖNEN** • Beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönen beim 12. Werner Stadtlauf am vergangenen Samstag, dem 9. Juni. Bönens derzeit schnellster Läufer, Sven Serke (1./M35), musste sich über 5 km in exakt 16 Minuten – vier Sekunden langsamer als seine persönliche Bestzeit – nur dem Afrikaner Patrick Nyangalo geschlagen geben. Ingo Hanke durchlief nach 18:05 Min. als Siebter und Zweiter der Altersgruppe M35 das Ziel und verbesserte seine bisherige Bestzeit sogar. Jonas Deimann gewann in 20:30 Min. die Altersklasse

M 14. Jeweils AK-Dritte wurden Steffen Maletz (M17, 22:19 Min.) und Hartmut Stoepel (M60, 24:09 Min.). Martin Schulte lief mit 21:39 Minuten, seiner persönlichen Bestzeit ein, Michael Flory in 23:00, Manuela Maletz in 24:06, Jutta Picker in 26:31 und Berthold Sommer 26:15 Minuten.

Über 10 km erreichte Katrin Walter als vierte Frau nach 44:46 Minuten und Schnellste in der AK W30 das Ziel. Martin Munk verpasste als schnellster Bönener mit 39:39 Minuten (2./M40) nur knapp seine Bestzeit (39:37

Min.). Thorsten Bucker erreichte nach 42:15 Min. das Ziel, Heiko Bucker nach 45:24 Minuten.

Einen Tag zuvor startete Stefan Deimann über zehn Kilometer beim 15. Oelder Citylauf und verbesserte seine persönliche Bestzeit auf 44:00 Minuten.

Schon am Fronleichnamsdonnerstag startete Ingo Hanke beim Olfener Steveraulauf. Er war dort über 5 km mit 18:07 Minuten nur unwesentlich langsamer als zwei Tage später in Werne. In Olfen reichte seine Leistung zum fünften Platz (1./M35).



Gerne starteten die Lauffreunde beim Citylauf in Werne. • Foto: pr

## Serke nur vier Sekunden hinter Bestzeit

Leichtathletik.  
Werner Stadtlauf

Recht beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönens beim 12. Werner Stadtlauf. Bönens derzeit schnellster Läufer, Sven Serke (M35), musste sich über 5 km nur dem Afrikaner Patrick Nyangalo am letzten Samstag geschlagen geben.

Mit exakt 16:00 Min. lief Serke auf Platz zwei. Er lag damit nur vier Sekunden hinter seiner Bestzeit. Ingo Hanke finishte nach 18:05 Min. als Siebter. Er verbesserte damit seine bisherige Bestzeit und gewann hinter Serke Platz 2 seiner Altersklasse M 35. Jonas Deimann gewann in 20:30 Min. seine Altersklasse M 14. Dritte Altersklassenplätze erreichten Steffen Maletz (M 17) in einer neuen Bestzeit von 22:19 Min. und Hartmut Stoepel (M 60) in 24:09 Min. Martin Schulte benötigte 21:39 Min. Er egalisierte damit seine persönliche Bestzeit. Michael Flory benötigte 23:00 Min, Manuela Maletz 24:06 Min, Jutta Picker 26:31 Min. und Berthold Sommer 26:15 Min.

Über 10 km erreichte Katrin Walter als vierte Frau nach 44:46 Min. das Ziel. Dies bedeutete den Sieg in der W 30. Schnellster Bönener über 10 km war Martin Munk mit 39:39 Min. Er verpasste mit zwei Sekunden nur knapp seine Bestzeit, freute sich aber über Platz 2 in der M 40. Thorsten Bückler erreichte nach 42:15 Min. das Ziel und Heiko Bückler nach 45:24 Min.

Martin Munk: „Der Stadtkurs in Werne ist sehr attraktiv. Es standen viele Zuschauer an der Strecke, die uns Läufer ordentlich anfeuert. Das hat man selten. Gelaufen wurden über 5 km drei Runden und über 10 km sechs Runden.“

Einen Tag vorher war Stefan Deimann beim 15. Oelder Citylauf am Start. Er verbesserte hier seine persönliche Bestzeit auf 44:00 Minuten. Dieser attraktive Lauf wird traditionell von afrikanischen Läufern dominiert. Sohn Jonas, der als Zuschauer an der Strecke stand, machte die Leistung dieser Läufer neugierig. Auf seine Frage nach dem wöchentlichen Trainingspensum erhielt er die Antwort: „So zwischen 200 bis 240 km die Woche.“

Am Fronleichnamstag startete Ingo Hanke beim Offener Steverauenlauf. Er war hier über 5 km mit 18:07 Min. nur unwesentlich langsamer als zwei Tage später in Werne. In Olfen lag er etwas weiter vorne: Platz 5 gesamt, Platz 1 in der M 35.

<http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-unna/serke-nur-vier-sekunde-hinter-bestzeit-id6765847.html>

LEICHTATHLETIK

## Serke nur vier Sekunde hinter Bestzeit

14.06.2012 | 14:12 Uhr



Recht beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönen beim 12. Werner Stadtlauf.

Foto:

**Recht beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönen beim 12. Werner Stadtlauf. Bönens derzeit schnellster Läufer, Sven Serke (M35), musste sich über 5 km nur dem Afrikaner Patrick Nyangalo geschlagen geben.**

Recht beachtlich schlugen sich die Lauffreunde Bönen beim 12. Werner Stadtlauf. Bönens derzeit schnellster Läufer, Sven Serke (M35), musste sich über 5 km nur dem Afrikaner Patrick Nyangalo am letzten Samstag geschlagen geben.

Mit exakt 16:00 Min. lief Serke auf Platz zwei. Er lag damit nur vier Sekunden hinter seiner Bestzeit. Ingo Hanke finishte nach 18:05 Min. als Siebter. Er verbesserte damit seine bisherige Bestzeit und gewann hinter Serke Platz 2 seiner Altersklasse M 35. Jonas Deimann gewann in 20:30 Min. seine Altersklasse M 14. Dritte Altersklassenplätze erreichten Steffen Maletz (M 17) in einer neuen Bestzeit von 22:19 Min. und Hartmut Stoepel (M 60) in 24:09 Min. Martin Schulte benötigte 21:39 Min. Er egalisierte damit seine persönliche Bestzeit. Michael Flory benötigte 23:00 Min, Manuela Maletz 24:06 Min, Jutta Picker 26:31 Min. und Berthold Sommer 26:15 Min.

Über 10 km erreichte Katrin Walter als vierte Frau nach 44:46 Min. das Ziel. Dies bedeutete den Sieg in der W 30. Schnellster Bönener über 10 km war Martin Munk mit 39:39 Min. Er verpasste mit zwei Sekunden nur knapp seine Bestzeit, freute sich aber über Platz 2 in der M 40. Thorsten Bucker erreichte nach 42:15 Min. das Ziel und Heiko Bucker nach 45:24 Min.

Martin Munk: „Der Stadtkurs in Werne ist sehr attraktiv. Es standen viele Zuschauer an der Strecke, die uns Läufer ordentlich anfeuerten. Das hat man selten. Gelaufen wurden über 5 km drei Runden und über 10 km sechs Runden.“

Einen Tag vorher war Stefan Deimann beim 15. Oelder Citylauf am Start. Er verbesserte hier seine persönliche Bestzeit auf 44:00 Minuten. Dieser attraktive Lauf wird traditionell von afrikanischen Läufern dominiert. Sohn Jonas, der als Zuschauer an der Strecke stand, machte die Leistung dieser Läufer neugierig. Auf seine Frage nach dem wöchentlichen Trainingspensum erhielt er die Antwort: „So zwischen 200 bis 240 km die Woche.“

Am Fronleichnamstag startete Ingo Hanke beim Olfener Steverauenlauf. Er war hier über 5 km mit 18:07 Min. nur unwesentlich langsamer als zwei Tage später in Werne. In Olfen lag er etwas weiter vorne: Platz 5 gesamt, Platz 1 in der M 35.

## 28. SPARKASSEN-TRIATHLON TVG Kaiserau Ausrichter – Ergebnisse und Platzierungen

# Markus Voss beißt auf die Zähne und holt sich noch den Sieg

**Triathlon** Insgesamt über 500 Aktive in den verschiedenen Kategorien am Start – Wetterbedingungen bestens – Gegenwind kostet auf Radstrecke Kraft

Der Chip am Fuß und beim Ziel-einlauf war das Piepsen zu hören. Wie beim Einkaufen an der Kasse im Supermarkt. So wussten die Triathleten, was im Ziel auf dem Kunstrasenplatz in Kamen-Methler die Stunde geschlagen hat. Ohne Elektronik geht es nicht. Knapp über 500 Aktive nahmen am gestrigen Sonntag am 28. Kamener Sparkassen-Triathlon teil. Ausrichter war einmal mehr der TVG Kaiserau.

„Unsere Veranstaltung fällt und steht mit dem Wetter. Diesmal war das Wetter super“, freute sich Helmut Stalz, 2. Vorsitzender des TVG Kaiserau (Gesamtverein), kurz vor dem offiziellen Abschluss des Triathlons. Mit dem Zuspruch sei der TVG, so Stalz, sehr zufrieden. „Auch wenn diesmal eine Liga weniger als sonst an den Start gegangen ist“, führte Stalz aus. Dennoch herrschte am Sonntag im Kamener Freibad (Schwimmen), auf der Westicker Straße (Radfahren) und rund um die Kunstrasenplätze (Laufen) an der Jahnstraße in Kamen-Methler ein lebhaftes Treiben.

## Kurztriathlon

Der Lokalmatador biss auf die Zähne. Markus Voss, ehemaliger Top-Radfahrer des RSV Unna und jetzt in Diensten der Lauf Freunde Bönen, sicherte sich den Sieg. Nach dem Schwimmen (1000 m) im Kamener Freibad hatte er beim Wechsel auf das Rad (40,7 km) einen Rückstand von zwei Minuten auf den späteren Zweitplatzierten Thomas Schulte-Pieper (RC Sorpese). „Ich war frustriert und wollte schon aufgeben. Aber es standen viele Bekannte an der Strecke, die mich angefeuert haben und mir die Zeit mitgeteilt haben“, sagte Voß nach der Siegerehrung.

## Unfall auf der Radstrecke

■ Dramatische Momente beim Radfahren. Drei Radfahrer waren in einen Unfall verwickelt, der sich im Kreuzungsbereich Westicker Straße/Hemsack ereignet hatte.

■ „Ein Fahrer konnte weitermachen, ein anderer musste ambu-

Nach dem Laufen (10 km) stoppten die Uhren bei 1:58:17 Stunden. Das war Platz eins.

Und noch ein Anreiz sorgte für zusätzliche Motivation, das Leistungstief zu überwinden. Voss hatte am 1. Mai den Volkslauf in Kaiserau gewonnen. „Ich wollte das Double“, machte der 43-Jährige deutlich. Es gelang ihm. Die Siegesserie will das Multitalent möglichst noch ausbauen: am 15. Juli beim Radrennen in Bergkamen. „Vielleicht schaffe ich dann den dritten Sieg in Folge“, sagte Voss mit einem Schmunzeln.

Rang zwei ging gestern an Schulte-Pieper (1:58:31 Stunden) und Rang drei an den Fröndenberger Volker Greis (1:58:55), der jetzt die Farben des Herner Triathlon-Teams trägt.

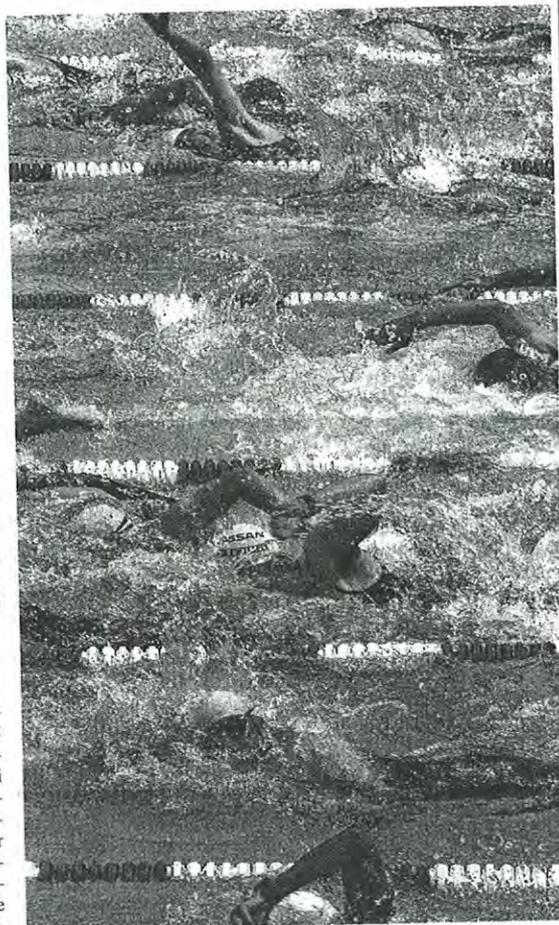
Im Damenklassement des Kurztriathlons setzte sich Annette Schulte-Pieper (RC Sorpese) durch. Sie kam nach 2:13:31 Stunden ins Ziel. Sie hatte erst im vergangenen Jahr ihre Triathlon-Premiere gegeben. „Eine schöne Veranstaltung hier in Kaiserau“, sagte die 31-Jährige während der Siegerehrung.

## Breitensport-Triathlon

Es war das letzte Rennen des gestrigen Tages. 200 m Schwimmen, 7,5 Kilometer Radfahren und 2,5 Kilometer Laufen: Das waren die drei Abschnitte, die zu bewältigen waren. Den Sieg in der Gesamtwertung holte sich Arne Müller (1:06:17 Stunden) vom TuS Westfalia Hombruch. Für die beste Platzierung aus heimischer Sicht sorgte Jens Böttcher vom TVG Kaiserau, der nach 1:08:24 Stunden den fünften Platz belegte. „Das Wetter war wirklich klasse. Aber auf der Strecke war es ganz schön windig“, beschrieb er die Bedingungen.

Durchgehalten hat auch Heinz-

lant im Krankenhaus behandelt werden und der dritte Fahrer hätte aufgrund seiner Verletzungen im Krankenhaus bleiben sollen, doch da er aus Ostfriesland kommt, wollte er sich dort in Behandlung geben“, sagte Helmut Stalz, 2. Vorsitzender des TVG.



Auf geht's: Um 12 Uhr eröffneten gestern die Landesliga-Teams mit dem Schwimmen im Kamener Freibad die Kurzdistanz.

FOTO: DIETMAR WÄSCHE

Otto Kettendörfer. Der 66-Jährige kam nach 1:32:01 Stunden ins Ziel. „Ich bin sehr zufrieden – mit dem Wetter, mit der Veranstaltung und mit mir selbst“, sagte er kurz nach der Zielankunft im Interview mit Moderator Michael Gersmeier.

## Stadtmeisterschaften

Im Rahmen des Schnupper-Triathlons sind (200 m Schwimmen, 7,5 km Radfahren, 2,5 km Laufen) ist der erste Teil der Kamener Stadtmeisterschaften ausgetragen worden. Dabei behauptete Vanessa Fidelak aus Kamen mit 39:26 Minu-

ten den Sieg. Im Klassement der Männer ging der Titel an Yannick Wallny (Kamen), der 30:42 Minuten benötigte.

Teil zwei der Kamener Stadtmeisterschaft ist im Rahmen der Breitensport-Distanz ausgetragen worden: Bei den Damen ging der Meistertitel an Heike Schaumann vom TV Süd-kamen (1:31:05 Stunden) und bei den Männern schnappte sich Hendrik Nachtigäller vom BSC Kamen den Titel (1:19:32).

SK

Ausführliche Ergebnisse unter: [www.mikatiming.de](http://www.mikatiming.de)

## ZITATE



„Wir möchten uns bei den Anliegern für die Absperrungen noch einmal entschuldigen.“

Wolfgang Nörenberg TVG-Vorsitzender (Gesamtverein).



„Die lokalen Veranstaltungen sind mir wichtiger als zum Beispiel ein Marathon in Berlin.“

Markus Voss Sieger des Kurztriathlons von den LF Bönen.



„Treibe Sport aus Spaß und für die Gesundheit.“

Heinz-Otto Kettendörfer 66-jähriger Triathlet des TVG Kaiserau.



„Haben beim Wetter den Papst in der Tasche.“

Werner Hermann Ehrenvorsitzender des TVG Kaiserau.



Schwimme, Radfahren, Laufen: Diesen Dreikampf meisterten auch wieder zahlreiche Mädchen und Jungen beim 6. Kamener Kinder-Triathlon. TVG-Vorsitzender Wolfgang Nörenberg (links) gratulierte den kleinen Teilnehmern. ■ Fotos: Wagner

# „Haubentaucher“ Voß verteidigt seinen Titel

**TRIATHLON** Erneut Sieger beim Kamener Triathlon über olympische Distanz

Von André Wagner

**KAMEN** ■ Marcus Voß ist einfach nicht zu stoppen: Beim 28. Kamener Sparkassen-Triathlon verteidigte er über die olympische Distanz seinen Titel – in nicht einmal zwei Stunden.

Nach 1000 Meter Schwimmen, 40,7 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen erreichte Marcus Voß als Erster das Ziel. „Diesmal ging alles nicht so einfach. Ich musste ordentlich beißen“, gestand er nach dem Wettkampf. Im Schwimmbecken bezeichnet sich der ehemalige Klasse-Radrennfahrer selbst als „Haubentaucher“, kletterte erst sehr spät auf sein Rad. Doch auch bei seiner Paradedisziplin lief es nicht richtig rund. „Irgendwie hatte ich links und rechts einen Platten“, erklärt



Die besten Athleten des Kurztriathlons: Sieger Marcus Voß (mitte.) mit dem Zweitplatzierten und Volker Greis (rechts).

Voß und zeigt auf seine Oberschenkel. Am starken Wind habe es nicht gelegen. Auch Volker Greis aus Strickherdicke, der für Herne startete, wunderte sich, dass er Voß auf dem Rennrad so gut folgen konnte. Greis belegte am Ende den dritten Rang,

knapp geschlagen von Thomas Schulte-Pieper (RC Sorpese). „Jawoll, unter zwei Stunden“, freuten sich die drei Besten im Zielbereich. Greis startet am 1. Juli wieder mit seiner Mannschaft aus Herne bei einem Wettkampf, zuletzt war bei der Langdis-

tanz in Hannover unterwegs. „Bei 8 Grad, Nässe und Kälte“, erinnerte er sich mit einem Schaudern an den Wettkampf.

Sieger Marcus Voß kam über das Radfahren und Laufen zum Triathlon, verbindet seit einigen Jahren Hobby und Beruf miteinander. Schließlich arbeitet er für eine Firma, die Triathlon-Artikel vertreibt. Am 1. Mai hatte der 43-Jährige bereits den Halbmarathon beim TVG Kaiserau gewonnen. Nun peilt Voß noch einen Sieg beim Radrennen am 15. Juli in Bergkamen an. „Reinhold Böhm hat mir einen Startplatz gesichert. Ich freue mich schon riesig“, so Voß abschließend.

Die schnellste Frau beim Triathlon über die olympische Distanz war Annette Schulte-Pieper (RC Sorpese) in 2:13:31 Stunden.

▶ Presseausschnitt für Korvin

vom 19.06.2012

- |   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier        | <input checked="" type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger BÖ |
| <input type="checkbox"/> Lüner Anzeiger     | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag      | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau               |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger      | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.- Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier                         |

## Marcus Voß gewinnt Kamen-Triathlon

Bönener verteidigt Titel in unter zwei Stunden / Im Juli zum Radrennen nach Bergkamen

**BÖNEN** ■ Marcus Voß ist einfach nicht zu stoppen: Beim 28. Kamener Sparkassen-Triathlon verteidigte der Bönener am Sonntag über die olympische Distanz den Titel – in nicht einmal zwei Stunden.

Nach 1000 Meter Schwimmen, 40,7 Kilometer Radfahren und zehn Kilometer Laufen erreichte der Athlet der Lauffreunde das Ziel als Erster. „Diesmal ging alles nicht so einfach. Ich musste ordentlich beißen“, gestand er nach dem Wettkampf. Im Schwimmbassin bezeichnet sich der ehemalige Klasse-Radrennfahrer selbst als „Haubentaucher“. Er kletterte erst sehr spät auf sein Rad. Doch auch in seiner Paradeisziplin lief es nicht richtig rund. „Irgendwie hatte ich



Marcus Voß (m.) verteidigte seinen Titel beim Kamen-Triathlon vor Volker Greis und Thomas Schulte-Pieper. ■ Foto: Wagner

links und rechts einen Platten“, sagte Voß und zeigte auf seine Oberschenkel. Am starken Wind habe es nicht gelegen. Auch Volker Greis aus Strickherdicke, der für Herne

startete, wunderte sich, dass er Voß auf dem Rennrad so gut folgen konnte. Greis belegte den dritten Rang, knapp geschlagen von Thomas Schulte-Pieper (RC Sorpesee).

Marcus Voß kam über das Radfahren und Laufen zum Triathlon, verbindet seit einigen Jahren Hobby und Beruf miteinander. Er arbeitet für eine Firma, die Triathlon-Artikel vertreibt. Am 1. Mai hatte der 43-jährige bereits den Halbmarathon beim TVG Kaiserau gewonnen. Nun peilt Voß noch einen Sieg beim Radrennen am 15. Juli in Bergkamen an. „Reinhold Böhm hat mir einen Startplatz gesichert. Ich freue mich schon riesig“, so Voß abschließend.

Die schnellste Frau beim Triathlon über die olympische Distanz war Annette Schulte-Pieper (RC Sorpesee) in 2:13:31 Stunden. Insgesamt waren in Kamen gut 500 Aktive am Start, darunter gut 70 Kinder. ■ WA

# Triathlon-Debüt für Lauffreunde-Duo

## TRIATHLON Julica Voß und Claudia Grunenberg in Kamen am Start / Sechs Bönener dabei

**BÖNEN** • Beim 28. Kamener Triathlon feierte Marcus Voß von den Lauffreunden Bönen in 1:58:17 Std. wie im Vorjahr den Sieg über die olympische Distanz (WA berichtete). Er war nicht der einzige Bönener, der am Sonntag am Triathlon des TVG Kaiserau teilnahm. „Unsere kleine Triathlon-Abteilung wächst so langsam“, sagte Laufwart Jürgen Korvin.

Über die selbe Distanz – 1000 Meter Schwimmen, 40,7 km Radfahren, 10 km Laufen – war auch Lars Grunenberg, mittlerweile mit einiger Triathlon-Erfahrung ausgestattet, am Start. Mit 2:13:15 Std. erreichte er den Gesamtplatz 15. In seiner Altersklasse M40 bedeutet dies Platz fünf. Im vergangenen Jahr hatte er wegen eines Vollplattens das Rennen abbrechen müssen. Seine Einzelzeiten: 1000 m Schwimmen 20:03 Min., 40,7 km Radfahren 1:10:37 Std.

und 10 km Laufen 42:34 Min.

Carsten Kluge hatte erst zwei Wochen zuvor sein Triathlon-Debüt gegeben. Jetzt war er in Kamen erneut über die Breitensportdistanz am Start. Er finishte nach 1:16:31 Std. auf Platz 22 liegend und erreichte damit den vierten Platz seiner Altersklasse M45. Seine Einzelzeiten: 500 m Schwimmen 10:55 Min., 24 km Radfahren 43:02 Min. und 5 km Laufen 22:34 Min. „Das Schwimmen mit acht, neun Leuten auf einer Bahn war schon eine besondere Erfahrung. Die Enge hat mich einige Zeit gekostet. Aber dafür klappten die Wechsel jetzt besser. Beim Radfahren und Laufen habe ich viele Plätze gut gemacht“, sagte Kluge.

Carlotta Voß (Jahrgang 2000) verbesserte sich beim Schnupper-Triathlon gegenüber dem Vorjahr um gut zwei Minuten und kam auf dem 13. Platz liegend ins Ziel.



Glücklich nach dem ersten Triathlon: Claudia Grunenberg von den Lauffreunden. • Foto: pr

Ihre Einzelzeiten: 200 m Schwimmen 4:56 Min., 7,5 km Radfahren 18:56 Min. und 2,5 km Laufen in 17:30 Min.

Julica Voß und Claudia Grunenberg absolvierten in Ka-

men ihren ersten Triathlon. Grunenberg war über die Breitensport-Distanz am Start. Sie benötigte für die drei Disziplinen 1:37:29 Std., wurde 22. Frau und erreichte Platz vier ihrer Altersklasse W40. Ihre Einzelzeiten: 500 m Schwimmen 12:22 Min., 24 km Radfahren 52:05 Min. und 5 km Laufen 33:02 Min. „Das war nicht mein letzter Triathlon, denn es hat Spaß gemacht. Insbesondere beim Laufen sehe ich deutliches Verbesserungspotential. Aber ich musste ja erst einmal Erfahrungen sammeln“, sagte Grunenberg.

Julica Voß (Jahrgang 2003) erreichte beim Kinder-Triathlon auf Anhieb den dritten Rang bei den Mädchen. Für 100 m Schwimmen, 4 km Radfahren und 400 m Laufen benötigte sie 23:58 Min. und lag damit nur kurz hinter der Siegerin. „Echt top!“, sagte Vater Marcus. • WA



Kleine, aber feine Mannschaft: die Lauffreunde Bönen beim Landschaftslauf in Dolberg. ■ Foto: pr

## Altersklassensiege

### Lauffreunde in Dolberg erfolgreich

**BÖNEN** ■ Mit fünf Aktiven waren die Lauffreunde Bönen am Sonntag am Start des Dolberger Landschaftslaufs. Über zehn Kilometer feierte der Verein Altersklassensiege durch Katrin Walter und Steffen Maletz.

Walter war mit ihren 45:15 Minuten Schnellste der W 30 und insgesamt fünftschnellste Frau. Steffen Maletz gewann die M 18 in 52:01 Minuten. Manuela Maletz benötig-

te 49:08 Min. und lief auf Platz 3 in der W 45. Stefan Deimann erreichte mit 44:59 Min. Platz 6 in der M 40. Hartmut Stoepel wurde über die Fünf-Kilometer-Distanz mit 24:27 Min. Zweiter seiner Altersklasse M 60.

„Auch wenn unsere Gruppe in diesem Jahr deutlich kleiner war als sonst, können sich die Ergebnisse sehen lassen“, sagte Laufwart Jürgen Korvin. ■ WA

# Endstation Stadion

## Lauffreunde Bönen unterstützen Sven Serke beim Firmenlauf in Dortmund

**BÖNEN** ■ Die Lauffreunde Bönen waren am Dienstag bei einem Wettbewerb der besonderen Art am Start: einem Firmenlauf in Dortmund. Sven Serke, derzeit schnellster Mann des Vereins, hatte seine Sportfreunde gebeten, das Firmen-Team seines Arbeitgebers, ein großer Hersteller von Sicherheitsschuhen, zu verstärken.

Start des Sechs-Kilometer-Laufs war die Strobel-Allee vor dem Signal Iduna Park, in dessen Innenraum das Ziel war. „Weil in Dortmund – im Gegensatz zu anderen Firmenläufen – die Zeit genommen wurde, hatte das durch-

aus Wettkampf-Charakter. Es wurde ernsthaft auf Zeit gelaufen“, sagte Laufwart Jürgen Korvin, der die Strecke als anspruchsvoll bezeichnete. „Im Westfalenpark gab es einige wellige Passagen. Außerdem war es schwül-warm. Aber wenn man die eine oder andere Zeit auf die offiziellen fünf Kilometer umrechnet, kommen da recht gute Ergebnisse nahe der persönlichen Bestzeit heraus“, so Korvin weiter.

Serke bestätigte in Dortmund seine gute Form. Er kam als vierter Mann – von 4012 – nach 19:38 Min. ins Ziel. Ihm folgte auf Platz 81

Lars Grunenberg in 23:35 Min. Den Sprung unter die ersten Hundert schaffte auch Jonas Deimann. Der 14-jährige finishte nach 23:56 Minuten.

Bei den Frauen lag Susanne Brinkmann im Bönener Team vorne. Sie benötigte 28:41 Min. und erreichte damit Platz 47 von 1947 Frauen. Ihr folgte Sandra Firus mit 30:53 Min. auf Platz 129, Sabine Schulte mit 31:44 Min. auf Platz 160 und Claudia Grunenberg mit 33:28 Min. auf Platz 260.

Die übrigen Ergebnisse der Bönener Männer: Martin Munk 24:20 Min. (Platz 129),

Marcus Münstermann 25:08 Min. (Platz 198), Martin Schulte 26:03 Min (Platz 301), Timo Grimm 29:12 Min. (Platz 859), Jürgen Korvin 34:06 Min. (Platz 2240) und Volker Firus 34:56 Min. (Platz 2444).

Die Bönener Ausdauersportler sorgten dafür, dass in der Mannschaftswertung der Männer Platz 5 und in der Mixed-Wertung Platz 6 an Serkes Team ging.

Für andere Firmen am Start waren die Bönener Tobias Mohnkern mit 24:48 Min. und Platz 180 bzw. Stefan Deimann mit 25:27 Min. und Platz 232. ■ WA



Abschluss im Stadion: „Teamchef“ Sven Serke (Nr. 294) und seine Mitstreiter von den Lauffreunden Bönen. ■ Foto: pr

▶ Presseausschnitt für Herr Korvin

vom 02.07.2012

- |  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger   | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier        | <input type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger |
| <input type="checkbox"/> Lünen Anzeiger <sup>Sport</sup> | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag      | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger                   | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.- Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier           |

# Ein Lauf der besonderen Art

## LAUFSPORT Lauffreunde Bönen erkunden das BVB-Stadion

**BÖNEN** ▪ Bei einem Laufwettbewerb der besonderen Art waren die Lauffreunde Bönen, dem Firmenlauf in Dortmund. Sven Serke, derzeit schnellster Mann der Lauffreunde, hatte seine Sportfreunde darum gebeten, die Firmenmannschaft seines Arbeitgebers, einen großen Hersteller von Sicherheitsschuhen, zu verstärken.

Der Start über die Distanz von 6 km war am und das Ziel im Signal Iduna Stadion. Dazu Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde: „Da hier in Dortmund - anders als beim Firmenlauf in Unna - die Zeit genommen wurde, war das durchaus ein Wettkampf und es wurde ernsthaft auf Zeit gelaufen.“

Sven Serke bestätigte seine derzeit gute Form. Er kam als vierter Mann - von 4012 - nach 19:38 Minuten ins Ziel. Im folgte auf Platz 81 Lars Grunenberg in 23:35 Minuten. Den Sprung unter die ersten Hundert schaffte



Die Lauffreunde Bönen statten dem BVB-Stadion einen sportlichen Besuch ab. ▪ Foto: LFB

auch Jonas Deimann. Der 14-Jährige finishte nach 23:56 Minuten.

Bei den Frauen lag Susanne Brinkmann im Team vorne. Sie benötigte 28:41 Min. und erreichte Platz 47 - von 1947 Frauen. Ihr folgte Sandra Firus mit 30:53 Min. auf Platz 129, Sabine Schulte mit 31:44 Min. auf Platz 160 und Claudia Grunenberg mit

33:28 Min. auf Platz 260.

Hier die übrigen Ergebnisse der Bönener Männer: Martin Munk 24:20 Min. und Platz 129, Marcus Münstermann 25:08 Min. und Platz 198, Martin Schulte 26:03 Min. und Platz 301, Timo Grimm 29:12 Min. und Platz 859, Jürgen Korvin 34:06 Min. und Platz 2240, Volker Firus 34:56 Min. und

Platz 2444.

Die Bönener Ausdauersportler sorgten dafür, dass in der Mannschaftswertung der Männer Platz 5 und in der Mixedwertung Platz 6 an Serkes Team ging.

Für andere Firmen am Start waren die Bönener Tobias Mohnkern mit 24:48 Min. und Platz 180 bzw. Stefan Deimann mit 25:27 Min. und Platz 232.

Dazu Ewa Deimann, die Sohn und Ehemann begleitete: „Es war eine tolle Stimmung im Stadion. Außerdem konnte man den Pokal und die Meisterschale, die beide zurzeit im Besitz der Borussia aus Dortmund sind, besichtigen.“

Jürgen Korvin berichtet zu den Rahmenbedingungen: „Die Strecke war durchaus anspruchsvoll. Im Westfalenpark gab es einige wellige Passagen. Außerdem war es schwül-warm. Wenn man übrigens die eine oder andere Zeit auf 5 km umrechnet, kommen da recht gute Ergebnisse nahe der persönlichen Bestzeit heraus.“

WAZ  
09.07.12

## **Sven Serke bestätigt seine derzeit gute Form**

**Leichtathletik.** Bei einem Laufwettbewerb der besonderen Art waren die Lauffreunde dabei, dem Firmenlauf in Dortmund. Sven Serke, derzeit schnellster Mann der Lauffreunde, hatte seine Sportfreunde darum gebeten, die Firmenmannschaft seines Arbeitgebers zu verstärken.

Der Start über sechs Kilometer war am und das Ziel im Signal-Iduna-Stadion. Dazu Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde: „Da in Dortmund - anders als beim Firmenlauf in Unna - die Zeit genommen wurde, war das durchaus ein Wettkampf, es wurde ernsthaft auf Zeit gelaufen.“ Sven Serke bestätigte seine derzeit gute Form. Er kam als vierter Mann - von 4012 - nach 19:38 Min. ins Ziel. Ihm folgte auf Platz 81 Lars Grunenberg in 23:35 Min. Den Sprung unter die ersten Hundert schaffte auch Jonas Deimann. Der 14-Jährige finishte nach 23:56 Minuten. Bei den Frauen lag Susanne Brinkmann im Team vorne. Sie benötigte 28:41 Min., erreichte Platz 47 - von 1947 Frauen. Ihr folgte Sandra Firus mit 30:53 Min. auf Platz 129, Sabine Schulte mit 31:44 Min. auf Platz 160 und Claudia Grunenberg mit 33:28 Min. auf Platz 260.



Jede Menge Niederschlag in Fröndenberg: 66 Starter zählte das Feld beim 10-Kilometer-Lauf (Szene) am Freitag. Nach 35:35 Minuten kam Dr. Marcel Frank, M30, mit einem Vorsprung von dreieinhalb Minuten zum zweiten Mal in diesem Jahr als Sieger in Fröndenberg über den Zielstrich. FOTO: KARL DITTRICH

# Starker Regen kurz vor dem ersten Start

**Leichtathletik** Marcel Frank nimmt das 2. Kettenglied in Empfang. Läufer aus dem Rhein-Sieg Kreis beim „29. Lauf durch den Warmer Löhn“ erneut Sieger über 10km

Der Wetterbericht gab gerade eine Unwetterwarnung heraus, als die Helfer über der Graf-Adolf-Straße das Start-Ziel-Transparent aufspannten. Kurz darauf setzte starker Regen ein und mit ihm die Hoffnung, dass bis zum ersten Start die Unwetterfront Fröndenberg wieder verlassen hat.

Um kurz vor 18 Uhr gab es aber noch einen „Nachschlag“ von oben, so dass der erste Start (10 km) des Abends von Raimund Camminadi noch bei abklingendem Niederschlag erfolgte. 66 Starter zählte das Feld und nach 35:35 min. kam Dr. Marcel Frank, M30, mit einem Vorsprung von dreieinhalb Minuten zum zweiten Mal in diesem Jahr als Sieger in Fröndenberg über den Zielstrich. Der 2. und 3. Platz gingen nach Menden. Stefan Niemitz, M30, und Michael Just, M40, vom

Marathonclub Menden liefen nach 39:10 min. bzw. 39:40 min. über den Zielstrich.

Auf dem zwölften Platz lief mit Elisabeth Kebbedies vom TV Werne 03 nach 42:42 min. die schnellste Frau des Rennens ins Ziel. Im Februar war sie in 44:44 min. noch Dritte. Zweite Frau war Heidi Kina, W50, in 46:54 min., 3. wurde Francka Zimmermann, W35, mit 48:08 min. Aus der Hand des Kreisleichtathletik-Ausschuss-Vorsitzenden Christina Geiseler konnten die beiden Laufsieger den Pokal des Bürgermeisters, das Fröndenberger Kettenglied, in Empfang nehmen.

Die vorderen Platzierungen über 5 Kilometer waren eine Sache der heimischen Athleten: Philipp Henseleit vom Marathonclub Menden lief mit 16:31 min. den Sieg souverän vor Tim Voß vom TV Unna in

16:42 min. und Vereinskollegen Fabian Quent in 17:28 min. heraus. Alle drei gehören der Hauptklasse an. Siegerin bei den Frauen wurde Christine Uelzmann, W45, von den Lauffreunden Bönen in 21:26 min. Mit 21:35 min. folgte Mayte Hafenmayer, F, von der LG Schwerte vor der 11-jährigen Senja Ritzmann vom ASV Iserlohn, die 22:03 min. benötigte.

In diesem Lauf gingen auch einige Starter des Veranstalteres an den Start. Norbert Tohermes, M55, vorher und nachher mit der Absperrung beschäftigt und als Radfahrer vor dem 10km-Feld im Einsatz, lief in 21:14 min. als 1. der M55 über die Ziellinie. Erster der M15 wurde in 21:27 min. Geburtstagskind Mattes Görler. Paul Hoffmann, M11, lief mit 21:53 min. eine neue Bestzeit heraus. Erstmals für den VfL am Start war auch Nicole Heyen, W35, mit 24:33min. Klassensiegerin. Hans-Joachim Hendriks, M60, belegte mit 26:50 min. den 3. Rang seiner Klasse. Leonie Loos, W10, wurde in 27:10 min. Klassenzweite. Hanna Danzeglocke, W11, wurde Zweite der W11 und Edda Scherwermann Dritte der W35.

Über die 15km-Strecke standen nach 23 Teilnehmern im Vorjahr in



Hinab zum Stillen Örtchen: Dieser Aktive sorgt vor dem Start für die nötige innere Ruhe während des Laufes. FOTO: KD

Zwei Tage vor dem Walking Day in Unna fanden sich auch für das 5km Walking/Nordic Walking lediglich 9 Stammgäste ein. Rolf Hiemer, Jg. 49, vom TV Werne 03 erzielte die beste Zeit mit 35:46 min. Auch die schnellste Frau kam vom gleichen Verein. Anette Rakoniewski, Jg. 59, kam nach 36:21 min. über die Ziellinie.

## Aus für den 15 km-Lauf

Erste Überlegungen zur Zukunft der 15 km gab es bereits unmittelbar nach der Veranstaltung. Da die Streckenführung im Ruhrtal nicht attraktiver gestaltet werden kann, ohne weitere Straßensperrungen mit großräumigen Umleitungen vorzunehmen, ist der diesjährige 15er gleichzeitig der letzte gewesen. Im nächsten Jahr wird die Veranstaltung mit Kinderläufen auf Kurzstrecken auf der Graf-Adolf-Straße beginnen. „Wir hoffen, dass sich dann auch die Schulen eher angesprochen fühlen als in diesem Jahr“, so Veranstaltungsleiterin Christiane Preuß. Pfarrer Hartmut Görler, VfL-Aktiver, hatte in diesem Jahr den Versuch gestartet, Schüler der Fröndenberger und Mendener Schulen für einen Start zu motivieren, aber eine Reaktion blieb aus. EB

## Langstaffelmeisterschaften in Bönen

Die Langstaffelmeisterschaften des Leichtathletik-Kreises Unna/Hamm finden am kommenden Mittwoch, 4. Juli, auf der Anlage des Bönener Schulzentrum ab 18.15 Uhr statt.

Ausrichter der Titelkämpfe ist der TuS Bönen.

Der 3 x 1000m-Staffellauf der U20 und Männer bildet um 19.55 Uhr den Abschluss.



Tim Voß vom TV Unna (Nr. 740) führte beim Start noch das Feld der Fünf-Kilometer-Läufer an, wurde am Ende aber Zweiter hinter Philipp Henseleit (Nr. 898).

• Foto: Art

# Markus Voß siegt auch im „Löhn“

## LEICHTATHLETIK Bönener in Fröndenberg auf der 15 Kilometer-Strecke ganz vorne Dr. Marcel Frank aus dem Rhein-Sieg-Kreis wiederholt seinen „Zehner-Erfolg“

**FRÖNDEMBERG** ■ Es waren strahlende Sieger: Markus Voß von den Lauffreunden Bönen, der zuletzt beim Triathlon des TVG Kaiserau überzeugt hatte, gewann am Freitagabend den Volkslauf des VfL Fröndenberg „Durch den Warmer Löhn“ über die 15-Kilometer-Strecke. Dr. Marcel Frank aus dem Rhein-Sieg-Kreis wiederholte zudem seinen Erfolg über zehn Kilometer.

Der Wetterbericht gab am Freitag gerade eine Unwetterwarnung heraus, als die Hel-

fer über der Graf-Adolf-Straße das Start-Ziel-Transparent aufspannten. Kurz darauf setzte starker Regen ein und mit ihm die Hoffnung, dass bis zum ersten Start die Unwetterfront Fröndenberg wieder verlassen hat. Um kurz vor 18 Uhr gab es aber noch einen Nachschlag von oben, sodass der erste Start des Abends von Raimund Camminadi noch bei abklingendem Niederschlag erfolgte. 66 Starter zählte das Feld der Zehn-Kilometer-Läufer und nach 35:35 Min. kam Dr. Marcel Frank (M30) mit einem Vorsprung von dreiein-

halb Minuten zum zweiten Mal in diesem Jahr als Sieger in Fröndenberg über den Zielstrich. Der zweite und dritte Platz gingen nach Menden: Stefan Niemitz (M30) und Michael Just, (M40) vom Marathonclub Menden liefen nach 39:10 Min. bzw. 39:40 Min. über den Zielstrich. Auf dem zwölften Platz lief mit Elisabeth Kebbedies vom TV Werne nach 42:42 Min. die schnellste Frau des Rennens ins Ziel. Im Februar war sie in 44:44 Min. noch Dritte. Zweite Frau war Heidi Kina (W50) in 46:54 Min., Dritte wurde Franka Zimmermann (W35) mit 48:08 Min. Aus der Hand der Vorsitzenden des Kreis-Leichtathletik-Ausschusses Christina Geiseler konnten die beiden Laufsieger den Pokal des Bürgermeisters, das Fröndenberger Kettenglied, in Empfang nehmen.

Die vorderen Platzierungen über fünf Kilometer waren eine Sache der heimischen Athleten: Philipp Henseleit vom Marathonclub Menden lief mit 16:31 Min. den Sieg souverän vor Tim Voß vom TV Unna in 16:42 Min. und Vereinskollegen Fabian Quant in 17:28 Min. heraus. Alle drei gehören der Haupt-



Franka Zimmermann vom ausrichtenden VfL Fröndenberg war drittschnellste Frau über zehn Kilometer.

• Foto: Art

klasse an. Siegerin bei den Frauen wurde Christine Uelzmann (W45) von den Lauffreunden Bönen in 21:26 Min. Mit 21:35 Min. folgte Mayte Hafenmayer (F) von der LG Schwerte vor der 11-jährigen Senja Ritzmann

vom ASV Iserlohn, die 22:03 Min. benötigte.

In diesem Lauf gingen auch einige Starter des Veranstalter an den Start. Norbert Tohermes (M55) vorher und nachher mit der Absperrung beschäftigt und als Radfahrer vor dem Zehn-Kilometer-Feld im Einsatz, lief in 21:14 Min. als Erster der M55 über die Ziellinie. Erster der M15 wurde in 21:27 Min. Geburtstagskind Mattes Görler. Paul Hoffmann (M11) lief mit 21:53 Min. eine neue Bestzeit heraus. Erstmals für den VfL am Start war auch Nicole Heyen (W35) mit 24:33 Min. Klassensiegerin. Leonie Loos, W10, wurde in 27:10 Min. Klassenzweite.

Über die 15km-Strecke standen nach 23 Teilnehmern im Vorjahr in diesem Jahr 22 Aktive am Start. Es siegte Markus Voß (M40) von den Lauffreunden Bönen in 55:27 Min. Zweiter wurde Andre Löher (M) von Tri Fun Henneesse in 58:46 Min. vor Oliver Friede (M40) von Marathon Soest in 59:49 Min. Schnellste Frau war Regina Tank (W50) in 1:10:40 Std. vor Marit Bergmann (F) vom Laufteam Unna in 1:13:05 Std. und Sonja Rabe (W50) vom Marathonclub Menden in 1:29:06 Std.



Helfer des Deutschen Roten Kreuzes reichten Erfrischungen an die Läuferinnen und Läufer.

• Foto: Art

DIENSTAG

## Voß gewinnt

**Fröndenberg** ■ Den vermutlich letzten 15 Kilometerlauf durch die Warmer Löhn am Freitagabend gewann Markus Voß. Der Bönener Lauffreund ließ die Konkurrenz aus 22 Läufern in 55:27 Minuten deutlich hinter sich. Er war über drei Minuten schneller als der Zweite Andre Löher (58:46 Min.). Der Veranstalter plant für 2013 ohne die Strecke durchs Ruhrtal.

## Kluge vor Grunenberg

**BÖNEN** ■ Carsten Kluge und Lars Grunenberg von den Lauffreunden Bönen starteten beim Triathlon „Saerbeck Classic“. Kluge belegte in 1:09:37 Std. den 43. Platz von 296 Finishern (Rang 7 in M45). Grunenberg war 16 Sekunden langsamer und wurde 47. (Rang 11 in M40).

Zu absolvieren waren 600 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und 5 Kilometer Laufen. Geschwommen wurde im 21 Grad warmen Waldsee. Auf der Radstrecke gab es Abschnitte mit heftigem Gegenwind und viele enge Kurven. Die Laufstrecke bot als Wendepunktstrecke die Gelegenheit, die vor einem liegende Konkurrenz ins Auge zu nehmen.

„Ich denke, mein Rückstand ist dem Ausritt beim Radfahren geschuldet. Sonst hätte es ein Kopf-an-Kopf-Rennen gegeben“, sagte Grunenberg. Er hatte bei einem Engpass nicht herunter bremsen können und kurz die Strecke verlassen müssen. Kluge benötigte für das Schwimmen 12:35 Min., für das Radfahren 36:26 Min. und für das Laufen 20:36 Min. Grunenbergs Zeiten: 12:19 Min. Schwimmen, 36:07 Min. Radfahren und 21:33 Min. Laufen.

In Saerbeck war auch Lauffreundin Sabine Hermann, die beim Triathlon für TVG Kaiserau antritt, am Start. Bei den dort ausgetragenen NRW-Meisterschaften über die gleiche Distanz gewann sie nach 1:37:36 Std. den Titel in ihrer Altersklasse W50 (16:13 Min., 48:47 Min., 32:36 Min.). ■ WA



Artikel publiziert am: 16.07.2012 - 17:39 Uhr

Artikel gedruckt am: 23.07.2012 - 21:14 Uhr

Quelle: <http://www.wa.de/sport/regionalsport/boenen/marcus-voss-ziel-erreichtdas-naechste-anvisiert-2402667.html>

## Marcus Voß: Ziel erreicht, das nächste anvisiert

BÖNEN/BERGKAMEN • Nass, aber glücklich passierte Marcus Voß am Sonntagabend als Siebter die Ziellinie beim Endlauf des Deryn-Rennens. Sieger dieses Abschluss des Bergkamener Radfestivals wurde Favorit und Lokalmatador Lukas Liß.



© Gudra

Das Deryn fest im Blick: Marcus Voß. •

„Für mich ist das Ergebnis absolut klasse“, erklärte der Bönener Voß, auch bei den Lauffreunden aktiv. Kein Wunder – hatte er sich doch das Erreichen des Finales als Ziel seiner Teilnahme gesetzt. Das von ihm so bezeichnete „erste Leben“ als Sportler liegt einige Zeit zurück. Der heute 43-Jährige war 1986 immerhin Erster der deutschen Juniorenrangliste (1986). Am Sonntag startete er für den Veranstalter RSV Unna – als einer von drei Oldies im Pulk des talentierten Radsportnachwuchses um Liß, Straßen-Europameister Julian Kern und dem Schweizer Madison-Europameister Alexander Aeschbach. Voß fuhr punktgenau auf den fünften Platz im Qualifikationsrennen über 20 Runden. Je fünf aus den beiden Vorläufen qualifizierten sich für den Endlauf.

Neben dem Bönener überstand mit Jens Volkmann (Mettmann) ein weiterer Oldie die Ausscheidungsrennen. Der ist aber auch mit 44 Jahren noch Radsportspezialist, steht auf Platz 21 der Rose-Rangliste, Voß auf Platz 333. Der Bönener ist hingegen in erster Linie Triathlet. Aber er hatte dennoch im Bergkamener Finale die Nase vorn: Mit Thorsten Rellensmann auf dem Deryn-Krad als Schrittmacher platzierte sich Voß einen Rang vor dem Seniorenweltmeister Volkmann.

„Es war ein super Kurs und ein tolles Deryn-Rennen“, urteilte Voß, dem es sichtbar Spaß gemacht hatte. Trotz des Regens, wegen dessen die Rennleitung zwei Runden streichen musste. Ein dramatisches Finish – Liß setzte sich erst im Schlussspurt auf den letzten 250 Metern gegen Kern und Aeschbach durch, entschädigte das Publikum rund um den Bergkamener Markt. Im Schnitt durchfahren die Fahrer mit 47 km/h den ein Kilometer langen Parcours. Die schnellste Runde wurde mit 1:08 Minuten gestoppt.

Einen rasanten Zwischenspurt legte auch Voss im Vorlauf ein. „Die Sprintwertung ist eine große Chance, auch aufs Treppchen zu fahren“, erklärte er schmunzelnd. Er gewann die Prämie und bestieg die Siegertribüne.

Am Montag war Marcus Voß dann schon wieder geschäftlich in Heilbronn gefragt. Er befindet sich jetzt eben im „zweiten Leben“ nach dem Sport. Höchstleistungen sind für ihn aber auch als engagierter Hobbysportler noch drin. Am kommenden Wochenende startet er beim Hamburg-Triathlon, mit 10 000 Teilnehmern einer der größten weltweit. Dort kann er einmal Beruf und Hobby verbinden: Voß ist Europachef einer amerikanischen Trendsportartikel-Marke, die den Wettbewerb, der zur rund um den Globus laufenden ITU-Serie gehört, mit veranstaltet. • ml

Artikel lizenziert durch © wa

Weitere Lizenzierungen exklusiv über <http://www.wa.de>

# Voß tingelt zwischen Radsport und Triathlon

**RADSPORT** Bönener punktet beim Bergkamener Derny-Rennen  
Am Wochenende Start beim Hamburg-Triathlon geplant

**KREIS UNNA** ■ Nass, aber glücklich passierte Marcus Voß am Sonntagabend als Siebter die Ziellinie beim Endlauf des Derny-Rennens. Ein dennoch tolles Ergebnis für das sportliche Multitalent aus Bönen.

„Für mich ist das Ergebnis absolut klasse“, erklärte der Bönener Voß, auch bei den Lauffreunden in Bönen aktiv. Kein Wunder – hatte er sich doch das Erreichen des Finales als Ziel seiner Teilnahme gesetzt. Das von ihm so bezeichnete „erste Leben“ als Sportler liegt einige Zeit zurück. Der heute 43-Jährige war 1986 immerhin Erster der deutschen Juniorenrangliste (1986). Am Sonntag startete er für den Veranstalter RSV Unna – als einer von drei Oldies im

Pulk des talentierten Radsportnachwuchses um Liß, Straßen-Europameister Julian Kern und dem Schweizer Madison-Europameister Alexander Aeschbach. Voß fuhr punktgenau auf den fünften Platz im Qualifikationsrennen über 20 Runden. Je fünf aus den beiden Vorläufen qualifizierten sich für den Endlauf.

Neben dem Bönener überstand mit Jens Volkmann (Mettmann) ein weiterer Oldie die Ausscheidungsrennen. Der ist aber auch mit 44 Jahren noch Radsportspezialist, steht auf Platz 21 der Rose-Rangliste, Voß auf Platz 333.

Der Bönener ist hingegen in erster Linie Triathlet. Aber er hatte dennoch im Bergkamener Finale die Nase vorn: Mit Thorsten Relensmann auf dem Derny-

Krad als Schrittmacher platzierte sich Voß einen Rang vor dem Seniorenweltmeister Volkmann.

„Es war ein super Kurs und ein tolles Derny-Rennen“, urteilte Voß, dem es sichtbar Spaß gemacht hatte. Trotz des Regens – Grund dafür, dass beim Rennen zwei Runden gestrichen wurden. Ein dramatisches Finish – Liß setzte sich erst im Schluss-Spurt auf den letzten 250 Metern gegen Kern und Aeschbach durch, entschädigte das Publikum rund um den Bergkamener Markt. Im Schnitt durchfahren die Fahrer mit 47 Stundenkilometern den ein Kilometer langen Parcours. Die schnellste Runde wurde mit 1:08 Minuten gestoppt.

Einen rasanten Zwischenspurt legte auch Voss im Vorlauf ein. „Die Sprintwer-

nung ist eine große Chance, auch aufs Treppchen zu fahren“, erklärte er schmunzelnd. Er gewann die Prämie und bestieg die Siegertribüne.

Zu Wochenbeginn war Marcus Voß dann schon wieder geschäftlich in Heilbronn gefragt. Er befindet sich jetzt eben im „zweiten Leben“ nach dem Sport. Höchstleistungen sind für ihn aber auch als engagierter Hobbysportler noch drin. Am kommenden Wochenende startet er beim Hamburg-Triathlon, mit 10000 Teilnehmern einer der größten weltweit. Dort kann er einmal Beruf und Hobby verbinden: Voß ist Europachef einer amerikanischen Trendsportartikel-Marke, die den Wettbewerb, der zur ITU-Serie gehört, mit veranstaltet.

■ ml

# In neuen Bestzeiten

**LEICHTATHLETIK** Lauffreunde und TuS in Fröndenberg am Start / Voß, Munk und Grunenberg schnellste Bönener über 15-, 10- und 5 Kilometer



Die Lauffreunde Bönen traten mit einer großen Mannschaft beim Lauf durch den „Warmer Lohn“ an. • Foto: pr

**BÖNEN** • Martin Munk war schnellster Bönener über die 10-km-Distanz beim Lauf durch den „Warmer Lohn“ in Fröndenberg. Er verpasste mit 39:45 Minuten seine Bestzeit um acht Sekunden. Er war Gesamt-Vierter und Zweiter der Altersklasse M40.

Er war nicht der einzige mit einer Altersklassen-Spitzenplatzierung. Susanne Brinkmann gewann in 49:06 Min. die W40. Zweite Plätze holten Dirk Pfeffer (44:06 Min.) in M45, Lukas Fudaley (51:01 Min.) in M35 und Sandra Firus (51:17 Min.) in W45. Fudaley lief persönliche 10 km-Bestzeit, ebenso Susanne Ganswind mit 53:05 Min.

Über 15 Kilometer war nur ein Bönener am Start. Markus Voß (M40) gewann dieses Rennen souverän in 55:27



Helge Meiritz, Viktoria Krause und Jürgen Weitz von der TuS starteten in Fröndenberg über die Fünf-Kilometer-Strecke. • Foto: pr

Min. Über fünf Kilometer gewann Christine Uelzmann in 21:26 Min. die Frauenwertung und damit auch ihre Altersklasse W45. Weitere Klassensiege gab es für Daniel Kaftan (m. Jugend A) mit 21:22 Min., Steffen Maletz (m. Jugend B) mit 22:14 Min., und

Julia Firus (w. Jugend B) in 30:29 Min. Neben Maletz und Kaftan erreichte Martin Schulte (M45) in 21:20 Min. und Thomas Kaftan (M40) in 24:02 Min. eine neue persönliche Bestzeit.

Schnellster Bönener über die fünf Kilometer war Lars

Grunenberg, der in M40 mit 20:19 Min. auf Platz 2 lief. Er war Siebter im Gesamteinlauf. Weitere zweite Plätze erreichten Hartmut Stoepel in der M60 mit 23:56 Min., Sabine Schulte in W40 mit 26:26 Min. und Jana Firus (W12) in 30:35 Min. Auf den Altersklassenplatz 3 der M40 lief Joachim Kissing mit 21:04 Min.

Persönliche Bestzeiten über fünf Kilometer gab es auch für zwei Aktive der TuS Bönen: Helge Meiritz kam nach 29:01 Min. ins Ziel und wurde Siebter der Männer-Hauptklasse. Victoria Krause wurde in ihrer neuen Bestzeit von 29:42 Min. Vierte der Frauen-Hauptklasse. Dritter im Bunde war Jürgen Weitz. Er war mit 24:39 Minuten Schnellster des TuS-Trios. Er belegte Rang sechs in der M45. • WA

▶ Presseausschnitt für Korvin

vom 10.07.2012

- |   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier        | <input checked="" type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger |
| <input type="checkbox"/> Lüner Anzeiger     | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag      | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau            |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger      | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.- Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier                      |

# Nur vier Sekunden zu langsam

**LAUFSPORT** Lauffreunde mit guten Ergebnissen beim Hammer Parkhauslauf

**BÖNEN** - Einen Wolkenkratzer hat Hamm nicht zu bieten. Den Puls in die Höhe treiben, wie zum Beispiel bei den Treppenhäusläufen aufs Empire State Building, bleibt den heimischen Ausdauersportlern aber nicht vorenthalten. Schließlich gibt es den Parkhauslauf im Alleecenter Hamm, seit Jahren gern wahrgenommen von Bönener Lauffreunden, die das Besondere suchen.

15 waren es am vergangenen Sonntag. Darunter auch der Rekordhalter auf der so genannten Fun-Strecke, Sven Serke. Er meldete nicht nur für die 4,8 Kilometer sondern auch für die Profi-Strecke über die doppelte Distanz. Wie gut er wieder in Form ist, zeigte der schnellste Lauffreund über seine Paradedstrecke. Mit 14:55 Minuten verpasste er seinen Streckenrekord aus dem Jahre 2010 nur um vier Sekunden. „Mit einer zu schnell angegangenen ersten Runde habe ich die Chance vertan, meinen Strecken-



15 der insgesamt 273 Teilnehmer des fünften Hammer Parkhauslaufs stellten die Bönener Lauffreunde. - Foto: pr

rekord zu verbessern“, urteilte der Heerener kritisch.

Die falsche Taktik hatte danach auch Auswirkungen auf die 9,6 Kilometer Distanz. „Ich musste Philipp Kaldewei und Andreas Beulertz gleich ziehen lassen, weil ich schwere Beine hatte“, erklärte Serke nach seinem dritten Platz in 31:55 Minuten. Kaldewei siegte in 30:17,98 Minuten vor Beulertz in 30:57,72.

Das anspruchsvolle Rennen,

wegen des Regens diesmal mit dem überdachten Parkdeck A als Start-/Zielpunkt, lief über 1,6 Kilometer zunächst die eine Auffahrtsspindelel runter zur Einfahrt, dann rauf zum oberen Parkdeck B und die andere Auffahrtsspindelel wieder abwärts zum Ausgangspunkt.

Nur eine Runde gingen die schnellsten Bönener Schüler Jonas Deimann und Katharina Budde. Deimann durchlief

die 1,6 Kilometer in 5:32 Minuten als Zweiter der Schülerkonkurrenz A. Budd reichten 6:21 Minuten für den Sieg in der weiblichen Jugend B.

Der Aussage von Markus Munk, der den Profilauf in 37:24 Minuten als Sechster absolvierte, dass diese „Rennen total abwechslungsreich und etwas anderes ist als immer nur geradeaus zu laufen“, schlossen sich am Sonntag insgesamt über 273 Läufer an. Das bedeutet für den fünften Parkhauslauf einen neuen Teilnehmerrekord. - WA/ml

Die übrigen Ergebnisse der Lauffreunde  
Schülerlauf: Miriam Kalwei (7:10 Min., 3. Schülerinnen D), Zoe Zicholl (6:53 Min., 4. Sch. B), Jacqueline Munk (7:11 Min., 5. Sch. B), Markus Kalwei (6:52 Min., 4. Schüler B).  
Fun-Lauf (4,8 km): Manuela Male (21:35 Min., 1. W45), Ulf Kasichl (22:16 Min., 1. M70), Michael Kle (20:02 Min., 2. M45), Michael Flo (21:01 Min., 3. M45), Tristan Sommer (25:31 Min., 4. männliche Jugend I)  
Berthold Sommer (24:38 Min., 6. M4)  
Profi-Lauf (9,6 km): Stefan Deimann (40:01 Min., 9. M40)

# Wie Formel 1 in Monaco

## LEICHTATHLETIK Neuer Teilnehmerrekord beim Parkhauslauf im Allee-Center

HAMM • „Bei diesem schlechten Wetter die Teilnehmerzahl aus den vergangenen Jahren zu toppen, ist eine tolle Leistung.“ Rundum zufrieden zeigte sich Veranstalter Jörg Ostrowski von der ACW-Agentur mit der fünften Auflage des Parkhauslaufs im Allee-Center. Trotz des Dauerregens nahmen rund 273 Läuferinnen- und Läufer an den verschiedenen Rennen teil.

Bereits am Samstagabend fiel die Entscheidung, den Start- und Zielbereich in das überdachte Parkdeck A zu verlegen. „Das ist natürlich Luxus, wenn man so kurzfristig auf die Witterungsbedingungen reagieren kann. An der frischen Luft und bei Sonnenschein wäre es noch schöner gewesen. Aber bei dem Regen sind wir alle froh, im Trockenen zu starten und enden“, sagte Ostrowski und fügte hinzu: „Für die Athleten ist es sogar angenehm, zwischendurch etwas Abkühlung von oben zu erhalten.“

Im Hauptlauf setzten sich die Favoriten um den Hammer Andreas Beulertz gleich zu Beginn an die Spitze des Feldes. Angetrieben von den Zuschauern rannten die Sportler durch die Parkhausspindel nach unten, machten dort eine Kehrtwende, um anschließend die Spindel hinauf zum oberen Parkdeck zu laufen. Von da aus ging es wieder zum überdachten Parkdeck zurück. Diese Tortur stellte eine von sechs Runden dar, summiert ergaben sich 9,6 Kilometer. Diese absolvierte bei den Männern



Philipp Kaldewei stellte beim Hauptlauf durchs Parkhaus einen neuen Rekord über 9,6 Kilometer auf.

Philipp Kaldewei aus Oelde am schnellsten. Bei 30:17 Minuten stoppte die Uhr, ein neuer Rekord beim Parkhauslauf. „Das war mein erster Start hier, das hat richtig Spaß gemacht. Der Lauf hat was von der Monaco-Formel-1-Strecke, bei den ganzen Kurven und Auf- und Abs. Das ist mal was anderes“, so der sichtlich erschöpfte, aber zufriedene Sieger. Als bester Hammer Läufer erreichte der Vorjahressieger Andreas Beulertz nach 30:52 Minuten als Zweiter das Ziel und zeigte sich ebenfalls hochzufrieden mit seiner Leistung: „Ich habe meine Zeit aus dem vergangenen Jahr nochmal deutlich unterboten, das hätte ich nicht gedacht“, so Beulertz.

Sportlich fair gratulierte er dem Sieger: „Philipp Kaldewei läuft in einer anderen Liga, seine Leistung war weltklasse.“ Den Bronze-Rang belegte Sven Serke von den Lauffreunden Bönen in 31:54 Minuten.

### Strecke eine Herausforderung

Nach 39:22 Minuten erreichte die erstmals angetretene Elisabeth Kebedies vom TV Werne 03 das Ziel und war damit beste Frau beim Hauptlauf. „Ich habe es mir schlimmer vorgestellt. Die Strecke war eine Herausforderung, aber auch eine richtig gute Vorbereitung für den bald anstehenden Müns-

ter-Marathon“, so die Siegerin. Den zweiten Platz belegte Regina Tank (Dortmund/40:29 Minuten), als beste Hammerin lief Petra Nolte vom TuS Uentrop nach 41:52 durch das Ziel.

Bereits um 10 Uhr morgens startete das 4,8-Kilometer-Rennen, bei dem Männer und Frauen aller Altersklassen gemeinsam liefen. Die schnellste Zeit bei den Männern erreichte der auch beim Hauptlauf starke Sven Serke, der die Strecke nach 14:55 Minuten absolviert hatte. Bei den Frauen war Melanie Kionka vom Runners Point Hamm die schnellste Athletin. Sie überquerte die Ziellinie nach 17:06 Minuten.

Anschließend folgten die kleinsten Athleten, die Bambini (bis sieben Jahre), die nach 400 Metern das Ziel erreichten. Der schnellste Nachwuchsläufer war Neo Aurell Friese, der den knappen halben Kilometer in 1:55 Minuten absolvierte. Das schnellste Mädchen war Klara-Sofie Weiffen vom TV Witzhelden. Sie flitzte nach 2:10 durch das Ziel und belegte damit den dritten Rang in der Bambini-Gesamtwertung.

Auch die Schüler bewiesen ihr Können. Nach 1,6 Kilometern sicherte sich Marvin Konstantin Pufahl vom TV Werne 03 den ersten Platz, er sprintete nach 4:51 Minuten durchs Ziel. Bei den jungen Frauen sicherte sich Alina Thiel vom IV Oelde den höchsten Platz auf dem Treppchen, sie benötigte 5:52 Minuten. • mby

# Sven Serke im Parkhaus zu rasch unterwegs

LEICHTATHLETIK Bönener gewinnt den Fun-Run im Allee-Center Hamm

**BÖNEN** • Von ungewöhnlichen Laufstrecken hört man immer wieder. Die Lauffreunde Bönen nahmen jetzt am fünften Parkhauslauf im Allee-Center Hamm teil.



Sven Serke

Ausgeschrieben waren ein Bambinilauf über - ungefähr - 400 Meter, ein Schülerlauf über 1,6 Kilometer, ein „Jedermannlauf“ über 4,8 Kilometer und der Hauptlauf über 9,6 Kilometer.

Am Start waren insgesamt 15 Lauffreunde unterschiedlichen Alters, wobei Sven Serke sich für einen Doppelstart über 4,8 km und 9,6 km entschieden hatte.

Schon die Streckenbeschreibung macht deutlich, welche Ansprüche der Lauf stellte: Der Startschuss fiel in diesem Jahr wegen des Regens auf dem überdachten Parkdeck B, wo zugleich auch das Ziel war. Von dort aus ging es durch eine der steilen Parkhausspindeln, die sonst von den Kraftfahrzeugen genutzt werden, zunächst nach unten. Es folgten eine Kehrtwende, ein heftiger Anstieg hinauf zum oberen freien Parkdeck und ein Abstieg zu Start und Ziel. Je nach Wettbewerb war diese 1,6 Kilometer lange Runde bis zu sechs Mal zu durchlaufen. Dazu Doppelstarter Sven Serke: „Das war läuferisch schon eine besondere Herausforderung.“

Serke gewann den Fun-Lauf über 4,8 Kilometer in schnellen 14:55 Min. Er hält über diese Distanz mit 14:51 Min. den Streckenrekord, gelaufen im Jahre 2010. „Mit einer zu schnellen ersten Runde habe ich die Chance vertan, meinen Streckenrekord zu verbessern“, äußert sich Serke.

Im Hauptlauf über 9,6 km kam Serke nach 31:55 Min. als Dritter ins Ziel. Sein Resümee: „Philipp Kaldewei aus Oelde und Lokalmatador Andres Beulertz musste ich gleich ziehen lassen, weil ich doch etwas schwere Beine hatte.“

Schnellster Bönener im Schüler-Lauf über 1,6 km war Jonas Deimann mit 5:32 Min. Er lief damit auf Platz 2 bei den Schülern A. Katharina Budde gewann in 6:21 Min. in der weibl. Jugend B. Hier die übrigen Zeiten und Platzierungen: Miriam Kal-

wei, 7:10 Min., Platz 3 Schülerinnen D; Zoe Zicholl 6:37 Min., Platz 4 Schülerinnen B; Jaqueline Munk 7:18 Min., Platz 5 Schülerinnen B; Markus Kalwei 6:28 Min., Platz 4 Schüler B.

Im Fun Run über 4,8 km gab es neben Sven Serke weitere gute Platzierungen. Manuela Maletz gewann in 21:35 Min. ihre Altersklasse W 45, Ulf Kasichke siegte in 22:16 Min. in M 70. Michael Klein erreichte in 20:02 Min. Platz 2 und Michael Flory in 21:01 Min. Platz 3 in M 45. Tristan Sommer benötigte 25:31 Min. (Platz 4 m. Jugend B) und Berthold Sommer 24:38 Min. (Platz 6 in M 45).

Im Hauptlauf über 9,6 km waren neben Serke auch Martin Munk und Stefan Deimann dabei. Munk kam nach 37:24 Min. ins Ziel (Platz 6 in M 40) und Deimann nach 40:01 Min. (Platz 9 in M 40). Martin Munk: „Das Rennen war total abwechslungsreich. Es war mal etwas anderes als einfach nur geradeaus zu laufen.“

Jürgen Korvin, Pressewart der Lauffreunde, abschließend: „Die Zuschauer kamen voll auf ihre Kosten. Das Rahmenprogramm bot einiges, eine unterhaltsame Moderation, ein kleines Begrüßungsgeschenk, Grispasta, attraktive Preise für die Gewinner und eine Tombola für alle. Insgesamt war es wieder eine gelungene, perfekt organisierte und vor allem familiäre Veranstaltung, die man in Hamm auf die Beine gestellt hat, in diesem Jahr sogar mit einem Teilnehmerrekord. Wegen der krummen Strecken habe ich diesmal keine persönlichen Bestzeiten zu vermelden. Da hört meine Statistik auf.“

# Startschuss fällt wegen des Regens auf dem Parkdeck B

Leichtathletik Doppelstarter Sven Serke: „Das war läuferisch schon eine besondere Herausforderung“

WAZ  
10.07.12

Von ungewöhnlichen Laufstrecken hört man immer wieder. So gibt es beispielsweise in Großstädten wie Frankfurt oder New York mit ihren Wolkenkratzern Treppenhausläufe. Und in einem Salzbergwerk im thüringischen Sondershausen haben auch die Lauffreunde Bönen 700 m unter der Erde schon an einem 10 km-Lauf teilgenommen. Nicht ganz so spektakulär, aber trotzdem nicht alltäglich, war der 5. Parkhauslauf am vergangenen Sonntag im Allee-Center in Hamm.

Ausgeschrieben waren ein Bambini-Lauf über – ungefähr – 400 m, ein Schülerlauf über 1,6 km, ein „Jedermannlauf“ über 4,8 km und der Hauptlauf über 9,6 km.



**Doppelstart beim Parkhauslauf in Hamm: Sven Serke.**

FOTO: SK

Am Start waren insgesamt 15 Lauffreunde unterschiedlichen Alters, wobei Sven Serke sich für einen Doppelstart über 4,8 km und 9,6 km entschieden hatte.

Schon die Streckenbeschreibung

macht deutlich, welche Ansprüche der Lauf stellte: Der Startschuss fiel in diesem Jahr wegen des Regens auf dem überdachten Parkdeck B, wo zugleich auch das Ziel war. Von dort aus ging es durch eine der steilen Parkhausspindeln, die sonst von den Kraftfahrzeugen genutzt werden, zunächst nach unten. Es folgten eine Kehrtwende, ein heftiger Anstieg hinauf zum oberen freien Parkdeck und ein Abstieg zu Start und Ziel. Je nach Wettbewerb war diese 1,6 km lange Runde bis zu sechs Mal zu durchlaufen. Dazu Doppelstarter Sven Serke: „Das war läuferisch schon eine besondere Herausforderung.“

Serke gewann den Fun Lauf über

4,8 km in schnellen 14:55 Min. Er hält über diese Distanz mit 14:51 Min. den Streckenrekord, gelaufen im Jahre 2010. „Mit einer zu schnellen ersten Runde habe ich die Chance vertan, meinen Streckenrekord zu verbessern“, äußert sich Serke. Im Hauptlauf über 9,6 km kam Serke nach 31:55 Min. als Dritter ins Ziel. Sein Resümee: „Philipp Kaldewei aus Oelde und Lokalmatador Andres Beulertz musste ich gleich ziehen lassen, weil ich doch etwas schwere Beine hatte“.

Schnellster Bönener im Schüler-Lauf über 1,6 km war Jonas Deimann mit 5:32 Min. Er lief damit auf Platz 2 bei den Schülern A. Katharina Budde gewann in 6:21 Min. in

der weiblichen Jugend B.

Im Fun Run über 4,8 km gab es neben Sven Serke weitere gute Platzierungen. Manuela Maletz gewann in 21:35 Min. ihre Altersklasse W 45, Ulf Kasichke siegte in 22:16 Min. in M 70. Michael Klein erreichte in 20:02 Min. Platz 2 und Michael Flory in 21:01 Min. Platz 3 in der M 45. Tristan Sommer benötigte 25:31 Min. (Platz 4 m. Jugend B) und Berthold Sommer 24:38 Min. (Platz 6 in M 45).

Im Hauptlauf über 9,6 km waren neben Serke auch Martin Munk und Stefan Deimann dabei. Munk kam nach 37:24 Min. ins Ziel (Platz 6 in M 40) und Deimann nach 40:01 Min. (Platz 9 in M 40).

## Pfeilschnell auf dem Rad

**BÖNEN/HAMBURG** ■ Als 170. von insgesamt 2644 Startern im Jedermann-Rennen überlief Marcus Voß am Samstag die Ziellinie des 11. Hamburg-Triathlons, Europas größter Veranstaltung in dieser Sportart. Für die olympische Distanz mit 1,5 Kilometer Schwimmen, 40 Kilometer Radfahren und Zehnkilometerlauf brauchte der Bönener 2:23:12 Stunden.

Fast 20 Minuten verlor der Lauffreund zu Beginn beim Schwimmen in der Alster. „Das waren zehn Minuten mehr als im vergangenen Jahr“, ärgerte er sich, „ich

hatte diesmal Probleme mit der Atemtechnik beim Kraulen, musste fast die gesamte Strecke Brustschwimmen.“

Hervorragend war hingegen die Platzierung in seiner Paradedisziplin: Auf dem Rad flog er als Viertschnellster in einer Stunde und 27 Sekunden ins Ziel. Läuferisch lief er am Samstag ebenfalls in der Spitzengruppe mit 38:43 Minuten reichten Voß zum 46. Platz in der Einzelwertung dieser Disziplin. „Das ist ein ganz tolles Event“, verabschiedete sich der Bönener letztlich zufrieden aus der Hansestadt. ■ ml

## Voß startet beispiellose Aufholjagd

Triathlon. Brillante Leistung mit dem Rad

Ganz im Zeichen des Triathlons stand die Hansestadt Hamburg am vergangenen Wochenende. Der Hamburg-Triathlon ist einer der größten der Welt, und Insider behaupten sogar, er sei einer der schönsten. Der Streckenverlauf ist einzigartig: Schwimmen in der Binnenalster, Radfahren entlang der Elbe und Laufen am Ufer von Binnen- und Außenalster. Bereits zum elften Mal fand diese sportliche Großveranstaltung statt.

Neben je 65 Frauen und Männer der Triathlon-Elite, die im Rahmen der ITU World Triathlon Series an den Start gingen, waren knapp 10.000 Breitensportler für verschiedene Wettbewerbe gemeldet, unter ihnen Marcus Voß (Bild) von den Lauffreunden Bönen. Für ihn galt es am Sonntag, die olympische Distanz - 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und



10 km Laufen - zu absolvieren.

Voß erreichte nach 2:23:12 Stunden Rang 171 von immerhin 2678 Männern. In seiner Altersklasse „männliche Senioren 1“ bedeutet dies für den 43-Jährigen Platz 27 von 481 Finishern. Dabei brachte er eine beispiellose Aufholjagd hinter sich. Voß, nach eigenen Aussagen ein „miserabler Schwimmer“, verließ nach 1,5 km und 36:06 Min. auf Platz 2.100 liegend das 17 Grad kalte Wasser der Binnenalster. Auf dem Rennrad zeigte der Erste der deutschen Juniorenrangliste des Bundes Deutscher Radfahrer des Jahres 1986 dann, wo er sportlich zu Hause ist. Er verbesserte sich mehr als deutlich auf Platz 409, wobei die Zeit von 1:00:27 Std. für die 40 km-Distanz die viertschnellste des großen Feldes war. Voß erläutert: „Da wird sich sicherlich Reinhold Böhm, mein Mentor vom RSV Unna, über die Spätfolgen seiner Arbeit freuen. Bei etwas mehr freier Fahrt wäre ich sicherlich unter einer Stunde geblieben.“ Auf der 10-km-Laufstrecke arbeitete sich Voß weiter nach vorne. 38:43 Min. bedeuteten Platz 48 in der inoffiziellen Wertung der Läufer.

„Die an der Endzeit fehlenden 7:58 Min. habe ich in den beiden Wechselzonen verbracht. Angesichts der großen Teilnehmerzahl ging es da einfach nicht schneller. Mehr drin wäre beim Schwimmen, wenn ich bessere Trainingsmöglichkeiten hätte“, ergänzte Voß.

## Voß holt auf dem Rad auf

**BÖNEN** • Ganz im Zeichen des Triathlons stand die Hansestadt Hamburg am vergangenen Wochenende. Bereits zum elften Mal fand die Großveranstaltung statt.

Neben je 65 Frauen und Männern der Triathlon-Elite waren knapp 10000 Breitensportler für verschiedene Wettbewerbe gemeldet, unter ihnen der Bönener Marcus Voß. Für ihn galt es, die olympische Distanz - 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und 10 km Laufen - zu absolvieren.

Voß erreichte nach 2:23:12 Stunden Rang 171 von immerhin 2678 Männern. In seiner Altersklasse „männliche Senioren 1“ bedeutet dies für den 43-Jährigen Platz 27 von 481 Finishern. Dabei brachte er eine beispiellose Aufholjagd hinter sich. Voß, nach eigenen Aussagen ein „miserabler Schwimmer“, verließ nach 1,5 km und 36:06 Min. auf Platz 2100 liegend das Wasser. Auf dem Rennrad zeigte er, wo er sportlich zu Hause ist. Er verbesserte sich mehr als deutlich auf Platz 409, wobei die Zeit von 1:00:27 Std. für die 40-km-Distanz die viertschnellste des großen Feldes war. Auf der 10-km-Laufstrecke arbeitete sich der Läufer weiter nach vorne. 38:43 Min. bedeuteten Platz 48 in der inoffiziellen Wertung der Läufer und brachten ihm eine weitere deutliche Verbesserung in der Platzierung ein.

Voß: „Die an der Endzeit fehlenden 7:58 Min. habe ich in den beiden Wechselzonen verbracht. Angesichts der großen Teilnehmerzahl ging es da einfach nicht schneller. Mehr drin wäre beim Schwimmen, wenn ich bessere Trainingsmöglichkeiten hätte.“



Marcus Voß zeigte in Hamburg vollen Einsatz.

# Unebener Untergrund kostet wertvolle Zeit

Leichtathletik City-Run in Münster. Sven Serke belegt Rang zehn im Gesamtklassement

Beim 6. Münster City-Run über 10 km ging auch ein Quartett der Laufreunde Bönen an den Start. Der Prinzipalmarkt, die gute Stube Münsters, bot für Start und Ziel eine stimmungsvolle Kulisse. Fünf Mal war die Innenstadt Münsters zu umrunden. Da der Veranstalter einen großen Sponsor hinter sich weiß, waren auch diesmal wieder Spitzenathleten am Start. Das Rennen gewann der Kenianer Abraham Cheri-

uyot in 30:01 Min.

Der Bönener Sven Serke lief nach 33:26 Min. als Zehnter über die Ziellinie und erreichte damit Platz 2 seiner Altersklasse M 35. Ulf Kasischke gewann in 49:03 Min. seine Altersklasse M 70. Ingo Hanke beendete das Rennen nach 37:46 Min. Diese Zeit bedeutete Platz 7 in M 35. Tobias Mohnkern benötigte 41:37 Min.

Sven Serke: „Die Strecke ist zwar flach, aber der teils unebene Unter-

**»Ich werde jetzt mit dem Training für meinen ersten Marathon beginnen.«  
Sven Serke, LF Bönen**

grund kostet wertvolle Sekunden. Auch die zahlreichen Überrundungen drückten die Zeiten. Insofern sind wir wohl alle ein klein wenig unter unseren Möglichkeiten geblieben.“ Serke weiter: „Ich werde jetzt

mit dem Training für meinen ersten Marathon im Herbst in Köln beginnen.“ Zu seiner Zielzeit äußert er sich sehr zurückhaltend: „So unter 3 Stunden.“

Dass die Lauffreunde auch in der Urlaubszeit das Wettkampftrikot dabei haben, zeigte Michael Ganswind. Bei einem 10 km-Lauf im badischen Teningen beendete er das Rennen punktgenau auf seiner persönlichen Bestzeit von 52:03 Min.

# Um den Markt

## LAUFSport Bönener in Münster

**BÖNEN/MÜNSTER** • Erneut war es wie beim Lauf Rund um Flierich im Januar ein Afrikaner, dem sich Lauffreund Sven Serke unter anderen geschlagen geben musste. Der Bönener belegte beim 6. Münster City Run über 10 km am vergangenen Sonntag nach guten 33:26 Minuten den zehnten Platz im Gesamtklassensament und den zweiten in seiner Altersklasse M35. Der Sieger, der Kenianer Abraham Cheriuyot, benötigte für die fünf Runden mit Start und Ziel Prinzipalmarkt 30:01 Minuten.

Insgesamt gingen vier Lauffreunde auf den Parcours durch Münsters Innenstadt: Ulf Kasischke gewann in 49:03 Minuten seine Altersklasse M 70. Ingo Hanke beendete das Rennen nach 37:46 Minuten. Diese Zeit bedeutete Platz 7 in M 35. Tobias Mohnkern passierte nach 41:37 Minuten die Ziellinie.



Kasischke, Mohnkern, Serke

„Die Strecke ist zwar flach, aber der teils unebene Untergrund kostete wertvolle Sekunden“, meinte Serke nach dem Rennen. „Ich werde jetzt mit dem Training für meinen ersten Marathon im Herbst in Köln beginnen.“ Wunschzeit: „Unter drei Stunden.“

Lauffreund Michael Ganswind hatte das gelb-blaue Trikot auch in der Urlaubszeit dabei. Den 10 km-Lauf im badischen Teningen beendete er punktgenau mit seiner persönlichen Bestzeit (52:03 Min.). • WA

# Überrundungen kosten viel Zeit

LEICHTATHLETIK Bönener Sven Serke beim City Run in Münster Zehnter

UNNA ■ Beim 6. Münster City Run über 10 Kilometer ging auch ein Quartett der Lauffreunde Bönen an den Start. Die mussten aber einen Kenianer ziehen lassen. Sven Serke kam dahinter als Zehnter ins Ziel.

Der Prinzipalmarkt, die gute Stube Münsters, boten für Start und Ziel eine stimmungsvolle Kulisse. Fünf Mal war die Innenstadt Münsters zu umrunden. Da der Veranstalter einen großen Sponsor hinter sich weiß, waren auch diesmal wieder Spitzenathleten am Start. Das Rennen gewann der Kenianer Abraham Cheruyot in 30:01 Min.

Der Bönener Sven Serke lief nach 33:26 Min. als Zehnter über die Ziellinie und erreichte damit Platz zwei seiner Altersklasse M 35. Ulf Kasischke gewann in 49:03 Min. seine Altersklas-

se M70. Ingo Hanke beendete das Rennen nach 37:46 Min. Diese Zeit bedeutete Platz sieben in M35. Tobias Mohnkern benötigte 41:37 Min.

Sven Serke zum Lauf: „Die Strecke ist zwar flach, aber der teils unebene Untergrund kostet wertvolle Sekunden. Auch die zahlreichen Überrundungen drückten die Zeiten. Insofern sind wir wohl alle ein klein wenig unter unseren Möglichkeiten geblieben.“

Serke weiter: „Ich werde jetzt mit dem Training für meinen ersten Marathon im Herbst in Köln beginnen.“ Zu seiner Zielzeit äußert er sich sehr zurückhaltend: „So unter drei Stunden“.

Dass die Lauffreunde Bönen auch in der Urlaubszeit das Wettkampftrikot dabei haben, zeigte Michael Ganswind. Bei einem zehn Kilometer umfassenden Volkslauf im badischen Teningen



Für die Lauffreunde Bönen in Münster am Start: (v. links) Ulf Kasischke, Tobias Mohnkern und Sven Serke. Auf dem Bild fehlt Ingo Hanke. beendete der das Rennen sönlichen Bestzeit von 52:03 punktgenau auf seiner per- Min.

<http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-unna/unebener-untergrund-kostet-wertvolle-zeit-id6913059.html>

LEICHTATHLETIK

## Unebener Untergrund kostet wertvolle Zeit

24.07.2012 | 16:42 Uhr



Laufeinsatz in Münster (von links): Ulf Kasischke, Tobias Mohnkern und Sven Serke von den LF Bönen.

Foto:

### Beim 6. Münster City-Run über 10 km ging auch ein Quartett der Lauffreunde Bönen an den Start.

Beim 6. Münster City-Run über 10 km ging auch ein Quartett der Lauffreunde Bönen an den Start. Der Prinzipalmarkt, die gute Stube Münsters, bot für Start und Ziel eine stimmungsvolle Kulisse. Fünf Mal war die Innenstadt Münsters zu umrunden. Da der Veranstalter einen großen Sponsor hinter sich weiß, waren auch diesmal wieder Spitzenathleten am Start. Das Rennen gewann der Kenianer Abraham Cheriuyot in 30:01 Min.

Der Bönener Sven Serke lief nach 33:26 Min. als Zehnter über die Ziellinie und erreichte damit Platz 2 seiner Altersklasse M 35. Ulf Kasischke gewann in 49:03 Min. seine Altersklasse M 70. Ingo Hanke beendete das Rennen nach 37:46 Min. Diese Zeit bedeutete Platz 7 in M 35. Tobias Mohnkern benötigte 41:37 Min.

Sven Serke: „Die Strecke ist zwar flach, aber der teils unebene Untergrund kostet wertvolle Sekunden. Auch die zahlreichen Übrerrundungen drückten die Zeiten. Insofern sind wir wohl alle ein klein wenig unter unseren Möglichkeiten geblieben.“ Serke weiter: „Ich werde jetzt mit dem Training für meinen ersten Marathon im Herbst in Köln beginnen.“ Zu seiner Zielzeit äußert er sich sehr zurückhaltend: „So unter 3 Stunden.“

Dass die Lauffreunde auch in der Urlaubszeit das Wettkampftrikot dabei haben, zeigte Michael Ganswind. Bei einem 10 km-Lauf im badischen Teningen beendete er das Rennen punktgenau auf seiner persönlichen Bestzeit von 52:03 Min.

JK

---

## Ulf Kasischke zwei Minuten schneller

**Leichtathletik.** Beim 28. Josef Kaderhand-Waldlauf des Marathonclub Menden über 20 km vertrat Ulf Kasischke erfolgreich die Farben der Lauffreunde Bönen. Drei Runden waren in der Mendener Waldemei zu absolvieren. Kasischke beendete den Lauf nach 1:44:54. Stunden als Zweiter seiner Altersklasse M 70. „Damit war ich gut zwei Minuten schneller als vor einem Jahr“, freute sich Kasischke, der sich zurzeit auf die Westdeutschen Marathonmeisterschaften Anfang September in Münster vorbereitet. Manuela und Steffen Maletz waren bei der gleichen Veranstaltung beim Jedermannlauf über 7,8 km am Start. Hier ging es eine Runde durch die Waldemei. Manuela Maletz gewann in 38:20 Minuten ihre Altersklasse W 45. Steffen Maletz erreichte nach 42:14 Minuten. Platz drei seiner Altersklasse U 18.

WAZ  
16.08.12

## Kasischke vorn dabei

**BÖNEN** ■ Ulf Kasischke von den Lauffreunden Bönen ist beim Josef-Kaderhand-Waldlauf des Marathonclubs Menden über 20 Kilometer Zweiter der Altersklasse M70 geworden. Er benötigte für den landschaftlich schönen, aber sehr anspruchsvollen Lauf 1:44:54. Std. Er war damit gut zwei Minuten schneller als im Vorjahr. Kasischke bereitet sich zurzeit auf die Westdeutschen Marathon-Meisterschaften Anfang September in Münster vor.

Manuela und Steffen Maletz waren bei der selben Veranstaltung beim Jedermannlauf über 7,8 km am Start. Manuela gewann in 38:20 Min. ihre Altersklasse W45. Steffen erreichte nach 42:14 Min. Platz 3 seiner Altersklasse U18.

Am gleichen Tag war Tobias Mohnkern beim Lauf durch Dortmunds Fredenbaumpark erfolgreich. Mit 19:31 Min. über fünf Kilometer verpasste er seine persönliche Bestzeit nur um drei Sekunden. Er wurde Zweiter der Altersklasse M35.

Lars Grunenberg wurde bei einem Volkstriathlon am Möhnesee Fünfter der M40. Seine Teilzeiten über 500 Meter Schwimmen (11:06 Min.), 20 Kilometer Radfahren (43:13 Min.) und 5 Kilometer Laufen (21:55 Min.) addierten sich zu einer Gesamtzeit von 1:16:12 Std. Im Gesamtergebnis bedeutete das Platz 27 von 178 Männern. ■ WA



Starke Leistung in Menden: Ulf Kasischke. ■ Foto: pr

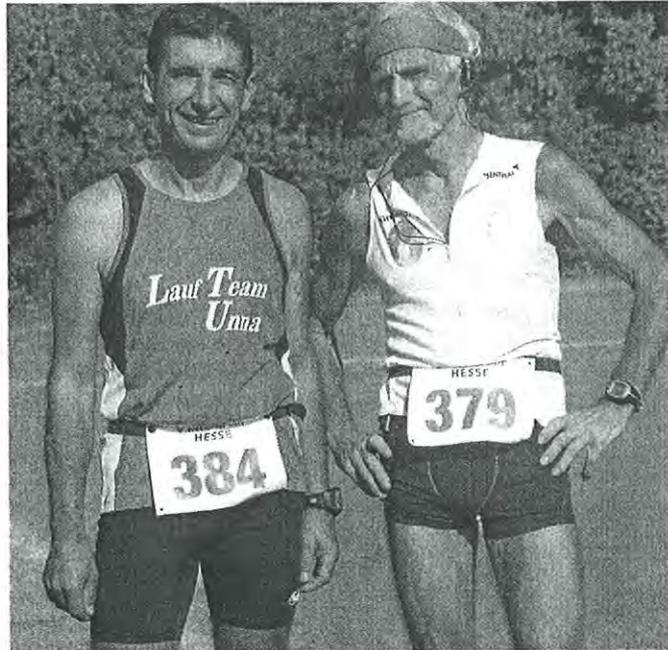
# Anspruchsvolle Strecke

## LAUFSPORT Starts beim Waldlauf in Menden und Dortmunder Fredenbaum

**KREIS UNNA** ■ Bei einem Waldlauf in Menden und im Dortmunder Freizeitpark Fredenbaum waren Aktive des Lauf Teams Unna, der Laufsportfreunde Unna und der Laufreunde Bönen am Start.

**Lauf Team:** Der klassische Waldlauf, früher oft belächelt, kann auch eine ganz schön schwierige Herausforderung sein. Diese Feststellung machte beim 20km-Lauf in der Waldemei (Menden) jetzt Vitor da Silva vom Lauf Team Unna. Als Teil seiner Vorbereitung für noch zwei Marathonläufe in diesem Jahr (12. August Monschau Marathon und 14. Oktober München Marathon) bestritt er drei gleich lange und fast ausschließlich in bergigem Gelände zu durchlaufende Runden von 6,2 km. Dass gleich mit dem Start um 15.30 Uhr ein Gewitterregen herunterkam, konnte die etwa 100 Teilnehmer nicht schocken, blieb doch die Laufstrecke weitgehendst von der Nässe verschont. Im Ziel bei Sonnenschein und 24° Celsius gelang ihm mit gestoppten 1:38:45 Std. (6. Platz M45) noch ein nennenswerter Trainingslauf.

Die flache 10km-Strecke in Dortmunder Freizeitpark Fredenbaum bevorzugten zu fast gleicher Stunde drei weitere Läufer vom Lauf Team. Christian Hahnen - auch er in Vorbereitung für den München Marathon, seinem ersten überhaupt - lief in für ihn hervorragenden 44:25 Min. über die Ziellinie (6. Platz M45). Norbert Kalkbrenner wagte sich nach längerer verletzungsbedingter Pause wieder mal



Vitor da Silva (li.) und Willi Riechert starteten in Menden. ■ Foto: HA



Peer Alvermann

auf diese Distanz, hatte sich zuvor allerdings schon wieder mehrere 5km-Läufe zugetraut. Er wurde in 54:22 Min. (9. Platz M60) zeitlich erfasst und musste lediglich noch 7 Minuten auf seine Frau Petra Wiercke-Kalkbrenner warten, die nach 1:01:01 (2. Platz W55) ins Ziel einlief.

**LSF Unna:** Beim Waldlauf in Menden waren mit Peer Alvermann und Willi Riechert auch zwei Läufer der Laufsportfreunde-Unna am Start. Die Strecke ist, wie der Aus-



Ulf Kasischke

richter auch in seiner Beschreibung ausdrücklich angibt, sehr anspruchsvoll und profiliert. Zudem mussten die Läufer auch mit den hohen Temperaturen kämpfen. Trotzdem konnten sich beide in ihren Altersklassen ein Platz auf dem Siegereckchen erlaufen. Willi Riechert überquerte die Ziellinie nach 1:36:44 Std. und wurde Zweiter in der AK M 65.

Peer Alvermann wurde mit einer Zeit von 1:37:55 Std. Dritter in der AK M 35.

**LF Bönen:** Ulf Kasischke

(Jg. 1942) vertrat die Farben der Laufreunde Bönen beim Waldlauf in Menden. Kasischke beendete den landschaftlich schönen, aber wegen des Profils insgesamt sehr anspruchsvollen Lauf nach 1:44:54. Std. als Zweiter seiner Altersklasse M 70. „Damit war ich gut zwei Minuten schneller als vor einem Jahr“, freute sich Kasischke, der sich zurzeit auf die Westdeutschen Marathonmeisterschaften Anfang September in Münster vorbereitet. Manuela und Steffen Maletz waren bei der gleichen Veranstaltung beim Jedermannlauf über 7,8 km am Start. Hier ging es eine Runde durch die Waldemei. Manuela Maletz gewann in 38:20 Min. ihre Altersklasse W 45. Steffen Maletz erreichte nach 42:14 Min. Platz 3 seiner Altersklasse U 18.

Am gleichen Tag war Tobias Mohnkern beim Dortmunder Fredenbaumlauf erfolgreich. Mit 19:31 Min. über 5 km verpasste er nur um drei Sekunden seine persönliche Bestzeit. Er erreichte damit Platz 2 in seiner Altersklasse M 35.

Nachzutragen ist noch ein Ergebnis vom Triathlon. Lars Grunenberg von den Laufreunden nahm an einem Volkstriathlon am Möhnesee teil. 500 m waren zu schwimmen, die Raddistanz betrug 20 km und die Laufstrecke 5 km. Nach insgesamt 1:16:12 Std. erreichte er Platz 5 in seiner Altersklasse M 40 und lag im Gesamtergebnis von 178 Männern immerhin auf Platz 27. Hier seine Einzelzeiten: Schwimmen 11:06 Min., Radfahren 43:13 Min., Laufen 21:55 Min.

# Walter wagt sich an Halbmarathon

## Fünftschnellste Frau in Nordkirchen

**BÖNEN** ■ Die Lauffreunde Bönens waren am Wochenende unterwegs – Katrin Walter und Stefan Deimann starteten in Nordkirchen, Michael und Fabian Ganswind in Gladbeck.

In Nordkirchen ging es für das Lauffreunde-Duo über die Halbmarathon-Distanz von 21,1 Kilometern. Start war an der Frei-Treppe von Schloss Nordkirchen. Von dort aus ging es in zwei großen Schleifen durch die münsterländische Parklandschaft rund ums Schloss und den Schlosspark.

„Die Strecke war landschaftlich sehr reizvoll und abwechslungsreich. Aber der wechselnde Untergrund – Asphaltstraße, Kopfsteinpflaster und Waldwege – kostete doch Kraft“, sagte Katrin Walter. Sie wagte sich in Nordkirchen zum ersten Mal nach dem Ende ihrer Babypause wieder auf eine längere Strecke. Sie benötigte 1:40:56 Std. und beendete das Rennen als fünfte Frau bzw. als Zweite in ihrer Altersklasse W30. Ebenfalls am Start war Stefan Deimann, der mit seiner Zeit von 1:54:03 Std. nicht zufrieden war.

Tags drauf waren Michael Ganswind und Sohn Fabian beim Gladbecker Sparkassenlauf rund um Schloss Wittringen am Start. Michael blieb über 10 km bei recht warmen Temperaturen nur wenige Sekunden hinter seiner persönlichen Bestzeit zurück. Er beendete das Rennen nach 52:30 Min. als 15. seiner Altersklasse M40. Fabian brauchte für die 1,5 km-Strecke 7:41 Min. und erreichte Platz 9 bei den Jungen bzw. Platz 5 in seiner Altersklasse U12. ■ WA



Fünfte in Nordkirchen: Bönens Katrin Walter. ■ Foto: pr



## „Laufwunder“ in Rosa

Petra Kaftan (l.) und Ute Kappel von den Lauffreunden Bönen nahmen am Wochenende am Women's Run in Köln teil. Die Starterinnenzahl von exakt 7159 war Rekord für die Laufserie, die mit Stationen in München und Wien fortgesetzt wird. Vom Start nahe des Tanzbrunnens liefen die Aktiven, verteilt auf zwei Läufe (5 und 8 km), mitten durch die Kölner Innenstadt.

Die Stoppuhr hatten die Bönenerinnen zu Hause gelassen. Eine offizielle Zeitmessung gibt es nicht bei dieser Laufserie. Der Women's Run soll ein farbenprächtiges Spektakel sein – und war es auch in Köln. In „Laufwunder“-Shirts gehüllt, pasierten die Teilnehmerinnen die Rheinbrücken, die sie so in ein rosafarbenes Farbenmeer verwandelten.

▪ WA/Foto: pr



Triathlon in der Hitze: Bernd Schlockermann, Michael Flory und Carsten Kluge (v. l.) von den Lauffreunden Bönen. ■ Foto: pr

## Trio trotz der Hitze

### TRIATHLON Lauffreunde in Witten am Start

**BÖNEN** ■ Ausgerechnet den heißesten Tag des Jahres hatten sich Michael Flory und Bernd Schlockermann von den Lauffreunden Bönen für ihr Triathlondebüt ausgesucht. Parallel zu den Deutschen U23-Meisterschaften fand in Witten ein Jedermanntriathlon statt, bei dem auch Carsten Kluge, der schon Triathlon-Erfahrung hat, am Start war.

Ausgeschrieben waren 500 Meter Schwimmen in der

Ruhr, 20 Kilometer Radfahren und 5 Kilometer Laufen. Wegen der Hitze wurden Schwimm- und Laufstrecke aber auf 18 bzw. 3 Kilometer gekürzt. Kluge belegte in einer Gesamtzeit von 57:45 Min. den 33. Platz (14. in M40), Michael Flory kam in 1:03:39 Std. auf Rang 61 (20. in M40) und Bernd Schlockermann in 1:06:48 Std. auf Platz 69 (23. in M40). Insgesamt zeigte sich das Trio im Ziel erschöpft aber zufrieden. ■ WA

**Hindernislauf**

## **durch Hamburg**

Leichtathletik  
Urbanathlon



**Den Urbanathlon Hamburg absolvierten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen.** FOTO: LFB

Mit 4000 Läuferinnen und Läufern bot der Urbanathlon Hamburg am vergangenen Samstag ein Lauspektakel der besonderen Art. Dieser „Hindernislauf durch die Stadt“ war in diesem Jahr innerhalb von 14 Tagen ausgebucht. Einen der begehrten Startplätze ergatterten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen.

Über elf Kilometer ging es der Elbe lang, zwischen der Fischauktionshalle und dem Nobelstadtteil Ovelgönne. Zwölf urbane Hindernisse, Container, Autos, Reifenstapel, Sand und Kopfsteinpflaster waren zu überwinden. Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Selbstüberwindung waren gefordert. Zusätzlich zehrten 1.000 Treppenstufen und 200 Höhenmeter an Kraft und Kondition.

Sven Serke belegte mit 45:43 Minuten einen guten sechsten Platz in dem großen Teilnehmerfeld. „Im Finish gelang es mir noch, zwei Konkurrenten eine Sekunde auf Abstand zu halten“, so Serke.

Berthold Sommer war mit 1:30:52 Stunden deutlich länger unterwegs, zeigte sich aber mit Platz 2284 bei den Männern sehr zufrieden. „Von Sven trennen mich sportlich zwar Welten, aber uns verbindet die Freude an besonderen läuferischen Herausforderungen.“, erklärt Sommer.

Jürgen Korvin, Pressewart, zu Sven Serke: „Bei einem solchen Ergebnis auf einer solch harten Laufstrecke möchte ich Sven fast empfehlen, eine dritte Karriere als Crossläufer zu starten.“

## Hindernislauf durch Hamburg

Leichtathletik  
Urbanathlon



Den Urbanathlon Hamburg absolvierten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen. FOTO: LFB

Mit 4000 Läuferinnen und Läufern bot der Urbanathlon Hamburg am vergangenen Samstag ein Laufspektakel der besonderen Art. Dieser „Hindernislauf durch die Stadt“ war in diesem Jahr innerhalb von 14 Tagen ausgebucht. Einen der begehrten Startplätze ergatterten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen.

Über elf Kilometer ging es der Elbe entlang, zwischen der Fischauktionshalle und dem Nobelstadteil Ovelgönne. Zwölf urbane Hindernisse, Container, Autos, Reifenstapel, Sand und Kopfsteinpflaster waren zu überwinden. Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Selbstüberwindung waren gefordert. Zusätzlich zehrten 1.000 Treppenstufen und 200 Höhenmeter an Kraft und Kondition.

Sven Serke belegte mit 45:43 Minuten einen guten sechsten Platz in dem großen Teilnehmerfeld. „Im Finish gelang es mir noch, zwei Konkurrenten eine Sekunde auf Abstand zu halten“, so Serke.

Berthold Sommer war mit 1:30:52 Stunden deutlich länger unterwegs, zeigte sich aber mit Platz 2284 bei den Männern sehr zufrieden. „Von Sven trennen mich sportlich zwar Welten, aber uns verbindet die Freude an besonderen läuferischen Herausforderungen.“, erklärt Sommer.

Jürgen Korvin, Pressewart, zu Sven Serke: „Bei einem solchen Ergebnis auf einer solch harten Laufstrecke möchte ich Sven fast empfehlen, eine dritte Karriere als Crossläufer zu starten.“

## Sven Serke meistert „Urbanathlon“

**BÖNEN** • Mit 4000 Läuferinnen und Läufern bot der „Urbanathlon Hamburg“ ein Laufspektakel der besonderen Art. Dieser „Hindernislauf durch die Stadt“ war in diesem Jahr innerhalb von 14 Tagen ausgebucht. Einen der begehrten Startplätze ergatterten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen.

Über 11 km ging es der Elbe entlang, zwischen der Fischauktionshalle und dem Nobelstadteil Ovelgönne. 12 urbane Hindernisse - Container, Autos, Reifenstapel, Sand und Kopfsteinpflaster - waren zu überwinden. Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Selbstüberwindung waren gefordert. Zusätzlich zehrten 1000 Treppenstufen und 200 Höhenmeter an Kraft und Kondition.

Sven Serke belegte mit 45:43 Min. einen guten sechsten Platz in dem großen Teilnehmerfeld. „Im Finish gelang es mir noch, zwei Konkurrenten eine Sekunde auf Abstand zu halten“, so Serke.

Berthold Sommer war mit 1:30:52 Std. deutlich länger unterwegs, zeigte sich aber mit Platz 2284 bei den Männern sehr zufrieden. „Von Sven trennen mich sportlich zwar Welten, aber uns verbindet die Freude an besonderen läuferischen Herausforderungen“, erklärt Sommer. Jürgen Korvin, Pressewart, zu Sven Serke: „Bei einem solchen Ergebnis auf einer solch harten Laufstrecke möchte ich Sven fast empfehlen, eine dritte Karriere als Crossläufer zu starten.“



Sven Serke (links) und Berthold Sommer beteiligten sich am „Urbanathlon Hamburg“.

## Lauffreunde-Duo beim Urbanathlon

**BÖNEN** • Mit 4000 Läuferinnen und Läufern bot der „Urbanathlon“ in Hamburg ein Laufspektakel der besonderen Art. Der Hindernislauf durch die Stadt war in diesem Jahr innerhalb von 14 Tagen ausgebucht. Jeweils einen der begehrten Startplätze ergatterten Sven Serke und Berthold Sommer von den Lauffreunden Bönen.

Über 11 km ging es an der Elbe entlang, zwischen der Fischauktionshalle und dem Nobelstadteil Ovelgönne im Westen. Zwölf Hindernisse - Container, Autos, Reifenstapel - sowie Sand und Kopfsteinpflaster waren zu überwinden. Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Selbstüberwindung waren gefordert. Zusätzlich zehrten 1000 Treppenstufen und 200 Höhenmeter an Kraft und Kondition.

Serke belegte mit 45:43 Minuten einen guten sechsten Platz in dem großen Teilnehmerfeld. Im Finish distanzierte er noch zwei Kontrahenten um eine Sekunde. Sommer war mit 1:30:52 Std. zwar deutlich länger unterwegs, zeigte sich aber mit Platz 2284 bei den Männern zufrieden. „Von Sven trennen mich sportlich zwar Welten, aber uns verbindet die Freude an besonderen läuferischen Herausforderungen“, sagte Sommer. • WA



Immer an der Elbe entlang: Sven Serke (l.) und Berthold Sommer.

# „Verrücktes Rennen“

LAUFSPORT Vater und Sohn Sommer begeistert vom Möhnesee „Lake run“

**BÖNEN** ■ Als Lauferlebnis der besonderen Art hat sich der Möhnesee Lake Run inzwischen etabliert. Bereits zum dritten Mal gingen am Samstag mehr als 800 Läufer auf diesen extralangen Crosslauf. Das Abenteuer des sieben oder wahlweise 13 und 18 Kilometer langen Parcours mit zahlreichen Hindernissen wagten mit Tristan und Berthold Sommer auch zwei Bönener Lauffreunde.

„Ein verrücktes Rennen, aber es hat Spaß gemacht. Im nächsten Jahr sind wir bestimmt wieder dabei“, urteilten Vater und Sohn nach den jeweiligen Rennen. Berthold wählte die längere Strecke



Berthold und Tristan Sommer hatten Spaß im Matsch. ■ Foto: pr  
mit insgesamt 20 Hindernis- sen. Der 47-jährige überwand

die Spalierwände, Hangelleitern, Schlamm- und Matschlöcher, Baumstämme, geflutete Mulden, Strohbälle und Strohberge, Schuttcontainer, die so genannte Reifenhöhle und nicht zuletzt das Wasser des Möhnesees in 2:04:51 Stunden. Das bedeutete den 68. Platz unter 127 Läufern, die in der ehemaligen Yorck-Kaserne an den Start gingen und dort, 300 m oberhalb des Möhnesees, auch finishten.

Tristan Sommer, Jahrgang 1996 beendete den 7 km-Lauf nach 42:51 Minuten. Das hieß: Er fand sich auf Platz 30 von 190 Teilnehmern des kurzen Laufs wieder. ■ WA

# Die Streckenrekorde purzeln

**LAUFSPORT** Lauffreunde und TuS Bönen beim 28. Bergkamener Volkslauf am Start

**BERGKAMEN** ■ Gleich drei Streckenrekorde fielen am Sonntag bei der 28. Auflage des Bergkamener Volkslaufes. Das kühle, aber sonnige Wetter sorgte für ideale Laufbedingungen. Die nutzten auch 20 Aktive von Lauffreunden und TuS Bönen.

Die Lauffreunde erscheinen 16-mal in den Ergebnislisten auf. Ganz vorne landete diesmal Dieter Kaiser, der als erster Walker nach 1:12:09 Std. den 10-km-Wettbewerb beendete.

Über 5 km erreichte Marcus Münstermann nach 20:32 Min. als Zehnter das Ziel. Er gewann damit seine Altersklasse M35. Ihm folgte mit

20:54 Min. Michael Wöllert (Platz 2 in M45) und mit 21:34 Min. Michael Schelter (Platz 3 in M40). Weitere Altersklassen-Platzierungen gab es für Manuela Maletz (23:52 Min., Platz 2 in W45), Sandra Firus (24:53 Min., Platz 3 in W45), Hartmut Stoepel (26:49 Min., Platz 3 in M60), Corinna Stoepel (28:28 Min., Platz 2 in W20), Yannik Nather (28:40 Min., Platz 3 in M U14) und Jana Firus (28:46 Min., Platz 2 in W U14).

Über 10 km lag Michael Wöllert mit 45:54 Min. vorne, gefolgt von Stefan Deimann mit 46:30 Min. und Marcus Münstermann in 48:26 Min. Wöllert und Münstermann

hatten den Doppelstart in ihren Trainingsplan für den Münster-Marathon eingebaut, der am kommenden Sonntag stattfindet. Dort werden auch Ulf Kasischke und Ingo Hanke antreten.

Auch das TuS-Quartett war zufrieden. Ann-Kathrin Apeltowski gewann die Wertung der weiblichen U18-Jugend in 32:19 Min. Das schaffte auch Ivonne Pietrucha in der W35 (28:51 Min.). Helge Meiritz wurde Vierter in M20. Christian Hüsener trat als einziger TuSler über 10 Kilometer. Er wurde Elfter in der M40.

Viel weiter oben waren andere: Gesamtsieger Dustin Scholz (SuS Oberaden) ver-

besserte den 5-km-Streckenrekord um elf Sekunden auf 16:48 Min. Über 10 km fielen die Rekorde sowohl bei den Männern als auch bei den Frauen. Peter Kurts (M40) vom LC Rapid Dortmund benötigte für die Strecke entlang des Datteln-Hamm-Kanals und durch die Lippewiesen 34:47 Minuten. Er verbesserte damit die bisherige Bestmarke um 14 Sekunden. Den Streckenrekord bei den Frauen unterbot Steffi Rötger (W40) aus Bochum um satte 50 Sekunden (36:53 Min.). Rötger hatte Anfang dieses Jahres die 10 km von „Rund um Flierich“ in 37:54 Min. gewonnen. ■ WA



Einsatz in Rünthe: Die Aktiven von Lauffreunden (l.) und TuS Bönen. ■ Fotos: pr

### Vier Läufer weniger

**RÜNTHE** • Insgesamt konnte der ausrichtende TLV Rünthe 195 Läufer und Walker beim Bergkamener Volkslauf begrüßen. Im Vorjahr waren noch 199 Aktive - also gerade einmal vier mehr - in Rünthe dabei. Als erster Walker erreichte Dietmar Kaiser (M50) von den Lauffreunden Bönen das Ziel nach 1:12:09 Stunden.

### Wenig Bambinis

**RÜNTHE** • Nur fünf Bambinis wollten in Rünthe laufen, einer sprang kurzfristig noch ab, weil ihm das Aufwärmen zur lauten Musik nicht gefiel. Das übrig gebliebene Quartett hatte aber jede Menge Spaß. Vor einem Jahr waren noch 20 kleine Läufer dabei. Wie schon in den vergangenen Jahren meldete kein Handbiker für den Lauf. „Der Wettbewerb wird endgültig gestrichen. Er war versehentlich noch einmal in der Ausschreibung“, erklärte TLV-Sprecher Thomas Eder.



Schon beim Start zum 5km-Lauf war der spätere Sieger Dustin Scholz (Oberaden/Nr. 911) weit vorn zu finden.

• Foto: awa

# Mit Schwung aus London auf Rang eins

LEICHTATHLETIK Oberadener Dustin Scholz gewinnt 28. Bergkamener Volkslauf über fünf Kilometer in neuem Streckenrekord

Von André Wagner

### Krieg mischt wieder mit

**RÜNTHE** • Ältester Teilnehmer beim Hauptlauf war auch in diesem Jahr wieder Horst Krieg vom SuS Oberaden. Der sportlich fitte Senior startet in der Altersklasse M80 und erzielt auf allen Strecken noch gute Ergebnisse. In Rünthe benötigte er für die zehn Kilometer 55:17 Minuten.

### Änderungen angedacht

**RÜNTHE** • Der 29. Bergkamener Volkslauf wird im nächsten Jahr am 1. September gestartet. Dann bleibt noch alles beim Alten. „Für 2014 denken wir aber darüber nach, den Start- und Zielbereich ins Hafenstadion zu verlegen“, verriet Manfred Filipponi. Auch die Ausrichtung des Westfalenwalks könnte für den TLV dann ein Thema sein.

**BERGKAMEN** • Ein Dustin Scholz in Topform war beim 28. Bergkamener Volkslauf in Rünthe über fünf Kilometer nicht zu schlagen. Der Oberadener stellte in 16:48 Minuten auch einen neuen Streckenrekord auf. Als erste Verfolger kamen Lars Goecke (TuS Hemmerde) und Dirk Mahltig (RW Unna) ins Ziel. Die Frauenkonkurrenz gewann Claudia Nachtwey in 20:32 Minuten.

Nur rund einen Kilometer konnte das Feld Dustin Scholz folgen, danach nahm der SuSler hinter dem Führungsfahrrad richtig Tempo auf und lief ein einsames Rennen. „Mir fehlte zuletzt die Motivation. Jetzt macht das Training wieder richtig Spaß“, freute sich der Sieger, der bei den Olympischen Spielen in London noch als



Bestimmen das Rennen über 5 Kilometer: (v.l.) Lars Goecke, Dustin Scholz und Dirk Mahltig.

• Foto: awa

Zuschauer an der Marathonstrecke stand und die kenianischen Läufer angefeuert hatte. „In London war es atemberaubend. Ich habe die Reise dorthin nicht bereut“, sagte Scholz.

Dirk Mahltig, der zuvor noch einen vierten Platz vorhergesagt hatte, wurde hinter

seinem Trainingspartner Lars Goecke in 17:46 Minuten sogar Dritter - und das nach zweimonatiger Pause wegen eines Muskelfaserrisses. Goecke musste sich nach dem Lauf wieder beeilen: Der 15 Jahre alte Fußballer, der zuletzt zwei Mal in Rünthe triumphiert hatte, stand mit der

B-Jugend des TuS Hemmerde wenig später beim SuS Rünthe auf dem Platz.

Strahlend kam auch Claudia Nachtwey (Werne) nach fünf Kilometern an. Sie überquerte als schnellste Frau die Ziellinie - mit einer 20er Zeit. „Ich wollte unter 21 Minuten bleiben, deshalb bin ich total glücklich. Wegen des Triatlons laufe ich ja kaum noch diese Kurzstrecke“, erklärte sie. Genau wie Teamkollege Dirk Böhle startete sie wenig später auch noch über die zehn Kilometer.

Für Staunen sorgte die erst achtjährige Nike Friese, die in 27:04 Minuten und in Begleitung von Michael Preuß den Lauf beendete. „Das hat richtig Spaß gemacht“, lächelte die kleine Fröndenbergerin. Ihr ebenfalls schneller Bruder Neo, sieben Jahre alt, war sogar noch einen Tick schneller. Nouri Friese startete schließlich noch beim Bambinilauf.



Mann des Tages: Dustin Scholz vom SuS Oberaden gewann die 5 Kilometer mit neuem Streckenrekord und belegte bei den 10 km den zweiten Platz. Auf der Lippebrücke hatte er schon alle Verfolger abgehängt. FOTO: DIETMAR WÄSCHE

## Rekordflut in Rünthe

**Volkslauf:** Oberadener Dustin Scholz gleich zweimal auf dem Siegerpodest

Von Philipp Ziser

**Bergkamen-Rünthe.** Verblüffung bei den Zuschauern des Bergkamener Volkslaufs kurz vor dem Zehn-Kilometer-Start. Die Läufer warten auf den Startschuss, da drängele sich einer im grünen Hemd links vorbei und stellt sich in die erste Reihe: Dustin Scholz, der eine halbe Stunde zuvor erst den Streckenrekord über fünf Kilometer gebrochen hatte, mit persönlicher Bestleistung in 16:16 Minuten. Dabei war er erst in diesem Jahr auf die kurze Strecke gewechselt, weil er über die lange Distanz in Rünthe nie siegen konnte.

„Ich habe mich kurzfristig über-

**„Zu den zehn Kilometern habe ich mich spontan überreden lassen.“**

Dustin Scholz, Zweifachstarter

reden lassen, auch beim Zehner zu starten,“ so Dustin Scholz und ließ eine klare Ansage folgen: „Ich laufe nicht auf Zeit. Ich laufe hier auf Sieg!“ Auch hier lief der 23-jährige vom SuS Oberaden in die Nähe des Streckenrekords, hielt aber nicht durch. Bei Kilometer sechs habe er Seitenstechen bekommen und musste abreißen lassen, erklärte

Scholz, warum er nicht das „Rünther Double“ gewinnen konnte.

Peter Kurtz vom LC Rapid Dortmund war der einzige, der Scholz am Sonntag schlagen konnte. Für ihn war der Volkslauf nur eine Trainingseinheit: „Ich trainiere für den Berlin-Marathon, das hier war für mich Tempotraining.“ Er habe zwar schnell laufen wollen, „dass es so schnell wird, damit habe ich aber nicht gerechnet.“ „So schnell“ hieß auch in diesem Fall: Neuer Streckenrekord, 34:47 Minuten.

Damit nicht genug. Bei „idealen Laufbedingungen“, wie Organisator Michael Neuhaus betonte, fiel auf den 10 Kilometern auch der Streckenrekord bei den Frauen. Steffi Rötger aus Bochum triumphierte mit großem Abstand und war einfach nur glücklich: „Ich hatte heute endlich wieder Spaß am Laufen. Die ganze Saison war eine Qual, ich hatte Pfeiffer'sches Drüsenfieber.“ Zwei Läufe habe sie abbrechen müssen, eigentlich wollte sie die Laufschuhe schon an den Nagel hängen. Rötger startete zum ersten Mal in Rünthe und war begeistert: „Die Strecke am Kanal, diese freundliche, familiäre Atmosphäre, das hat mir super gefallen.“

Insgesamt 186 Läufer, fast gleichmäßig auf beide Strecken verteilt, und neun Walker gingen an den



Bettina Gerken lief mit den Bambinis eine kurze Strecke. FOTO: DIETMAR WÄSCHE

Start. Eigentlich habe man mit mehr Teilnehmern gerechnet doch durch die Firmenläufe in Hamm und Bergkamen hätten wohl einige auf den Start verzichtet, meinte Neuhaus. Aufgrund des Wetters habe man viele Nachmeldungen erhalten, so dass der TLV mit der Beteiligung insgesamt zufrieden war.

Eine ganz besondere Gewinnerin war Janett Klaus. Die 8-jährige war eine der jüngsten Starter über fünf Kilometer. „So weit bin ich noch nie gelaufen.“ Es sei ganz schön anstrengend gewesen, erstmal wolle sie nicht mehr so weit laufen. Wie auch Scholz musste einer Doppelbelastung Tribut zollen: Beim anschließenden Bambinilauf wurde sie nur Zweite.

### Alle Sieger des 28. Bergkamener Volkslaufes

■ Über **fünf Kilometer** der Männer siegte Dustin Scholz vor Lauf-talent Lars Goecke (TuS Hemmerde) und Dirk Mahltig (RW Unna).

■ Die **schnellste Frau** über diese Strecke war Claudia Nachtwey (TV Werne) in 20:32 Minuten. Hinter ihr folgten Regina Tank und Annette Marienberg.

■ Auf der **langen Distanz** folgte

auf Peter Kurtz und Dustion Scholz Stefan Siepman (LG Hamm). Steffi Rötger gewann die Frauenkonkurrenz in 36:53 vor Melanie Kionka (LG Hamm).

■ Der **schnellste Walker** war Dieter Kaiser (Lauffr. Bönen). Handbiker waren nicht gemeldet.

Alle Ergebnisse und ein Start-video auf [www.tv-ruenthe.de](http://www.tv-ruenthe.de)



## Die eigene Laufleistung richtig einzuschätzen führt zum Meistertitel

Auf die Sekunde genau schätzten Yannik Nather (5:10 Minuten) und Steffen Maletz (3:21) ihre Zeit über einen Kilometer ein. So genau wie kein anderer bei den Vereinsmeisterschaften der Lauffreunde Bönen, die Vorsitzender Jochen von

Glahn am Donnerstag an der Ermelingschule startete. Den zweiten Platz unter den wenigen Jugendlichen belegte Jannik Henschelowski (4:36, - 4 Sek.) vor Tristan Sommer (5:06, + 9 Sek.). Die Erwachsenen verfehlten ihre

zuvor angegebene Zeit allesamt. Sie liefen aber auch mit fünf und zehn Kilometern bedeutend längere Strecken mit einer höheren Unsicherheit. Am genauesten schätzte Heike Koniczny ihre Fünfkilometerleistung ein. Sie war im Ziel eine

Sekunde schneller als ihr Tipp: 35:14 Minuten. ■ **ml/Fotos: Liesegang (3), pr**

**Die übrigen Platzierungen:**  
5 Kilometer Frauen: 2. Frauke Wilke (35:14, + 7 Sek.), 3. Karin Lapainis (35:11, + 12), Manuela Maletz, (29:12, + 12)

**5 km Männer:** 1. Lothar Dieckmann (29:15, - 6), 2. Lars Kümmel (23:18, - 12), 3. Rüdiger Budde (26:40, + 17)  
**10 km Frauen:** 1. Silke Andres (44:58, - 3:02 Min.)  
**10 km Männer:** 1. Berthold Sommer (59:20, - 5 Sek.), 2. Michael Klein (51:51, +28), 3. Frank Skalski (58:41, +32) Sek.

# 60 Kilometer in sechs Stunden

**LEICHTATHLETIK** Michael Klein startet beim Runden-Rennen in Münster

**BÖNEN** ■ Bei einer breiten Palette von Ausdauer-sportwettbewerben präsentierten sich die Lauf-freunde Bönen am vergan-genen Wochenende, wo-bei die Rahmenbedingun-gen durch das warme Spätsommerwetter alles andere als optimal waren.

Eröffnet wurde die Reihe der Wettbewerbe am Samstag-morgen mit einem Sechs-Stunden-Lauf am Fürstbi-schöflichen Schloss im Münster. Auf einem 760 Me-ter langen Rundkurs galt es, innerhalb der vorgegebenen Zeit so viel Kilometer hinter sich zu bringen wie möglich. Michael Klein (M 45) schaffte 60,925 Kilometer und beendete den Wettbewerb auf Platz sieben im Gesamter-gbnis bzw. auf Platz eins seiner Altersklasse.

In Flaesheim am Rande der Haard gingen in den Nachmittagsstunden des Samstags Martin Munk und Tobias Mohnkern an den Start eines Halbmarathons (21,1 km). Beide bereiten sich auf den Marathon in Köln Mitte Oktober vor. Der Test gelang, Munk finishte nach 1:29:06 Std. und Mohnkern nach 1:32:27 Std. Munk erreichte damit Platz vier im Gesamteinlauf und gewann seine Altersklasse M40. Mohnkern, der eine neue persönliche Bestzeit lief, folgte ihm zwei Plätze

später und erreichte Platz zwei in der M35. Martin Munk: „Die Strecke durch die Haard war durchaus an-spruchsvoll.“

Am Sonntagmorgen fiel dann der Startschuss für den Münster-Marathon. Die war-men Temperaturen machten aber alle Zeitambitionen der Lauffreunde hinfällig. Ingo Hanke war mit 3:11:38 Std. zwar schnellster Bönener, büßte aber in der zweiten Hälfte des Rennens knapp 15 Min. ein. Er erreichte da-mit Platz 107 aller 1776 Männer, die ins Ziel kamen. In seiner Altersklasse M35 bedeutete dies Platz 18. Hanke hat in diesem Jahr schon eine Marathonzeit von 2:52:54 Std. stehen. Mi-chael Wöllert finishte nach 3:40:17 Std. und lag damit noch im ersten Viertel des Feldes (Platz 439 im Ge-samteinlauf). Marcus Mün-stermann überlief nach 3:57:30 Std. die Ziellinie. Ihm folgte wenig später mit 3:59:50 Std. Ulf Kasischke. Aus dem Lauffreundequar-tett kam der 70-Jährige am besten mit den Rahmenbe-dingungen klar. Kasischke: „Als es immer wärmer und wärmer wurde, habe ich un-terwegs meine Ziele neu de-finiiert. Geplant war eine Zeit von 3:45 Std., angestrebt ha-be ich dann einen Zielein-lauf unter 4 Stunden.“ Be-lohnt wurde er mit Platz 5 in seiner Altersklasse M 70.



Stellten sich der Herausforderung Münster-Marathon: (v.l.) Michael Wöllert, Marcus Münstermann und Ulf Kasischke. Auf dem Bild fehlt noch Ingo Hanke.

■ Foto: Privat

# Laufen in der Hitze

## Lauffreunde Bönen im Großeinsatz

**BÖNEN** ■ Die Lauffreunde Bönen ließen sich am Wochenende von der sommerlichen Hitze nicht abschrecken. Sie nahmen an Läufen in Münster, Flaesheim, Löhne und Dortmund teil.

Michael Klein war am Samstagmorgen der erste Lauffreunde-Starter des Wochenendes. Er trat beim 6-Stunden-Lauf am Fürstbischöflichen Schloss in Münster an. Auf einem 760 Meter langen Rundkurs galt es, innerhalb der vorgegebenen Zeit so viele Kilometer zu laufen wie möglich. Klein kam auf 60,925 km. Er wurde damit Gesamt-Siebter und Erster seiner Altersklasse M45.

In Flaesheim am Rande der Haard gingen in den Nachmittagsstunden Martin Munk und Tobias Mohnkern an den Start eines anspruchsvollen Halbmarathons. Beide bereiten sich derzeit auf den Köln-Marathon im Oktober vor. Der Test gelang, Munk finishte in 1:29:06 Std. (Gesamt-Vierter/Platz 1 in M40) und Mohnkern in persönlicher Bestzeit von 1:32:27 Std. (Platz 2 in M35).

Am Sonntagmorgen fiel der Startschuss zum Münster-Marathon. Die Hitze machte alle Zeitambitionen der Lauffreunde hinfällig. Ingo Hanke war mit 3:11:38 Std. zwar schnellster Bönener, büßte aber in der zweiten Hälfte des Rennens knapp 15 Minuten ein. Er erreichte Platz 107 aller 1776 Männer, die ins Ziel kamen. In seiner Altersklasse M35 bedeutete dies Platz 18. Hanke ist in diesem Jahr schon eine Marathonzeit von 2:52:54 Std. gelaufen. Michael Wöllert finishte nach 3:40:17 Std. und lag damit noch im ersten Viertel des Feldes (Platz 439). Marcus Münstermann überlief nach 3:57:30 Std. die Ziellinie. Ihm folgte wenig später Ulf Kasischke (3:59:50 Std.). Der 70-Jährige war noch am besten

mit der Hitze klar gekommen. „Als es immer wärmer wurde, habe ich unterwegs meine Ziele neu definiert. Geplant war eine Zeit von 3:45 Std., angestrebt habe ich dann einen Zieleinlauf unter vier Stunden.“ Belohnt wurde er mit Platz 5 in seiner Altersklasse M70.

Nahezu zeitgleich fand der 18. Löhner Triathlon statt. Am Start waren Marcus Voß und Tochter Carlotta. Marcus Voß gewann in 1:02:02 Std. den Wettbewerb über die Sprintdistanz (500 m Schwimmen, 20 km Radfahren, 5 km Laufen). Carlotta benötigte für 200 m Schwimmen, 10 km Radfahren und 2,5 km Laufen 47:01 Min. und wurde damit Zweite bei den Schülerinnen A.

Das Bönener Sportwochenende endete in den Nachmittagsstunden des Sonntags beim Dortmunder Citylauf. Ein Trio bereitete sich dort auf Längeres vor: Heiko Bücker (M40) startet Mitte Oktober beim Marathon in Essen und Thomas Klink (M45) bzw. Dieter Brodowski (M45) haben für den Mallorca-Marathon Ende Oktober gemeldet, wobei es für Brodowski der erste Marathon sein wird. Bücker finishte in Dortmund nach 41:54 Min., Klink nach 44:26 Min. und Brodowski nach 44:56 Min. ■ WA



In Münster am Start: Michael Wöllert, Ingo Hanke und Ulf Kasischke (v. l.). ■ Foto: pr



Beim sommerlich-warmen Herbstlauf in Uentrop am Start: die Lauf-  
freunde Bönen. ■ Foto: pr

## Nur Rudloff schneller als Katrin Walter

**LEICHTATHLETIK** Lauffreunde Bönen beim Herbstlauf in Uentrop am Start

**HAMM** ■ Alles andere als herbstlich war das Wetter beim Herbstlauf in Uentrop. Bei spätsommerlichen, aber nicht zu hohen Temperaturen waren Lauffreunde Bönen sowohl über die Fünf- als auch die Zehn-Kilometer-Strecke am Start. Vor allem auf der „Kurzstrecke“ waren die Bönener erfolgreich.

Katrin Walter war über fünf Kilometer mit 21:02 Min. hinter der Hammerin Gudrun Rodloff zweitschnellste Frau und gewann ihre Altersklasse

W30. Weitere Altersklassensiege erreichten Ulf Kasische mit 23:55 Min. in M70, Bernd Jahn mit 24:51 Min. in M60 und Zoe Zicholl mit 26:42 Min. bei der weiblichen Jugend U14. Für die Zwölfjährige bedeutete dies eine neue persönliche Bestzeit. Sie absolvierte das Rennen zusammen mit ihrem Vater Christian, der eine Sekunde nach ihr über die Ziellinie lief und Platz 2 in M35 erreichte.

Über eine neue persönliche Bestzeit freute sich auch Su-

sanne Ganswind, die mit 26:01 Min. auf Platz 2 in W50 lief. Michael Ganswind, der bis wenige hundert Meter vor dem Ziel zusammen mit seiner Frau lief, verbesserte sich ebenfalls, und zwar um vier Sekunden auf 25:53 Min. Dies bedeutete Platz 2 in M40. Michael Flory benötigte 23:42 Min. und erreichte Platz 3 in M35, für Hartmut Stoepel blieb die Uhr bei 25:21 Min. stehen, was Platz 2 in M60 bedeutete.

Über 10 km waren Mike Ko-

siol und Lars Kümmel erstmals im Lauffreunde-Trikot am Start. Kosiol beendete den Lauf nach 46:02 Min. und Kümmel nach 50:36 Min. Schnellster Bönener war hier Stefan Deimann, der mit 45:12 Min. auf den vierten Rang in der M40 lief. Einen Platz auf dem Treppchen eroberte sich Manuela Maletz. Mit 49:01 Min. gewann sie Platz 2 in der W45. Michael Schelter benötigte 47:15 Min. und Berthold Sommer 54:41 Min. ■ WA

---

# „Schönes Ergebnis“ für Familie Voß beim Triathlon <sup>WR</sup> 13.09.12

**Leichtathletik** Michael Klein von den LF Bönen läuft in sechs Stunden 60,925 Kilometer

Bei einer breiten Palette von Ausdauersportwettbewerben präsentierten sich die Lauffreunde Bönen am vergangenen Wochenende.

Eröffnet wurde die Reihe der Wettbewerbe am Samstagmorgen mit einem Sechs-Stunden-Lauf am Fürstbischöfliche Schloss im Münster. Auf einem 760 m langen Rundkurs galt es, innerhalb der vorgegebenen Zeit so viel Kilometer hinter sich

zu bringen wie möglich. Michael Klein (M 45) schaffte 60,925 km und beendete den Wettbewerb auf Platz 7 im Gesamtergebnis.

In Flaesheim am Rande der Haard gingen in den Nachmittagsstunden des Samstags Martin Munk und Tobias Mohnkern an den Start eines Halbmarathons (21,1 km). Beide bereiten sich auf den Marathon in Köln Mitte Oktober vor. Der Test gelang,

Munk finishte nach 1:29:06 Std. und Mohnkern nach 1:32:27 Std. Munk erreichte damit Platz 4 im Gesamteinlauf. Mohnkern, der eine neue persönliche Bestzeit lief, folgte ihm zwei Plätze später. Martin Munk: „Die Strecke durch die Haard war durchaus anspruchsvoll.“

Am Sonntagmorgen fiel dann der Startschuss für den Münster-Marathon. Die warmen Temperaturen

machten alle Zeitambitionen der Lauffreunde hinfällig. Ingo Hanke war mit 3:11:38 Std. schnellster Böener (Platz 107). Michael Wöllert finishte nach 3:40:17 Std. (Platz 439) und Marcus Münstermann überlief nach 3:57:30 Std. die Ziellinie. Ihm folgte wenig später mit 3:59:50 Std. Ulf Kasischke (Platz 5 AK M 70).

Nahezu zeitgleich fand der 18. Löhner Triathlon statt. Am Start wa-

ren Marcus Voß (Jg. 1968) und Tochter Charlotta (Jg. 2000). Marcus Voß gewann in 1:02:02 Std. den Wettbewerb über die Sprintdistanz (500 m Schwimmen, 20 km Radfahren, 5 km Laufen). Charlotta benötigte für 200 m Schwimmen, 10 km Radfahren und 2,5 km Laufen 47:01 Min. und gewann damit Platz 2 bei den Schülerinnen A. Marcus Voß: „Ein schönes Familienergebnis.“

# Marcus Voß wird immer schneller

Leichtathletik 35:32 Minuten - Jetzt Achter In der ewigen Bestenliste.

WAZ 29.09.12

Am vergangenen Sonntag fand die siebte Auflage des Hammer City Run statt. Auf einem attraktiven, weil zuschauerfreundlichen Kurs rund um die Hammer Pauluskirche zeigten sich die Lauffreunde Bönen in verschiedenen Rennen weit vorne.

Katrin Walter gewann über 5 km die Frauenkonkurrenz in schnellen 20:06 Minuten. Katrin Walter: „So langsam arbeite ich mich wieder an die 20-Minuten-Grenze heran.“ Sie verwies dabei so bekannte Läuferinnen wie Patricia Grewatta aus Hamm und Claudia Nachtwey aus Werne auf die Plätze zwei und drei. Die übrigen Böener liefen auf der „Kurzstrecke“ fast durchweg auf einen Podiumsplatz. Martin Schulte erreichte in



**Neue Bestzeit über zehn Kilometer:  
Marcus Voß**

FOTO: LSF

21:47 Min. Platz 2 in M 45, Michael Schelter in 22:25 Min. Platz 3 in M 40, Michael Flory in 21:57 Min. Platz 3 in M 45, Steffen Maletz in 23:04 Min. Platz 2 in der Klasse U 18, Bernd Jahn in 24:18

Min. Platz 2 in M 60 und Corinna Stoepel in 26:22 Min. Platz 3 in der Hauptklasse.

Altersklassensiegerin mit neuer persönlicher Bestzeit in 26:12 Minuten wurde die 12-jährige Charlotta Voß.

## Pfeffer vor Ganswind

Über 10 km zeigte sich Marcus Voß (Jg. 68) in bestechender Form: Mit 35:32 Minuten lieferte er eine neue persönliche Bestzeit ab. Er gewann damit seine Altersklasse M 40. Im Gesamteinlauf war er Vierter. Dazu Jürgen Korvin, Statistiker der Lauffreunde: „Im Alter von 43 Jahren eine neue persönliche Bestzeit zu laufen, ist schon außergewöhnlich. In der ewigen Bestenliste der Lauffreunde liegt er damit auf Platz

acht.“

Dorothea Pfeffer, die zur Zeit läuferisch deutlich kürzer tritt, gewann in 48:23 Min. ihre Altersklasse W 50. Susanne Ganswind erreichte in 52:36 Min. eine neue persönliche Bestzeit und folgte damit Pfeffer auf Platz zwei in der W 50. Michael Ganswind hatte für sie die Aufgabe des Tempomachers übernommen. Meinolf Nather beendete das Rennen nach 50:57 Min. und Berthold Sommer nach 53:50 Min. Über 2 km waren Zoe Zicholl und Yannik Nather, beide Jahrgang 2000, am Start. Zoe verpasste hier ihre Bestzeit nur um eine Sekunde. 8:50 Min. bedeuteten Platz 5 im Gesamteinlauf und Platz 2 in der Klasse U 14. Yannik benötigte 10:10 Minuten.

▶ **Presseauschnitt für** Korvin  
vom 26.09.2012

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier   | <input checked="" type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger |
| <input type="checkbox"/> Lünener Anzeiger   | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau            |
| <input type="checkbox"/> F                  |   | I. Allg.- Zeitung                         | <input type="checkbox"/> Wochenkurier                      |

## Marcus Voß in bestechender Form

Mit 43 Jahren neue 10 km-Bestzeit / Walter siegt

**BÖNEN/HAMM** ■ Die Lauf- freunde Bönen waren am Samstag bei der siebten Auf- lage des Hammer City Runs vorn dabei. Auf dem attrakti- ven, weil zuschauerfreundli- chen Kurs rund um die Pau- luskirche setzte sich Katrin Walter bei den Frauen über fünf Kilometer durch (WA be- richtete). Aber auch andere Lauffreunde hatten Grund zur Freude.

„So langsam arbeite ich mich wieder an die 20-Minu- ten-Grenze heran“, sagte eine zufriedene Walter nach ih- rem exakt 20:06 Minuten dauernden Siegeslauf über fünf Kilometer. Sie ließ dabei so bekannte Läuferinnen wie Patricia Grewatta aus Hamm und Claudia Nachtwey aus Werne hinter sich auf den Plätzen zwei und drei.

Die übrigen Bönener liefen auf der „Kurzstrecke“ fast durchweg auf einen Podiums- platz. Martin Schulte erreichte in 21:47 Min. Platz zwei in der Altersklasse M45, Michael Schelter in 22:25 Min. Platz drei in M40, Michael Flory in 21:57 Min. Platz drei in M45, Steffen Maletz in 23:04 Min. den zweiten Platz in der Klas- se U18, Bernd Jahn in 24:18 Min. Rang zwei in M60 und Corinna Stoepel in 26:22 Min. Platz drei in der Hauptklasse.

Nicht nur einen Altersklas- sensieg, sondern auch eine neue persönliche Bestzeit er- reichte die zwölfjährige Car- lotta Voß. Sie verbesserte sich um gut eine Minute auf 26:12 Min. Hartmut Stoepel (M60) hatte sich ihr als Tempoma- cher zur Verfügung gestellt.

Er beendete das Rennen nach 26:15 Minuten.

Über 10 km zeigte sich Mar- cus Voß (Jg. 68) in bestechen- der Form. Mit 35:32 Min. lie- ferte er eine persönliche Best- zeit ab. Er gewann damit sei- ne Altersklasse M40. Im Ge- samteinlauf war er Vierter. „Im Alter von 43 Jahren eine neue persönliche Bestzeit zu laufen, ist schon außerge- wöhnlich. In der ewigen Bes- tenliste der Lauffreunde liegt er damit auf Platz acht“, sagte Jürgen Korvin, Laufwart und Statistiker der Lauffreunde.

Dorothea Pfeffer, die zurzeit deutlich kürzer tritt, gewann in 48:23 Min. ihre Altersklas- se W50. Susanne Ganswind erreichte in 52:36 Min. eine neue persönliche Bestzeit und folgte damit Pfeffer auf Platz zwei in der W50. Micha- el Ganswind hatte für sie die Aufgabe des Tempomachers übernommen. Er überlief eine Sekunde vor seiner Ehe- frau die Ziellinie. Meinolf Nather beendete das Rennen nach 50:57 Min. und Berthold Sommer nach 53:50 Min.

Über zwei Kilometer waren Zoe Zicholl und Yannik Nat- her, beide Jahrgang 2000, am Start. Zicholl verpasste hier ihre Bestzeit nur um eine Se- kunde. 8:50 Min. bedeuteten Platz fünf im Gesamteinlauf und Platz zwei in der Klasse U14. Nather benötigte 10:10 Minuten.

Von der TuS Bönen waren Dietmar Völkel und Nach- wuchsläufer Lennard Beck- mann am Start. Beckmann beendete die zwei Kilometer nach 8:51 Minuten. ■ WA

## „Echt coole Strecke“

HAMM • Aus der Not geboren, aber für die meisten Läufer die richtige Entscheidung: Bei seiner siebten Auflage hatte der City-Run ein Face-Lifting in Form einer neuen Streckenführung erhalten. Weil im Nordpark eine Fußgängerbrücke gesperrt war, mussten die Organisatoren vom SC Eintracht Hamm die Läufer auf einen anderen Weg durch die Innenstadt und den Park schicken. Und einmal dabei nutzten sie die Gelegenheit, um das Rennen zu optimieren. „Die Strecke hat jetzt eine feinere Linie. Man muss nicht mehr so viel Dampf rausnehmen wie früher“, meinte beispielsweise 5-km-Siegerin Katrin Walter aus Bönen. Auch Leonard Reinke, deutlicher Sieger über die gleiche Distanz bei den Männern, war voll des Lobes: „Das hat Spaß gemacht. Die Strecke ist echt cool.“



Ganz so euphorisch war Sodapop Glowa, der

Zweitplatzierte des 10-km-Rennens, nicht: „Durch den Park würde ich einen Dauerlauf machen, aber schnell laufen ist bei den engen Kurven sehr anstrengend.“ Patricia Grewatta (Bild) sprach da mehr den Hammern aus der Seele: „Es ist schön durch die eigene Stadt zu laufen.“

Zufrieden waren auch die Veranstalter mit den rund 800 Teilnehmern in allen Wettbewerben der „Meile“. Etwas leer war es auf dem Marktplateau dennoch. Das lag wohl an den Temperaturen, denn zum ersten Mal war beim City Run kein T-Shirt-Wetter. • bob

## LEICHTATHLETIK

### 7. Active Sparkassen City-Run

#### 10 km

Männer: 1. Chemwend Wilson (1. M30) 30:23,3 Minuten/Streckenrekord; 2. Sodapop Glowa (1. M20) 34:50,9; 3. Mirko Schuler (LV Oelde/2. M30) 35:05,0; 4. Marcus Voß (Lauffreunde Bönen/1. M40) 35:32,4; 5. Markus Schuler (Freaks of running/2. M40) 35:37,3; 6. Claude Mayer (Sielöhner Tri-Team/3. M30) 36:20,9; 7. Olaf Wegener (SC Aquarius Löhne/3. M40) 38:15,0; 8. Daniel Dierkes (SC Eintracht Hamm/4. M30) 38:16,5; 9. Eckart Büssemeyer (Hamm/4. M40) 38:44,1; 10. Michel Krieg (TriTeam Selm/2. M20) 39:18,7

Frauen: 1. Abeyot Deme (1. W20) 35:46,0 Minuten/Streckenrekord; 2. Caprice Giehl AWD Team TVE Netphen/1. W30) 37:25,4; 3. Melanie Kionka (LG Hamm/2. W20) 37:56,7; 4. Katharina Hauertmann (Active Lauffreunde Hamm/2. W30) 39:58,4; 5. Esther van de Woestijne (3. W30); 6. Alexandra Dierkes (SC Eintracht Hamm/4. W30) 41:48,2; 7. Ina Schedag (SV Herbern/1. W40) 42:04,9; 8. Marion Fladda (Laufen-in-Dortmund.de/3. W30) 44:59,7; 9. Silvia Gora (WSU Tri-Team Warendorf/3. W20) 45:56,5; 10. Christina Wegener (SC Aquarius Löhne/2. W40) 46:27,1

#### 5 km

Männer: 1. Leonard Reinke (SC Eintracht Hamm/1. M20) 16:46,0 Minuten; 2. Stefan Siepmann (LG Hamm/1. M30) 17:03,9; 3. Ante Mimica (2. M30) 17:07,5; 4. Malik Farhat (LG Hamm/1. M40/18) 17:13,6; 5. Stefan Babel (SpVgg Dolberg Lauffreife/3. M30) 18:56,8

Frauen: 1. Katrin Walter (Lauffreunde Bönen/1. W30) 20:06,4; 2. Patricia Grewatta (LG Hamm/1. W20) 20:23,7; 3. Claudia Nachtwey (TV Werne 03/1. W40) 20:37,4; 4. Sophia Kappelmann (LG Hamm/1. WJU18) 20:55,3; 5. Karima Tahli (LG Hamm/1. WJU16) 21:12,7

Weitere Ergebnisse folgen in der nächsten Ausgabe



Die Bambini waren die ersten „Athleten“, die beim City-Run am Marktplateau um die Wette rannten. • Fotos: Baur

# Rekord im Vorbeigehen

LEICHTATHLETIK Chemwend Wilson und Abeyot Deme dominieren den City Run

HAMM • Chemwend Wilson lief locker durchs Ziel, atmete einmal kurz durch, zog sich seinen Trainingsanzug an, setzte sich auf eine Bank und wartete. Dann waren über dreieinhalb Minuten vergangen und der Zweitplatzierte schickte sich an, den 10-km-Lauf beim 7. Active Sparkassen City Run zu beenden. Wilson hatte den Streckenrekord in einer fabelhaften Zeit von 30:23,3 Minuten pulverisiert.

Die alte Marke stand bei 32:00 Minuten, und die hatte immerhin der frühere Triathlon-Weltmeister Daniel Unger vor drei Jahren in Hamm aufgestellt. Wilson war gestern über eineinhalb Minuten schneller. Dabei war der Kenianer mit seiner Zeit nur bedingt zufrieden, sein persönlicher Rekord liegt schließlich bei 28:11. Die schwierige Strecke und der Wind hätten eine bessere Zeit nicht zugelassen, meinte Wilson, für den der Lauf in Hamm nur ein Zwischenstopp war. Eine Woche zuvor war er in Frankreich an den Start gegangen, als nächstes steht ein größeres Rennen in Luxemburg an. Für Begeisterung bei seiner Konkurrenz sorgte Wilson auch so. „Mit so einer Zeit gehört er zur erweiterten Weltspitze, bei diesen Runden und Kurven, die nicht einfach sind“, sagte der zweitplatzierte Sodapop Glowa, der den Kontakt zu Wilson schon nach der zweiten Ecke auf dem Kurs durch die Innenstadt und den Nordpark verloren hatte.

Der gerade erst aus Köln nach Münster umgezogene Glowa kam in 34:50,9 ins Ziel, 15 Sekunden vor Mirko Schuler (LV Oelde) als Dritten. „Mein Partner hatte ein super Zeitgefühl. Da war es für mich einfach“, hinderte dies Glowa nicht, seinen Kontrahenten in der vierten und letzten der etwa 2,5 km

langen Runden abzuhängen. Bester Hammer war Daniel Dierkes vom ausrichtenden SC Eintracht Hamm als Achter.

Zu diesem Zeitpunkt waren schon die ersten drei Frauen des 10-km-Laufes im Ziel. Denn auch in dieser Konkurrenz fiel der alte Streckenrekord. Abeyot Deme, ebenfalls aus Schwarzafrika, unterbot in 35:46,0 Minuten die zuvor gelisteten 36:30 der Buchumerin Steffi Röger aus dem Jahr 2010. Drei Runden war sie mit Glowa und Schuler gelaufen, ehe sie abreißen lassen musste, allerdings nur noch von Marcus Voß und Markus Schuler die Viert- und Fünftplatzierten der Männer-Konkurrenz überholt wurde. Zweite bei den Frauen wurde Caprice Giehl aus Netphen mit starken 37:25,4 vor der Hammerin Melanie Kionka (37:56,7), die immer noch Gesamtneunte wurde.

Acht Wettbewerbe hatten die Verantwortliche geschrieben, um für Teilnehmer aller Altersklasse möglichst etwas im Angebot zu haben. So machten mittags die Kindergarten-Kinder den



Chemwend Wilson pulverisiert den Streckenrekord.

Anfang und wetzten über die 550 Meter der Bambini-Strecke. Kaum einer der Dötze konnte dabei über die Abspergitter schauen, mit denen die neue Strecke (s. nebenstehender Bericht) teilweise gesichert war. Dennoch hatten alle ihren Spaß und ließen sich durch die Anfeuerungsrufe der zahlreich erschienen Eltern zu Bestleistungen anstacheln.

Der Sieg über fünf Kilometer bei der Hammer „Meile“ ging an ein Mitglied des Ausrichters. SCE-Athlet Leonard Reinke lief von Beginn an

der Konkurrenz davon. In 16:48,0 Minuten überquerte er die Ziellinie und hatte 15 Sekunden Vorsprung auf den Zweitplatzierten Stefan Siepmann von der LG Hamm. Dritter wurde Ante Mimica (17:07,5)

Ein gutes Rennen von Reinke? „Nein“, lachte der Student. „Ich bin im Klausurenstress und bin nicht richtig im Training“, ist er sonst eine schnellere Zeit gewohnt. Er nahm es gelassen und reichte sich nach einer kurzen Pause in die Phalanx der vielen Helfer ein, die für einen reibungslosen Ablauf sorgten.

Wesentlich spannender war das 5-km-Damen-Rennen. Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen und Patricia Grewatta (LG Hamm) belauerten sich lange. Zwar setzte sich Walter zwischenzeitlich ab, doch „nach 2,5 Kilometern war ich dran“, sagte Grewatta: „Da habe ich versucht vorbeizuziehen, aber dann kam ein kleiner Hügel, und Katrin war wieder weg.“ Walter kam in 20:06,4 im Ziel, Grewatta in 20:23,7. Dritte wurde mit Claudia Nachtwey aus Werne (20:37,5). • bob



Die Siegerin über zehn Kilometer, Abeyot Deme, hielt lange mit Sodapop Glowa und Mirko Schuler mit, die bei den Männern Platz zwei und drei unter sich ausmachten.



Leonard Reinke vom SCE Hamm gewann das 5-km-Rennen.

# LF Bönen glänzen beim „Hammer City Run“

LAUFSPORT Marcus Voß stellt mit 43 Jahren persönliche Bestzeit auf

**BÖNEN** ■ Bei der siebten Auflage des „Hammer City Run“ landeten Aktive der Lauffreunde Bönen auf einem attraktiven, weil zuschauerfreundlichen Kurs rund um die Hammer Pauluskirche in verschiedenen Rennen weit vorne.

Nur das Zuschauerinteresse blieb in diesem Jahr wegen des herbstlichen Wetters hinter dem der Vorjahre zurück.

Katrin Walter gewann über 5 km die Frauenkonkurrenz in schnellen 20:06 Min. „So langsam arbeite ich mich wieder an die 20-Minuten-Grenze heran“, erklärte Walter nach Zielankunft. Sie verwies dabei so bekannte Läuferinnen wie Patricia Grewatta aus Hamm und Claudia Nachtwey aus Werne auf die Plätze zwei und drei. Die übrigen Bönener liefen auf der „Kurzstrecke“ fast durchweg auf einen Po-



Marcus Voß gewann in Hamm die Altersklasse M40. ■ Foto: HA

diumsplatz. Martin Schulte erreichte in 21:47 Min. Platz zwei in der M45, Michael Schelter in 22:25 Min. Platz drei in der M40, Michael Flory in 21:57 Min. Platz drei in der M45, Steffen Maletz in 23:04 Min. Platz zwei

in der Klasse U18, Bernd Jahn in 24:18 Min. Platz zwei in der M60 und Corinna Stoepel in 26:22 Min. Platz drei in der Hauptklasse.

Nicht nur einen Altersklassensieg sondern auch eine neue persönliche Bestzeit erreichte die 12-jährige Carlotta Voß. Sie verbesserte sich um knapp eine Minute auf 26:12 Min. Hartmut Stoepel (M60) hatte sich ihr als Tempomacher zur Verfügung gestellt und beendete das Rennen nach 26:15 Min.

Über 10 km zeigte sich Marcus Voß (Jg. 68) in bestechender Form. Mit 35:32 Min. lieferte er eine neue persönliche Bestzeit ab. Er gewann damit seine Altersklasse M40. Im Gesamteinlauf war er Vierter. Dazu Jürgen Korvin, Statistiker der Lauffreunde: „Im Alter von 43 Jahren eine neue persönliche Bestzeit zu laufen, ist schon außergewöhn-

lich. In der ewigen Bestenliste der Lauffreunde liegt er damit auf Platz acht.“

Dorothea Pfeffer, die zurzeit läuferisch deutlich kürzer tritt, gewann in 48:23 Min. ihre Altersklasse W50. Susanne Ganswind erreichte in 52:36 Min. eine neue persönliche Bestzeit und folgte damit Pfeffer auf Platz zwei in W50. Michael Ganswind hatte für sie die Aufgabe des Tempomachers übernommen. Er überlief die Ziellinie eine Sekunde vor seiner Ehefrau. Meinolf Nather beendete das Rennen nach 50:57 Min. und Berthold Sommer nach 53:50 Min.

Über 2 km waren Zoe Zicholl und Yannik Nather, beide Jahrgang 2000, am Start. Zoe Zicholl verpasste hier ihre Bestzeit nur um eine Sekunde. 8:50 Min. bedeuteten Platz fünf im Gesamteinlauf und Platz zwei in der Klasse U14. Yannik Nather benötigte 10:10 Min.

## Form vor Marathon gestestet

Gute Ergebnisse für  
die Lauffreunde

**BÖNEN** ▪ Im Zeichen der Marathonvorbereitung standen die jüngsten Starts der Lauffreunde Bönen. Stefan Deimann erreichte beim Hanselauf in Lünen über 10 km in 46:03 Min. Platz drei in seiner Altersklasse (M40). Er möchte am 14. Oktober in Köln seine ersten Marathonzeit (4:40:13 Std.) verbessern. Für Köln gemeldet haben auch die Bönener Mike Kosiol, Sven Serke und Martin Munk.

Bei den Bertlicher Straßenläufen belegte Ingo Hanke über 5 km in 18:28 Min. Platz vier im Gesamteinlauf und gewann seine Altersklasse M 35. Michael Schelter beendete den Lauf über 15 km nach 1:11:06 Std. auf Platz 3 (M 40). Die übrigen drei Bönener liefen einen Halbmarathon. Schnellster war Dieter Brodowski mit 1:35:50 Std. (Platz 6/M45). Er verbesserte seine persönliche Bestzeit um rund vier Minuten Thorsten Bücken lief eine Sekunde später über die Ziellinie und wurde Dritter in M 40. Thomas Klink musste einer lädierten Wade Tribut zollen und benötigte 1:40:32 Std.

Bücken und Schelter starten am 14. Oktober beim Marathon um den Essener Baldeneysee, Klink und Brodowski eine Woche später beim Mallorca-Marathon. In Essen wollen auch Silke und Carsten Kluge, Lars Grunenberg und Michael Klein an den Start gehen.

# Marcus Voß in Welver Schnellster

LEICHTATHLETIK Lauffreund aus  
Bönen gewinnt den Familien-Marathon

**WELVER** ■ Eine starke Leistung legte jetzt Marcus Voß von den Lauffreunden Bönen beim Familien-Marathon in Welver hin. Er legte bei böigem Wind die beste Zeit hin und gewann. Auch Jutta Picker war sehr erfolgreich, ihr gelang nicht nur der Sieg in der Altersklasse W40, sondern auch eine neue persönliche Bestzeit.

Marcus Voß (M40) gewann den Wettbewerb in 2:48:39 Std., Katrin Walter lief in 3:47:22 Std. auf Platz zwei im Frauenfeld, nur 23 Sekunden hinter der Siegerin. Nach ihrer Babypause war das eine hervorragende Leistung.

Wolfgang Hermann, ein erfahrener Ultraläufer, vervollständigte das Bönener Marathon-Trio. Nach drei Jahren Abstinenz von der langen Strecke war er mit einer Zeit von 4:15:50 Std. mehr als zufrieden. Er wurde bei seinem 52. Marathon mit dem Altersklassensieg in der M60 belohnt.

Schnellster Bönener über die Halbmarathondistanz war Marcus Münstermann.

Er benötigte 1:38:09 Std. und gewann seine Altersklasse M35. Noch zufriedener als Münstermann zeigte sich aber Jutta Picker (W40), die mit 1:59:39 Std. trotz der widrigen Bedingungen eine neue persönliche Bestzeit erreichte und ebenfalls ihre Altersklasse gewann. Michael Ganswind, lief 1:59:59 Std. Susanne Ganswind musste ab dem 15. Kilometer das Tempo reduzieren und benötigte 2:04:02 Std. Meinolf Nather gelangte nach 1:58:23 Std. ins Ziel. Über zehn Kilometer war Michael Flory am Start. Er erreichte mit 44:17 Min. Platz fünf in seiner Altersklasse M45.

In Oer-Erkenschwick lief Dieter Brodowski über fünf Kilometer mit 20:39 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Er verbesserte sich um mehr als 70 Sekunden, wurde Vierter im Gesamteinlauf und gewann Platz zwei in der M45. Auch für Stefan Deimann reichte es für eine neue persönliche Bestzeit von 1:41:49 Std. In Beelen beendete Michael Schelter einen Halbmarathon nach 1:45:09 Std.

# Voß und Walter in Welper weit vorn

LAUFSPORT Marcus Voß gewinnt Marathon deutlich, Katrin Walter wird Zweite

**WELVER/BÖNEN** ▪ Die Laufreunde Bönen trotzten beim Familien-Marathon in Welper Regen und Wind. Allen voran Marcus Voß, der den Marathon-Lauf am Mittwoch deutlich in 2:48:39 Std. gewann. Katrin Walter wurde bei den Frauen Zweite in 3:47:22 Std. „Lange Geraden, keine Zuschauer, keine Mitläufer. Und der Gegenwind zehrte ganz schön an den Kräften“, sagte Voß (M40) nach dem 42,1 Kilometer langen Lauf durch 20 Dörfer. Mit 2:48:30 Std. blieb er nur drei Minuten über dem Streckenrekord. Erst eine gute halbe Stunde später kam der Zweite ins Ziel: Stefan Lepper vom TV Flerke (3:15:37 Std.).

Katrin Walter fehlten im Ziel nur 23 Sekunden auf die Siegerin Ute Deppe. Für Walter war Welper der zweite Marathon nach ihrer Babypause. „Sie arbeitet sich wieder nach vorn. Sowohl für Voß als auch für Walter gilt, dass sie jeweils die bislang schnellste Marathonzeit des Jahres für die Laufreunde erreicht haben“, sagte Vereinslaufwart Jürgen Korvin.

Wolfgang Hermann, ein erfahrener Ultraläufer, vervoll-



Regen und Wind konnten den Laufreunden Bönen in Welper nichts anhaben. ▪ Foto: pr

ständigte das Bönener Marathon-Trio. Nach drei Jahren Abstinenz von der langen Strecke war er mit einer Zeit von 4:15:50 Std. mehr als zufrieden. Er wurde bei seinem 52. Marathon mit dem Altersklassensieg in M60 belohnt.

Schnellster Bönener über die Halbmarathondistanz war Marcus Münstermann. Er benötigte 1:38:09 Std. und gewann seine Altersklasse M35. Noch zufriedener zeigte sich Jutta Picker (W40), die trotz widriger Bedingungen mit 1:59:39 Std. eine neue persönliche Bestzeit erreichte und ebenfalls ihre Altersklasse gewann. Michael Klein hatte für

sie die Aufgabe des Tempomachers übernommen und überlief zeitgleich mit ihr die Ziellinie.

Ein kleines Kunststück gelang Michael Ganswind. Er unterbot mit 1:59:59 Std. die 2-Stunden-Grenze denkbar knapp. Das blieb Susanne Ganswind verwehrt. Sie musste ab Kilometer 15 Tempo drosseln. Sie kam nach 2:04:02 Std. ins Ziel. „Als es schwer wurde, habe ich mich mit einem Läufer aus Lippstadt zusammengetan. Wir haben uns gegenseitig motiviert“, sagte sie. Meinolf Nather finishte nach 1:58:23 Std. Über 10 km war Michael

Flory am Start. Er erreichte mit 44:17 Min. Platz 5 in seiner Altersklasse M45.

In Oer-Erkenschwick lief unterdessen Dieter Brodowski über 5 km mit 20:39 Min. persönliche Bestzeit. Er verbesserte sich um mehr als 70 Sekunden, wurde Gesamt-Vierter und Zweiter der M45. Stefan Deimann war beim ersten Halbmarathon um den Phönixsee in Dortmund am Start. Auch er lief persönliche Bestzeit (1:41:49 Std.). In Beelen beendete Michael Schelter einen Halbmarathon nach 1:45:09 Std. Alle drei Bönener bereiten sich auf einen Herbstmarathon vor. ▪ WA

Artikel publiziert am: 03.10.2012 - 19.24 Uhr

Artikel gedruckt am: 04.10.2012 - 08.34 Uhr

Quelle: <http://www.soester-anzeiger.de/sport/regionalsport/kreis-soest/5-am-tag-familienmarathon-welver-2531353.html>

## Bönener Marcus Voss trotzte dem Wind

WELVER • Der Wettergott schien den Läufern in Welver wohl gesonnen zu sein: Beim „5-am-Tag“-Familienmarathon starteten alle Sportler bei strahlendem Sonnenschein, mussten im späteren Verlauf nur einige zwischenzeitliche Schauer über sich ergehen lassen. Entscheidener als der Regen war aber der Wind.



„Der Gegenwind zehrte ganz schön an den Kräften“, sagte auch Marcus Voss von den Lauffreunden Böhnen nach seinem Start. Die teilweise starken Böen schienen ihn allerdings nicht sonderlich gebremst zu haben, denn er absolvierte die 42,1 Kilometer lange Marathonroute durch 20 Dörfer rund um Welver in 2:48:39 Stunden, blieb damit nur drei Minuten über dem 2011 aufgestellten Streckenrekord und sicherte sich den Marathon-Sieg. Rund eine halbe Stunde später kamen zwei heimische Läufer, Stefan Lepper und Michael Meyknecht vom TV Flerke, ins Ziel und belegten damit die Plätze zwei und drei. In ihren Altersklassen waren Lepper (M) und Meyknecht (M45) mit ihren Ergebnissen von 3:15:37 h und 3:28:25 h jeweils die schnellsten Läufer.

Sieger Marcus Voss, der zum ersten Mal beim 5-am-Tag-marathon startete, hatte außerdem ein Lob für die Veranstalter: „Die Strecke war sehr angenehm zu laufen und gut markiert, ich komme ich nächstes Jahr wieder.“

Für die Lauffreunde Böhnen war Welver auch in der Damenkonkurrenz ein gutes Pflaster: Ute Deppe war mit 3:46:59 h die schnellste Marathoni, vor Vereinskollegin Katrin Walter. Heidrun May vom TV Flerke lief mit einer Zeit von 4:06:31 h als dritte Frau durchs Ziel. Die heimischen Läufer waren vor allem auf den kürzeren Strecken erfolgreich: Oliver Kenter vom TV Flerke wurde Zweiter über 10 km, Welveranerin Marion Fladda belegte Rang zwei in der Damenwertung auf dieser Strecke, vor Pia Schroeter von Marathon Soest.

Doch erneut zeigte sich, dass es beim „5-am-Tag“-Familienmarathon nicht nur im sportliche Höchstleistungen, sondern in erster Linie um den Spaß auf den einzelnen Strecken ging. So gingen beim Schnuppermarathon gut gelaunt viele Familien mit Kindern und verschiedene Teams, wie die B-Juniorinnen des SuS Scheidingen, an den Start. Bei den Radfahrern und bei den Inline-Skatern, zu denen sich mit den Nordic Skatern (eine Kombination aus Inline-Skaten und Nordic Walking) gesellten, erfolgte außerdem keine Zeitmessung. Organisator Helmut Klauke erklärte: „Damit es auf den Strecken nicht zu übertriebenem Ehrgeiz und Leichtsinnigkeit kommt, kühnen wir in diesen Disziplinen keinen Sieger.“ Gewinner waren ohnehin alle, die dem Wind trotzten und den Zieleinlauf passierten. • lau

Artikel lizenziert durch © soester-anzeiger

Weitere Lizenzierungen exklusiv über <http://www.soester-anzeiger.de>

Dienstag, 16. Oktober 2012

## Sven Serke mit glänzendem Marathon-Debüt

Die Aktiven der Lauffreunde Bönen waren am Wochenende in Köln und in Essen am Marathonstart.

In Köln setzte Sven Serke ein besonderes Ausrufezeichen. Mit 2:39:33 Std. platzierte er sich bei seinem Marathondebüt auf Anhieb auf Platz drei der ewigen Marathonbestenliste der Lauffreunde Bönen. Vor ihm liegen jetzt nur noch Heiner Karlsohn mit 2:38:25 Std. und Michael Wrede mit 2:39:09 Std. Eine etwas bessere Zeit wäre in Köln noch drin gewesen, aber Serke musste zwischendurch einem menschlichen Bedürfnis Rechnung tragen. Serkes Fazit: „Ich bin sehr zufrieden. Die fehlende gute Minute nehme ich mir ein andermal vor.“

Serke erreichte im Gesamteinlauf Platz 28. Er war damit der 14. Europäer und der siebtschnellste Deutsche. In seiner Altersklasse M 35 erreichte er Platz vier.

In Köln waren neben Serke noch Martin Munk und Stefan Deimann am Start. Beide erreichten eine neue persönliche Bestzeit, Munk mit 3:13:53 Std. und Deimann mit 3:56:27 Std. Beide freuten sich über die persönliche Verbesserung, die Platzierung unter knapp 4.000 Finishern spielte für sie dabei keine besondere Rolle.

Parallel zum Marathon fand in Köln ein Halbmarathon statt, den Mike Kosiol für sein Debüt auf dieser Strecke nutzte. Er finishte nach 1:45:01 Stunden.

Ruhiger und beschaulicher, wenn auch nicht weniger anstrengend ging es beim Marathon um den Essener Baldeneysee zu. Knapp 1400 Finisher tauchen hier in der Ergebnisliste auf. Schnellster Bönener war Lars Grunenberg mit 3:13:42 Std. Silke Kluge war als einzige Bönener-Frau am Start. Sie benötigte 3:50:40 Std. und erreichte damit den Gesamtplatz 62 bei den Frauen und Platz 15 in ihrer Altersklasse W40.

### Heiner Karlsohn wieder aktiv

„Ich kenne beide Veranstaltungen. Herrschen in Köln an der Strecke manchmal karnevalsähnliche Zustände, so ist der Essener Lauf rund um den Baldeneysee ein ruhiger Landschaftslauf. Bei der Gelegenheit kann ich übrigens mitteilen, dass Heiner Karlsohn seit dem 1. Oktober wieder Mitglied der Lauffreunde Bönen ist. Er will nach dreijähriger Laufpause wieder einsteigen“, führte Jürgen Korvin, Chef-Statistiker der Bönener, aus.

Karlsohn, der laufende Friseur aus Heeren, hat zu seinen besten Zeiten bei den Lauffreunden die 100-km-Szene in Deutschland mitbestimmt.

# Lauffreunde glänzen mit Rekordzeiten

LAUFSPORT Starts in Köln und Essen von Erfolgen gekrönt

**BÖNEN** • Zehn Bönener Lauffreundinnen und Lauffreunde waren am Wochenende in Köln und in Essen am Marathonstart. Vier persönliche Bestzeiten und die drittschnellste je bei den Lauffreunden Bönen gelaufene Marathonzeit kamen am Ende dabei heraus.

In Köln setzte Sven Serke ein besonderes Ausrufezeichen (wir berichteten). Mit 2:39:33 Std. platzierte er sich bei seinem Marathondebüt auf Anhieb auf Platz drei der ewigen Marathonbestenliste der Lauffreunde Bönen. Vor ihm liegen jetzt nur noch Heiner Karlsruhn mit 2:38:25 Std. und Michael Wrede mit 2:39:09 Std. Eine etwas bessere Zeit wäre in Köln noch drin gewesen, aber Serke musste zwischen durch einem menschlichen Bedürfnis Rechnung tragen. Serkes Fazit: „Ich bin sehr zufrieden. Die fehlende gute Minute nehme ich mir ein andermal vor.“

In Köln waren neben Serke noch Martin Munk und Stefan Deimann am Start. Beide erreichten eine neue persönliche Bestzeit, Munk mit 3:13:53 Std. und Deimann mit 3:56:27 Std. Munk hat sich um sechs Minuten und Deimann um sage und schreibe 44 Minuten verbessert. Munk absolvierte dabei die zweite Hälfte des Rennens um gut eine Minute schneller als die erste Hälfte. Beide freuten sich über die persönliche Verbesserung, die Platzierung unter knapp 4000 Finishern spielte für sie dabei keine besondere Rolle.

Parallel zum Marathon fand in Köln ein Halbmarathon statt, den Mike Kosiol für sein Debüt auf dieser Strecke nutzte. Er finishte nach 1:45:01 Std. Circa 10000 Teilnehmer machten ihm das Leben nicht leicht. Kosiol: „Es war sehr voll und man kam anfangs sehr schlecht ins Rennen hinein. Aber dafür war die Stimmung an der Strecke toll und auch das Wetter spielte mit.“

Ruhiger und beschaulicher, wenn auch nicht weniger anstrengend, ging es beim Marathon um den Essener Baldeneysee zu. Knapp 1400 Finisher tau-

chen hier in der Ergebnisliste auf. Der Lauf wurde zum 50. Mal in Folge ausgetragen und trägt somit den inoffiziellen Titel der ältesten Marathonveranstaltung in Deutschland.

Schnellster Bönener war Lars Grunenberg mit 3:13:42 Std. Im folgte Thorsten Bucker mit 3:14:20 Std. Tobias Mohnkern erreichte mit 3:20:12 Std. eine neue persönliche Bestzeit, ebenso wie Carsten Kluge mit 3:36:09 Std. Dazu Jürgen Korvin, Statistiker der Lauffreunde: „Carsten erfährt es meistens von mir, wenn er sich persönlich verbessert hat. Er hält das nicht so genau nach. Beide haben sich um runde vier Minuten gesteigert.“ Michael Klein finishte nach 3:42:31 Std. in dem von ihm angepeilten Zeitrahmen. Michael Schelter konnte in seinem 15. Marathon seine Ziele nicht vollständig realisieren. Schelter: „Ab km 33 lief es sehr schwer und so musste ich mit einer Zeit von 4:11:24 Stunden zufrieden sein.“

Silke Kluge war als einzige Bönener Frau am Start. Sie benötigte 3:50:40 Std. und erreichte damit den Gesamtplatz 62 bei den Frauen und Platz 15 in ihrer Altersklasse W40.

Jürgen Korvin: „Ich kenne beide Veranstaltungen aus eigenem Erleben. Herrschen in Köln an der Strecke manchmal sogar karnevalsähnliche Zustände, so ist der Essener Lauf rund um den Baldeneysee ein ruhiger Landschaftslauf. Letzteres kam mir persönlich immer mehr entgegen.“

## Rückkehr

Heiner Karlsruhn ist seit dem 1. Oktober wieder Mitglied bei den Lauffreunden Bönen. Er will nach dreijähriger Laufpause wieder einsteigen. Karlsruhn hat zu seinen besten Zeiten bei den Lauffreunden die 100-km-Szene in Deutschland mitbestimmt und liegt in der ewigen Top-Ten-Wertung der Lauffreunde, die auf den Bestzeiten von fünf Distanzen aufbaut, immer noch auf Platz drei. Nach dem Ergebnis von Sonntag hat Sven Serke übrigens Platz eins erobert. Zwischen beiden liegt Michael Wrede.



## Sport im Kreis

### Sven Serke mit glänzendem Marathon-Debüt

Die Aktiven der Lauffreunde Bönen waren am Wochenende in Köln und in Essen am Marathonstart.

In Köln setzte Sven Serke ein besonderes Ausrufezeichen. Mit 2:39:33 Std. platzierte er sich bei seinem Marathondebüt auf Anhieb auf Platz drei der ewigen Marathonbestenliste der Lauffreunde Bönen. Vor ihm liegen jetzt nur noch Heiner Karlsruh mit 2:38:25 Std. und Michael Wrede mit 2:39:09 Std. Eine etwas bessere Zeit wäre in Köln noch drin gewesen, aber Serke musste zwischendurch einem menschlichen Bedürfnis Rechnung tragen. Serkes Fazit: „Ich bin sehr zufrieden. Die fehlende gute Minute nehme ich mir ein andermal vor.“

Serke erreichte im Gesamteinlauf Platz 28. Er war damit der 14. Europäer und der siebtschnellste Deutsche. In seiner Altersklasse M 35 erreichte er Platz vier.

In Köln waren neben Serke noch Martin Munk und Stefan Deimann am Start. Beide erreichten eine neue persönliche Bestzeit, Munk mit 3:13:53 Std. und Deimann mit 3:56:27 Std. Beide freuten sich über die persönliche Verbesserung, die Platzierung unter knapp 4.000 Finishern spielte für sie dabei keine besondere Rolle.

Parallel zum Marathon fand in Köln ein Halbmarathon statt, den Mike Kosiol für sein Debüt auf dieser Strecke nutzte. Er finishte nach 1:45:01 Stunden.

Ruhiger und beschaulicher, wenn auch nicht weniger anstrengend ging es beim Marathon um den Essener Baldeneysee zu. Knapp 1400 Finisher tauchen hier in der Ergebnisliste auf. Schnellster Bönener war Lars Grunenberg mit 3:13:42 Std. Silke Kluge war als einzige Bönener Frau am Start. Sie benötigte 3:50:40 Std. und erreichte damit den Gesamtplatz 62 bei den Frauen und Platz 15 in ihrer Altersklasse W40.

#### Heiner Karlsruh wieder aktiv

„Ich kenne beide Veranstaltungen. Herrschen in Köln an der Strecke manchmal karnevalsähnliche Zustände, so ist der Essener Lauf rund um den Baldeneysee ein ruhiger Landschaftslauf. Bei der Gelegenheit kann ich übrigens mitteilen, dass Heiner Karlsruh seit dem 1. Oktober wieder Mitglied der Lauffreunde Bönen ist. Er will nach dreijähriger Laufpause wieder einsteigen“, führte Jürgen Korvin, Chef-Statistiker der Bönener, aus.

Karlsruh, der laufende Friseur aus Heeren, hat zu seinen besten Zeiten bei den Lauffreunden die 100-km-Szene in Deutschland mitbestimmt.

### Sven Serke glänzt in Köln

**BÖNEN** • Sven Serke von den Lauffreunden Bönen ist gestern in Köln seinen ersten Marathon gelaufen - und wie: Er erreichte das Ziel nach 2:39:33 Std. als Gesamt-28. Er war damit der 14.-schnellster Europäer und der siebtschnellste Deutsche unter 3952 Finishern. In seiner Altersklasse M 35 wurde er Vierter. Serke war nicht der einzige Bönener, der beim Köln-Marathon startete. Martin Munk erreichte das Ziel in 3:13:53 Std. (Rang 291) und Stefan Deimann in 4:01:16 Std. (Rang 2003).

Seit Mitte Juli hatte sich Serke mit seinem Trainer Dirk Pfeffer auf den ersten Lauf über 42,195 Kilometer vorbereitet. „Ich hatte mir die 2:40 Stunden zum Ziel gesetzt, aber mir insgeheim Hoffnung auf die 2:38 gemacht“, sagte ein zufriedener Serke. Wahrscheinlich hätte er die 2:38 Std. und womöglich den Vereinsrekord schon bei seinem Erstling geknackt, wenn er nicht zwischendurch hätte austreten müssen. „Sonst hat alles sehr gut geklappt. Auch der Köln-Marathon war eine gute Wahl. Ich denke, dass ich noch Luft nach oben habe“, sagte Serke, der in diesem Jahr noch Halbmarathon und 15-Kilometer-Lauf bestreiten möchte.

MONTAG

### Serke feiert Top-Debüt

**KÖLN/BÖNEN** • Sven Serke von den Lauffreunden Bönen ist gestern in Köln seinen ersten Marathon gelaufen - und wie: Er erreichte das Ziel nach 2:39:33 Std. als Gesamt-28. Er war damit der 14.-schnellste Europäer und der siebtschnellste Deutsche unter 3952 Finishern. In seiner Altersklasse M35 wurde er Vierter. Serke war nicht der einzige Bönener, der beim Köln-Marathon startete. Martin Munk erreichte das Ziel in 3:13:53 Std. (Rang 291) und Stefan Deimann in 4:01:16 Std. (Rang 2003).

Seit Mitte Juli hatte sich Serke mit seinem Trainer Dirk Pfeffer auf den ersten Lauf über 42,195 Kilometer vorbereitet. „Ich hatte mir die 2:40 zum Ziel gesetzt, aber mir insgeheim Hoffnung auf die 2:38 gemacht“, sagte ein zufriedener Serke. Wahrscheinlich hätte er die 2:38 Std. und womöglich den Vereinsrekord schon bei seinem Erstling geknackt, wenn er nicht zwischendurch hätte austreten müssen. „Sonst hat alles sehr gut geklappt. Auch der Köln-Marathon war eine gute Wahl. Ich denke, dass ich noch Luft nach oben habe“, sagte Serke, der in diesem Jahr noch Halbmarathon und 15-Kilometer-Lauf bestreiten möchte. • sst

## Wochenende der Bestzeiten

Lauffreunde bei Marathons in Köln und Essen

**BÖNEN** • Zehn Aktive der Lauffreunde Bönen absolvierten am Wochenende in Köln und Essen Marathon-Läufe. Vier persönliche Bestzeiten und die drittschnellste je bei den Lauffreunden Bönen gelaufene Marathonzeit kamen am Ende dabei heraus.

In Köln setzte Sven Serke ein besonderes Ausrufezeichen. Er erreichte im Gesamteinlauf Platz 28. Er war damit der 14. Europäer und der siebtschnellste Deutsche. In seiner Altersklasse M35 erreichte er Platz vier (WA berichtete). Mit 2:39:33 Std. platzierte er sich bei seinem Debüt auf Anhieb auf Platz drei der ewigen Marathonbestenliste der Lauffreunde. Vor ihm liegen nur noch Heiner Karlsohn mit 2:38:25 Std. und Michael Wrede mit 2:39:09 Std.

„Ich bin sehr zufrieden. Die fehlende gute Minute nehme ich mir ein anderes Mal vor. Ich glaube, ich habe noch Reserven“, sagte Serke. „Nach Kilometer 35 wollte ich das Tempo anziehen, aber im Oberschenkel deuteten sich Krämpfe an. Ich konnte mein Tempo daher nur halten“, so Serke. Mehr als einen Marathon pro Jahr will er wegen der zeitlichen Belastung durch das Training allerdings nicht bestreiten.

In Köln waren auch noch Martin Munk und Stefan Deimann am Start. Beide erreichten eine neue persönliche Bestzeit, Munk mit 3:13:53 Std. und Deimann mit 3:56:27 Std. Munk hat sich um rund sechs, Deimann um grandiose 44 Minuten verbessert. Munk absolvierte dabei die zweite Hälfte des Rennens um gut eine Minute schneller als die erste Hälfte.

Parallel zum Marathon fand in Köln ein Halbmarathon statt, den Mike Kosiol für sein Debüt auf dieser Strecke

nutzte. Er finishte nach 1:45:01 Std. Rund 10 000 Teilnehmer machten ihm das Leben nicht leicht. „Es war sehr voll. Ich kam schlecht ins Rennen. Aber dafür war die Stimmung an der Strecke toll“, sagte Kosiol.

Ruhiger und beschaulicher, wenn auch nicht weniger anstrengend ging es beim Marathon um den Essener Baldeneysee zu. Die Ergebnisliste dieses ältesten deutschen Marathon-Wettbewerbs umfasste gut 1400 Finisher. Schnellster Bönener war Lars Grunenberg mit 3:13:42 Std. Im folgende Thorsten Bückler (3:14:20 Std). Tobias Mohnkern erreichte mit 3:20:12 Std. eine neue persönliche Bestzeit, ebenso wie Carsten Kluge mit 3:36:09 Std. Michael Klein kam nach 3:42:31 Std. in dem von ihm angepeilten Zeitrahmen ins Ziel. Für Michael Schelter lief es in seinem 15. Marathon nicht ganz nach Wunsch. „Ab Kilometer 33 lief es sehr schwer. Am Ende musste ich mit einer Zeit von 4:11:24 Std. zufrieden sein“, sagte Schelter.

Silke Kluge war als einzige Bönener Frau am Start. Sie benötigte 3:50:40 Std. und erreichte damit den Gesamtplatz 62 bei den Frauen und Platz 15 in ihrer Altersklasse W40.

Heiner Karlsohn ist seit 1. Oktober wieder Mitglied der Lauffreunde Bönen. „Er will nach dreijähriger Laufpause wieder einsteigen“, sagte Vereinslaufwart Jürgen Korvin. Karlsohn hat zu seinen besten Zeiten bei den Lauffreunden die 100-km-Szene in Deutschland mitbestimmt und liegt in der ewigen Top-Ten-Wertung des Klubs, die auf den Bestzeiten von fünf Distanzen aufbaut, immer noch auf Platz drei. Erster ist seit Sonntag Serke vor Wrede. • WA/sst



Dreimal Marathon-Bestleistung: Stefan Deimann, Martin Munk und Sven Serke (v. l.). • Foto: pr

# Hanke schnellster Bönener

## Lauffreunde beim Hellweglauf in Lünern

**BÖNEN** ■ Die Lauffreunde Bönener waren unterwegs – nicht nur bei den Marathon-Läufen in Köln und Essen (WA berichtete), sondern auch vor der eigenen Haustür beim Hellweg-Lauf in Lünern. Anders als in den Vorjahren waren sie nur mit einer kleinen Gruppe am Start. Marcus Voß und Katrin Walter verzichteten, weil sie erst wenige Tage zuvor den Marathon in Welver gelaufen waren.

Der am besten platzierte Bönener war Ingo Hanke. Er lief über die Fünf-Kilometer-Distanz in exakt 18 Minuten auf den sechsten Platz und damit auf Rang eins seiner Altersklasse M35. Für Hanke war es die zweitbeste 5-km-Zeit bislang. Ganz vorn war Tim Voß vom TV Unna einen neuen Streckenrekord gelaufen. Seine 15:54 Min. waren sieben Sekunden besser als der alte Rekord, gelaufen im Jahr 2005 vom Mendener Mohammad Bourgiba. Die Leistung von Voß war wegen des starken Windes, mit dem alle Läufer zu kämpfen hatten, umso erstaunlicher.

Erste Plätze in ihren Altersklassen belegten auch Manuela Maletz (34:44 Min./W45) und Katharina Budde (24:37 Min./Weibl. U18). Zweite wurden über fünf Kilometer Rüdiger Budde (24:14 Min./M55), Hartmut Stoepel (24:39 Min./M60) und Sandra Firus (25:07 Min./W49). Dritte

Altersklassenplätze belegten Steffen Maletz (23:16 Min./Männl. U18) und David Thiel (24:03 Min./Männl. U16).

Für den 15-jährigen Thiel, sonst im Handball aktiv, war es der erste Einsatz für die Lauffreunde über diese Distanz. Er hatte sich spontan entschieden, zusammen mit Mutter Nicole (25:57 Min./Platz 4 in W45) zu starten. Corinna Stoepel kam nach 25:29 Min. ins Ziel – ebenfalls als Vierte ihrer Altersklasse (W20). Für Michael Ganswind waren 25:21 Min. persönliche Bestzeit. Über eine Bestleistung freute sich auch die 16-jährige Katharina Budde.

Über die Halbmarathon-Distanz war Ulf Kasischke (M70) am Start. Er benötigte 1:50:15 Std. und belegte damit unter 93 Startern den 38. Platz. Seine Altersklasse gewann er. Über 10 Kilometer liefen Sabine und Martin Schulte nach 54:31 Min. gemeinsam über die Ziellinie. Berthold Sommer benötigte 55:06 Min. Insgesamt waren in Lünern 422 Aktive am Start, die meisten (121) über 10 Kilometer.

Dorothea Pfeffer hatte an einem Lauf am Bodensee mit Start in Lindau und Ziel in Bregenz teilgenommen. Für die Halbmarathon-Distanz benötigte sie bei widrigsten Wetterbedingungen 1:52:11 Std. Damit erreichte sie den zwölften Platz in ihrer Altersklasse W50. ■ WA



Bereit für den Start: Die Lauffreunde Bönener vor dem Hellweg-Lauf in Lünern. ■ Foto: pr

# Marathon unter Palmen

**LAUFSPORT** Lauffreunde starten auf Mallorca / Hanke läuft in Geseke persönliche Bestzeit

**BÖNEN** ■ Der Marathon in Palma de Mallorca war das Ziel einer kleinen Gruppe der Lauffreunde Bönen. Sie liefen auf den Balearen aber nicht nur die klassische Distanz von gut 42,2 km, sondern auch über 21,1 und über 10 Kilometer.

Dieter Brodowski (M45), seit rund zwei Jahren bei den Lauffreunden, hatte sich diesen Lauf für sein Marathon-Debüt ausgesucht. Er beendete das Rennen nach guten 3:31:58 Std. und erreichte damit Platz 31 seiner Altersklasse und Platz 208 von 989 Männern. „Das war ein hartes Stück Arbeit. Ab Kilometer 35 wurde es richtig schwer, zumal der Wind ordentlich blies“, sagte er. Brodowski wollte den Lauf gemeinsam mit dem erfahrenen Thomas Klink (28 Marathons) angehen. Das klappte nur bis Kilometer 24, dann musste Klink (ebenfalls M45) das Tempo reduzieren. Er kam nach 3:56:07 Std. ins Ziel als 99. seiner Altersklasse und auf Platz 503 bei den Männern.

Thorsten Bucker (M40) und Jürgen Korvin (M60) hatten



**Guter Dinge:** Die Bönener Lauffreunde um Laufwart Jürgen Korvin (l.) auf Mallorca. ■ Foto: pr

sich für den Halbmarathon entschieden. Bucker hatte noch vor einer Woche den Marathon um den Essener Baldeneysee mit einer Zeit von 3:14:20 Std. beendet. In Palma finishte er nach 1:37:09 Std. Das bedeutete Altersklassenplatz 56 und Platz 280 von 2164 Männern. Korvin erreichte mit 1:58:16 Std. sein Ziel, unter zwei Stunden

zu bleiben (Platz 28 in M60, Platz 1347 aller Männer). Michael Flory lief die 10-km-Strecke. Seine Zeit von 48:02 Min. brachte ihm Platz 25 seiner Altersklasse M45 und Platz 211 von 1123 Männern.

Start und Ziel für alle drei Läufe lag unterhalb der Kathedrale La Seu auf der eigens gesperrten Autopista de Llevant. Die 10-km-Strecke und

der Schlussabschnitt von Halbmarathon und Marathon führte durch das Zentrum von Palma. Die ehemalige Prachtstraße La Rambla, der Placa d'Espania, der Placa Major und die engen Gassen in der Altstadt sorgten für eine einmalige Lauf-Atmosphäre.

Insgesamt finishten in allen drei Wettbewerben mehr als 6200 Läuferinnen und Läufer.

Auch zu Hause waren die Lauffreunde am Wochenende erfolgreich. Ingo Hanke gewann beim 20. Geseker Hexenlauf den 5-km-Wettbewerb in einer neuen persönlichen Bestzeit von 17:52 Min. Er verbesserte sich um zwei Sekunden. Jonas Deimann gewann über die gleiche Distanz in 20:37 Min. den zweiten Platz der männlichen Jugend U16. Stefan Deimann beendete den 10-km-Wettbewerb nach 46:24 Min. und erreichte Platz 5 in seiner Altersklasse M40. Deimann hatte – ebenso wie Thorsten Bucker – eine Woche zuvor einen Marathon hinter sich gebracht. Er finishte in Köln mit einer neuen Bestzeit von 3:56:27 Std. ■ WA

# Altersklassensiege in Hemmerde

LEICHTATHLETIK Lauffreunde und TuS Bönen beim schwach besetzten Crosslauf am Start

UNNA ■ Beim 26. Crosslauf des TuS Hemmerde waren am Samstag Aktive aus Bönen am Start – von Lauffreunden und TuS. Der 14. Lauf der Hellweg-Serie war kein gut besuchter. Nur 130 Finisher weist die Ergebnisliste auf. Das sind fast 50 weniger als im Vorjahr. „Diese perfekt organisierte Veranstaltung hätte bei bestem Läuferwetter eine größere Resonanz verdient“, sagte Jürgen Korvin.

Auch die Lauffreunde waren nur mit einer recht kleinen Gruppe an den Starts zu 1400-, 2100- und 6100-Meter-Läufen. Über die kürzeste die-

ser drei Strecken lief Zoe Zicholl (Jg. 2000) in 5:58 Min. auf den zweiten Platz ihrer Altersklasse U14. Jonas Deimann (Jg. 1998) erreichte über 2100 Meter in 8:01 Min. die gleiche Platzierung in der U16. Über 6100 Meter gewannen Nicole Thiel (W45) in 33:28 Min. und Hartmut Stoepel (M60) in 29:51 Min. ihre Altersklassen.

Stefan Deimann (M40) erreichte in 27:08 Min. den dritten Altersklassenplatz, ebenso wie Thorsten Bucker (M40) in 28:06 Min. und Corinna Stoepel (W20) in 32:43 Min. Joachim Kissing (M45) lief in

28:06 Min. auf den Altersklassenplatz vier und Thomas Thiel (M50) in 32:20 Min. auf den Altersklassenplatz sechs.

Sophie Meiritz von der TuS Bönen wurde über 1100 Meter in 5:26 Min. Vierte in der W9. Mila Lebrecht lief die 1400 Meter in 6:20 Min. und wurde damit Zwölfte der W14. Ivonne Pietrucha gewann über 6100 Meter in 36:36 Min. die W35. Helge Meiritz musste diesen Lauf verletzungsbedingt aufgeben.

Karin und Dieter Freitag von den Lauffreunden Bönen nutzten am Wochenende ei-

nen Besuch in Magdeburg, um beim dortigen Halbmarathon an den Start zu gehen. Dieser Lauf fand im Rahmen des 9. Magdeburg-Marathons statt. Die Strecke führte die Aktiven durch das Stadtzentrum und am Elbufer entlang bis zum Ziel im Elbauenpark. Bei ihrem ersten Halbmarathon in der Altersklasse W60 belegte Karin Freitag auf Anhieb den zweiten Platz. „Das lässt auf eine Platzierung in der Westfälischen Bestenliste hoffen“, sagte Lauffreunde-Statisiker Korvin. Dieter Freitag finishte nach 1:58:06 Std.

■ WA



Ein Quartett der TuS Bönen um Trainerin Ivonne Pietrucha (l.) startete beim Crosslauf in Hemmerde. ■ Foto: pr



Start beim Halbmarathon in Magdeburg: Karin und Dieter Freitag von den Lauffreunden Bönen. ■ Foto: pr



Artikel publiziert am: 03.11.2012 - 19.00 Uhr

Artikel gedruckt am: 05.11.2012 - 08.45 Uhr

Quelle: <http://www.wa.de/sport/regionalsport/werne-bergkamen-herbern/westerwinkel-lauf-herbern-sven-serke-lauffreunde-boenen-gewinnt-ueber-zehn-kilometer-2595796.html>

## Bönener Sven Serke gewinnt Westerwinkel-Lauf

HERBERN • Sven Serke von den Lauffreunden Bönen hat beim 24. Westerwinkel-Lauf des SV Herbern den Hauptwettbewerb über zehn Kilometer gewonnen. Der 35-Jährige siegte mit deutlichem Vorsprung in 32:22 Minuten.



© Gudra

Sieger in Herbern über die zehn Kilometer: Sven Serke von den LF Bönen –

Schon zur Hälfte des Laufes rund um das Schloss Westerwinkel hatte der ehemalige deutsche Kaderläufer (400 Meter) einen deutlichen Vorsprung herausgelaufen, dabei auf der Jagd nach einer 31er-Zeit jedoch zu hohes Tempo eingeschlagen.

Statt der angepeilten 3:11 für den Kilometer lag er etwa bei 3:06 – und musste sich auf dem zweiten Teil der Strecke zurücknehmen. Bei Kilometer 8,3 lag er dennoch weit mehr als eine Minute vor dem späteren Zweitplatzierten, Stephan Morawski – und baute den Vorsprung am Ende sogar auf mehr als drei Minuten aus. Morawski (Dortmund) benötigte 35:28 Minuten, der schnellste Werner, Jürgen Teicher von den Laufsportfreunden, kam als Sechster in 38:02 Minuten ins Ziel.

Bei den Frauen siegte über zehn Kilometer Sonja Vogt von der LG Olympia Dortmund in 39:01 Minuten vor Marieke Klomp vom FC Nordkirchen, der in Herbern seine Vereinsmeister ermittelte.

Über fünf Kilometer gewann der B-Jugendliche Theo Lenders vom TV Epe in 17:20 Minuten, gefolgt von Christian Offermann aus Werne, der nach seiner Top-Zeit beim Frankfurt-Marathon locker ausgelaufen ist. Sechster und Zweiter der Jugend B wurde Marvin Pufahl vom TV Werne.

Bei den Frauen setzte sich wieder Melanie Kionka von der LG Hamm in 18:24 Minuten durch. Zweite wurde Claudia Nachtwey vom TV Werne (20:23), die ebenfalls jüngst in Frankfurt den Marathon mit persönlicher Bestzeit bestanden hatte.

Über die Schlossrunde (2,8 Kilometer) siegte Jonas Klönne vom TV Werne in 10:04 Minuten vor Niklas Withworth (10:33), der für Eintracht Hamm startet. Fünfter: Florian Lefering vom TV Werne.

Die bestehenden Streckenrekorde blieben in allen Wettbewerben unangetastet.

Insgesamt hatten trotz der schlechten Witterung mit Dauerregen und Temperaturen weit unter zehn Grad 933 Läufer und Läuferinnen gemeldet. Die Ziel der Finisher lag bei etwa 770. „In Anbetracht des Wetters sind wir damit sehr zufrieden. Uns fehlten ein wenig die kurzfristigen Nennungen“, meinte Oliver Schuschel vom Organisationsteam des SVH. Im Vorjahr hatten beide Werte noch jenseits der 1 000 gelegen. Schuschel: „Da hatten wir aber auch Sonnenschein und 14, 15 Grad.“

Artikel lizenziert durch © wa

Weitere Lizenzierungen exklusiv über <http://www.wa.de>

## Serke siegt in Herbern

**HERBERN** ■ Sven Serke von den Lauffreunden Bönen hat beim 24. Westerwinkel-Lauf des SV Herbern den Hauptwettbewerb über zehn Kilometer gewonnen. Der 35-jährige siegte mit deutlichem Vorsprung in 32:22 Minuten. Schon zur Hälfte des Laufes rund um das Schloss Westerwinkel hatte der ehemalige deutsche Kaderläufer (400 Meter) einen deutlichen Vorsprung herausgelaufen, dabei auf der Jagd nach einer 31er-Zeit jedoch zu hohes Tempo angeschlagen.

Statt der angepeilten 3:11 für den Kilometer lag er etwa bei 3:06 – und musste sich auf dem zweiten Teil der Strecke zurücknehmen. Bei Kilometer 8,3 lag Serke dennoch weit mehr als eine Minute vor dem späteren Zweitplatzierten Stephan Morawski (Dortmund) und baute den Vorsprung am Ende sogar auf mehr als drei Minuten aus. Bei den Frauen siegte über zehn Kilometer Sonja Vogt von der LG Olympia Dortmund in 39:01 Minuten.

Über fünf Kilometer gewann der B-Jugendliche Theo Lenders vom TV Epe in 17:20 Minuten. Bei den Frauen setzte sich wieder Melanie Kionka von der LG Hamm in 18:24 Minuten durch. Insgesamt waren trotz Dauerregen und Kälte 933 Läufer und Läuferinnen gemeldet. ■ gu



Sven Serke siegte in Herbern deutlich. ■ Foto: Gudra

▶ Presseausschnitt für Korvin

vom 07.11.2012

- |   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier        | <input checked="" type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger <i>Böner Sport</i> |
| <input type="checkbox"/> Lüner Anzeiger     | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag      | <input type="checkbox"/> Westfälische Rundschau                               |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger      | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.- Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier   |

## Lauffreunde schnell unterwegs

LAUFSPORT 23 Bönener beim Westerwinkel-Lauf in Herbern / Serke siegt deutlich

**BÖNEN** ■ Sven Serke war beim 24. Westerwinkel-Lauf wieder einmal der herausragende Athlet der Lauffreunde Bönen. Er setzte sich über die 10-Kilometer-Strecke in 32:22 Minuten deutlich gegen die Konkurrenz durch (WA berichtete). Doch auch die anderen 22 Starter der Lauffreunde zeigten rund um Herberns Wasserschloss gute Leistungen.

Insgesamt fünf neue persönliche Bestzeiten brachten sie trotz der widrigen Bedingungen mit nach Hause. Ralf Bartmann (M45) verbesserte sich über fünf Kilometer – gezogen von Lars Grunenberg (M40), der zeitgleich mit ihm die Ziellinie überlief – auf 20:09 Min. Mike Kosiol (M35) steigerte sich auf 21:58 Min. Er lief in Begleitung von Achim Kissing (M40), der nach 22:00 Min. finishte. Jutta Picker (W40) hatte eine 25er-Zeit im Visier, unterbot diese aber mit neuer Bestzeit von 24:55 Min. Die Rolle des Tempomachers hatte Michael Flory (M45/24:56 Min.) für sie übernommen. Steffen Maletz (U18) egalisierte mit 22:14 Min. seine Bestzeit. Für Daniel Kaftan bedeuteten 22:23 Min. Platz drei in der Altersklasse U20.

Über die Zehn-Kilometer-Strecke übernahm Flory erneut die Rolle des Tempoma-



Start beim Westerwinkel-Lauf in Herbern: die Lauffreunde Bönen. ■ Foto: pr

chers, diesmal für Sabine Schulte (W40). Sie steigerte sich auf 51:47 Min. und wurde damit Dritte ihrer Altersklasse. Flory lief eine Sekunde nach ihr ins Ziel. Auch Martin Schulte wagte einen Doppelstart und ging das Rennen gemeinsam mit Thomas Kaftan an. Kaftan (M40) verbesserte sich auf 48:54 Min. Schulte (M45) benötigte 48:46 Min. Torsten Winkowski (M45) lief mit 53:25 Min. persönliche Bestzeit.

Weitere Zeiten über 5 km: Martin Schulte (M45) 22:06 Min., Bernd Jahn (M60) 24:14 Min., Thomas Thiel (M50) 24:22

Min., Berthold Sommer (M45) 25:41 Min. Weitere Zeiten über 10 km: Stefan Deiman (M40) 45:26 Min., Frank Gutschow (M45), 47:39 Min., Jörg Kappel (M40) 49:28 Min., Jürgen Korvin (M60) 52:56 Min., Jutta Gutschow (W45) 55:45 Min.

Am Sonntag lief Ingo Hanke (M35) beim Herner Martini-Citylauf über 10 km neue persönliche Bestzeit. Die Uhr blieb für ihn bei 36:58 Min. stehen. Der Altersklassenplatz drei trat angesichts der Verbesserung dabei für Hanke in den Hintergrund.

Am Feiertag waren zuvor die Familien Ganswind und Nather durch den Duisburger

Landschaftspark Nord, einen alten Industriestandort, gelaufen. Der dortige „Halloween-Run“ über fünf Kilometer war eine Mischung aus Wettkampf und Erlebnislauf. Meinolf Nather und Sohn Yannik beendeten den Lauf nach 30:07 Min. bzw. 30:08 Min. Susanne Ganswind, Ehemann Michael und Sohn Fabian überliefen die Ziellinie nach 27:36 Minuten gemeinsam. ■ WA



Bildergalerie  
zum Thema auf  
[www.wa.de](http://www.wa.de)



Mit einer großen Gruppe nahmen die Lauffreunde Bönen am Westerwinkel-Volkslauf teil,

▪ Foto: Privat

## Sven Serke siegt am Wasserschloss Westerwinkel

### LEICHTATHLETIK Bönener Erster über zehn Kilometer in 32,22 Minuten

**BÖNEN** ▪ Sven Serke von den Lauffreunden Bönen hat beim 24. Westerwinkel-Lauf des SV Herbern den Hauptlauf über zehn Kilometer in schnellen 32:22 Minuten gewonnen.

Schon zur Hälfte des Laufes rund um das Wasserschloss Westerwinkel hatte Serke einen deutlichen Vorsprung herausgelaufen, aber dabei auf der Jagd nach einer 31er-Zeit ein zu hohes Tempo angeschlagen. Statt der angepeilten 3:11 Min. für den Kilometer lag er etwa bei 3:06 Min., er musste sich auf dem zweiten Teil der Strecke zurücknehmen. Im Ziel lag er immerhin noch mit drei Min. vor dem Zweitplatzierten. Sein Kom-

mentar im Ziel: „Mit dem Rennen bin ich trotzdem drei Wochen nach meinem Marathondebüt mehr als zufrieden.“

Die Bönener waren mit 23 Läuferinnen und Läufern am Start. Insgesamt fünf neue persönliche Bestzeiten brachten die Läufer mit nach Hause. Ralf Bartmann (M45) verbesserte sich über fünf Kilometer auf 20:09 Min., gezogen von Lars Grunenberg (M40), der zeitgleich mit ihm die Ziellinie überlief. Mike Kosiol (M35) steigerte sich auf 21:58 Min. Er lief in Begleitung von Achim Kissing (M40), der nach 22:00 Min. finishte. Jutta Pickler (W 40) hatte eine 25er-Zeit im Visier, unterbot aber mit neuer Bestzeit von 24:55

Min. diese Marke. Die Rolle des Tempomachers für sie übernahm Michael Flory (M45) mit einer Zeit von 24:56 Min. Steffen Maletz (U8) egalisierte mit 22:14 Min. seine Bestzeit. Für Daniel Kaftan bedeuteten 22:23 Min. Platz drei in der Altersklasse U20. Hier die übrigen Zeiten: Martin Schulte (M45) 22:06 Min., Bernd Jahn (M60) 24:14 Min., Thomas Thiel (M50) 24:22 Min., Berthold Sommer (M45) 25:41 Min.

Über zehn Kilometer übernahm Michael Flory erneut die Rolle eines Tempomachers, diesmal für Sabine Schulte (W40). Schulte steigerte sich auf 51:47 Min. und gewann damit Platz drei in ihrer Altersklasse. Flory

lief eine Sekunde nach ihr ins Ziel. Martin Schulte wagte ebenfalls einen Doppelpart und ging das Rennen gemeinsam mit Thomas Kaftan an. Kaftan (M40) verbesserte sich auf 48:54 Min. Schulte (M45) benötigte 48:46 Min. Ebenfalls eine Bestzeit lieferte Torsten Winkowski (M45) mit 53:25 Min. ab. Hier die übrigen Zeiten: Stefan Deiman (M40) 45:26 Min., Frank Gutschow (M45), 47:39 Min., Jörg Kappel (M 40) 49:28 Min., Jürgen Korvin (M 60) 52:56 Min., Jutta Gutschow (W45) 55:45 Min. Zum ersten Mal für die Lauffreunde Bönen am Start war der zehnjährige Dennis Nowicki. Für den 1,3-Kilometer-Schülerlauf benötigte er 7:16 Min.

# Martin Schulte wagt einen Doppelstart bei Dauerregen

Leichtathletik. 23 Bönener Aktive in Westerwinkel am Start – Sven Serke schlägt zu hohes Tempo an

Sven Serke von den Lauffreunden Bönen hat beim Die Bönener waren mit 23 Läuferinnen und Läufern am Start. des SV Herbern den Hauptlauf über 10 km in schnellen 32:22 Min. gewonnen.

Schon zur Hälfte des Laufes rund um das Wasserschloss Westerwinkel hatte Serke einen deutlichen Vorsprung herausgelaufen, aber dabei auf der Jagd nach einer 31er-Zeit ein zu hohes Tempo angeschlagen. Statt der angepeilten 3:11 Min. für den Kilometer lag er etwa bei 3:06 Min, er musste sich auf dem zweiten Teil der Strecke zurücknehmen. Im Ziel lag er immerhin noch mit drei Minuten vor dem Zweitplatzierten. Sein Kommentar im Ziel: „Mit dem Rennen bin ich trotzdem drei Wochen nach meinem Marathondebüt mehr als zufrieden.“

## Bedingungen alles andere als freundlich

Insgesamt waren die Bedingungen in Herbern in diesem Jahr alles andere als freundlich. Andauernder Regen und die laubbedeckten Wege sorgten für ein schwieriges Geläuf. Jürgen Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Erst zum 10 km-Lauf ließ der Regen nach. Aber die organisatorischen Rahmenbedingungen stimmten.“

Die Bönener waren mit 23 Läuferinnen und Läufern am Start. Insgesamt fünf neue persönliche Bestzeiten brachte man trotz der widrigen Bedingungen mit nach Hause. Ralf Bartmann (M 45) verbesserte sich über 5 km auf 20:09 Min., gezogen von Lars Grunenberg (M 40), der zeitgleich mit ihm die Ziellinie überlief. Mike Kosiol (M 35) steigerte sich auf 21:58 Min. Er lief in Begleitung von Achim Kissing (M 40), der nach 22:00 Min. finishte. Jutta Picker (W 40)

hatte eine 25er-Zeit im Visier, unterbot aber mit neuer Bestzeit von 24:55 Min. diese Marke. Die Rolle des Tempomachers für sie übernahm Michael Flory (M 45) mit einer Zeit von 24:56 Min. Steffen Maletz (U 18) egalisierte mit 22:14 Min. seine Bestzeit. Für Daniel Kaftan bedeuteten 22:23 Min. Platz drei in der Altersklasse U 20.

Hier die übrigen Zeiten: Martin Schulte (M 45) 22:06 Min., Bernd Jahn (M 60) 24:14 Min., Thomas Thiel (M 50) 24:22 Min. und Berthold Sommer (M 45) 25:41 Min.

## Michael Flory Tempomacher

Über 10 km übernahm Michael Flory erneut die Rolle eines Tempomachers, diesmal für Sabine Schulte (W 40). Schulte steigerte sich auf 51:47 Min. und gewann damit Platz 3 in ihrer Altersklasse. Flory lief 1 Sek. nach ihr ins Ziel. Martin Schulte wagte ebenfalls einen Doppelstart und ging das Rennen gemeinsam mit Thomas Kaftan an. Kaftan (M 40) verbesserte sich auf 48:54 Min. Schulte (M 45) benötigte 48:46 Min. Ebenfalls eine Bestzeit lieferte Torsten Winkowski (M 45) mit 53:25 Min. ab. Dazu Jürgen Korvin: „Ich habe Torsten gut 3 km vor dem Ziel überholt. Von da ab hat versucht, zumindest an mir dran zu bleiben.“

Hier die übrigen Zeiten: Stefan Deiman (M 40) 45:26 Min., Frank Gutschow (M45), 47:39 Min., Jörg Kappel (M 40) 49:28 Min., Jürgen Korvin (M 60) 52:56 Min., Jutta Gutschow (W45) 55:45 Min.

Zum ersten Mal für die Lauffreunde Bönen am Start war der 10-jährige Dennis Nowicki. Für den 1,3 km-Schülerlauf benötigte er 7:16 Minuten.



Laufen rund um das Wasserschloss Westerwinkel: 23 Aktive der Lauffreunde Bönen ließen sich auch durch die ungünstigen Wetterbedingungen nicht abhalten.

FOTO: LFB

# 700 Starter auf der Barbararunde

Leichtathletik Sven Serke knapp geschlagen – Dustin Scholz siegt über 5km

Bei der vom SuS Oberaden ausgerichteten 28. Barbara-Runde spielte der Wettergott bis zum letzten Zieleinlauf mit. Für die ausgeschriebenen Wettbewerbe meldeten sich auch in diesem Jahr fast 700 Teilnehmer (693). Über die Barbararunde der 10km musste sich Mitfavorit Sven Serke erst auf den letzten Metern geschlagen geben. Den Sieg über 5km sicherte sich Lokalmatador Dustin Scholz vom gastgebenden SuS Oberaden.

Die für Bergkamener Schulen ausgeschriebenen Schnupperläufe über 720m und 1.300m wurden gegenüber dem Vorjahr ein wenig besser angenommen, denn mit 265 Schülerinnen und Schülern gab es große Starterfelder zu sehen. Nach fast 20 Jahren wurde wieder ein amtlich vermessener 5km-Lauf angeboten, an dem sich 144 Schüler, Jugendliche und Erwachsene beteiligten.

Zum Hauptlauf, der 10km - Barbara-Runde stellten sich 268 Läufer/innen an die Startlinie, gegenüber dem Vorjahr ein deutlicher Rückgang. Hauptgrund ist sicherlich das 5km-Angebot, denn die Summe aller Aktiven ist gegenüber dem Vorjahr konstant geblieben. 46 Teilnehmer starteten beim 10km-Walking-/Nordic Walking.

In den Wochen vor der Veranstaltung wurden die Laufstrecken durch einen DLV-Vermesser neu vermessen. Insgesamt waren über 80 Personen im Einsatz. Nach der Auswertung konnte SuS-Vorsitzender Joachim Felgenhauer die Siegerehrungen für Gesamtsieger/in und Klassensieger und Platzierte



Start zum 10k-Lauf der Barbara-Runde im Römerbergstadion.

FOTO: DIETMAR WÄSCHE

durchführen. Seit vielen Jahren ist es Tradition, dass den Gesamtsiegern der Barbara-Runde eine von SPD und IGBCE gestiftete Barbara-Statue aus Kohle durch den 2. Bürgermeister Kay Schulte und Landtagsabgeordneten Rüdiger Weiß überreicht wird.

#### Kohlestaturen für Gesamtsieger

Alle Klassensieger erhalten zudem Pokale und entsprechende Urkunden.

Den 5km-Lauf gewann mit deutlichem Vorsprung Dustin Scholz (M20, SuS Oberaden) in 17:20 Minuten. Ihm folgten Jürgen Teicher (M40, LSF Werne) in 17:38 Min.

und Dirk Mahltig (M40, RW Unna) in 17:50 Minuten.

Im Hauptlauf auf der 10km - Rundstrecke musste sich in dem superschnellen Rennen Mitfavorit Sven Serke (M35, LF Bönen) erst auf den letzten Metern dem aus Niedersachsen angereisten Andreas Kühlen (M20, LG Braunschweig) geschlagen geben, aber die erzielten Zeiten von 32:25 Min. und 32:28 Min. nötigten allen Anwesenden Respekt ab.



Andreas Kühlen siegt vor Sven Serke (li.) über 10km..

FOTO: DIETMAR WÄSCHE

Ergebnisse unter [www.time-and-voice.com](http://www.time-and-voice.com) und [www.derwesten.de/sport/Lokalsportt/kreisUnna](http://www.derwesten.de/sport/Lokalsportt/kreisUnna)

<http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-unna/700-starter-auf-der-barbararunde-id7280409.html>

LEICHTATHLETIK

## 700 Starter auf der Barbararunde

11.11.2012 | 15:04 Uhr



268 Teilnehmer stellten sich zum 10km-Lauf, der Barbararunde, des SuS Oberaden im Römerbergstadion auf.

Foto: Dietmar Wäsche

**Bei der vom SuS Oberaden ausgerichteten 28. Barbara-Runde spielte der Wettergott bis zum letzten Zieleinlauf mit, denn die angekündigten Regentropfen ließen sich erst nach der Veranstaltung blicken. So erlebten die Oberadener Organisatoren und die zahlreich angereisten Sportler/innen einen angenehmen Wettkampftag. Für die im Rahmen der Hellweg-Serie ausgeschriebenen Wettbewerbe meldeten sich auch in diesem Jahr fast 700 Teilnehmer (693).**

Bei der vom SuS Oberaden ausgerichteten 28. Barbara-Runde spielte der Wettergott bis zum letzten Zieleinlauf mit, denn die angekündigten Regentropfen ließen sich erst nach der Veranstaltung blicken. So erlebten die Oberadener Organisatoren und die zahlreich angereisten Sportler/innen einen angenehmen Wettkampftag. Für die im Rahmen der Hellweg-Serie ausgeschriebenen Wettbewerbe meldeten sich auch in diesem Jahr fast 700 Teilnehmer (693).

Die für Bergkamener Schulen ausgeschriebenen Schnupperläufe über 720m und 1.300m wurden gegenüber dem Vorjahr ein wenig besser angenommen, denn mit 265 Schülerinnen und Schülern gab es große Starterfelder zu sehen. Nach fast 20 Jahren wurde wieder ein amtlich vermessener 5km-Lauf angeboten, an dem sich 144 Schüler, Jugendliche und Erwachsene beteiligten.

Zum Hauptlauf, der 10km - Barbara-Runde stellten sich 268 Läufer/innen an die Startlinie, gegenüber dem Vorjahr ein deutlicher Rückgang. Hauptgrund ist sicherlich das 5km-Angebot, denn die Summe aller Aktiven ist gegenüber dem Vorjahr konstant geblieben. Wieder beteiligten sich viele Aktive der benachbarten Vereine und des SuS Oberaden. Erfreulich war die Teilnahme von mehr als 50 Oberstufenschüler/innen des Gymnasiums Altllünen. Mit einem großen Aufgebot waren erneut Sportfreunde der LF Lüchtringen aus Höxter angereist. Ebenso erfreut waren die Oberadener Gastgeber über die Teilnahme von Sportlerinnen und Sportlern aus der Bergkamener Partnerstadt Hettstedt (Sachsen-Anhalt). 46 Teilnehmer waren beim 10km-Walking-/Nordic Walking am Start.

In den Wochen vor der Veranstaltung wurden die Laufstrecken durch einen DLV-Vermesser neu vermessen, da von den Organisatoren einige Änderungen ausgedacht waren. Außerdem wurde im Laufe des Jahres ein lang gehegter Wunsch der Leichtathletikabteilung Wirklichkeit, denn mit Unterstützung und viel Eigenhilfe konnte ein neues Wettkampfbüro errichtet werden, das zwar noch nicht ganz fertig gestellt ist, aber als funktionierendes Provisorium für das Auswertungsteam zu nutzen war.

Strecke, Stadion und Sporthalle waren vorher von vielen fleißigen Helfern auf die größte Veranstaltung des SuS Oberaden vorbereitet worden. Im Stadion wirkten viele SuS-Kampfrichter einsatzfreudig an Start und Ziel mit. Auf beiden Laufstrecken halfen neben dem notwendigen Einsatz von Polizei und DRK viele SuS-Mitglieder, um den Aktiven Hinweise und Sicherheit auf den Strecken zu geben und einen möglichst gefahrlosen Wettbewerb sicherzustellen. Meldestellen in der Römerbergsporthalle bewältigten den Ansturm der Aktiven. Zeitnahme, Auswertung und Urkundendruck hatte der SuS erstmals einer Fachfirma übertragen, die dafür sorgte, dass die begehrten Siegerpreise und Urkunden recht zügig überreicht werden konnten.

Rund um das leibliche Wohl sorgten in der Cafeteria und an Würstchen- und Getränkeständen weitere fleißige Helferinnen für eine von vielen gelobte „runde“ Veranstaltung. Insgesamt waren über 80 Personen im Einsatz, darunter die Amtliche Aufsicht des LA-Kreises Unna-Hamm, Vertreter der Polizei und eine größere Gruppe des Deutschen Roten Kreuzes. Nach der Auswertung konnte Vorsitzender Joachim Felgenhauer die Siegerehrungen für Gesamtsieger/in und Klassensieger und Platzierte durchführen. Seit vielen Jahren ist es Tradition, dass den weiblichen und männlichen Gesamtsiegern der Barbara-Runde eine von SPD und IG BCE gestiftete Barbara-Statue aus Kohle durch den stellvertretenden Bürgermeister Schulte und Rüdiger Weiß (MdL, SPD-Ortsverein) überreicht wird und alle Klassensieger Pokale und entsprechende Urkunden erhalten. Den Gesamtsiegern wurden die begehrten Kohlestatuen überreicht, ebenso den schnellsten Mannschaften der Männer und Frauen LV Oelde.

### **5km-Lauf**

Um 14:20 Uhr wurde das große Feld der 5km-Läuferinnen und –Läufer auf die Strecke geschickt, die bis auf eine Querverbindung über den südlichen Abschnitt der Straße „In der Schlenke“ mit der 10km-Runde identisch ist. Mit deutlichem Vorsprung siegte Dustin Scholz (M20, SuS Oberaden) in 17:20 Minuten. Ihm folgten Jürgen Teicher (M40, LSF Werne) in 17:38min und Dirk Mahlrig (M40, RW Unna) in 17:50 Minuten. In der Frauenwertung siegte Regina Tank (W50, Dortmund) in 22:04 Min. vor Leonie Ohagen (WJU16, LF Lühtringen) in 22:57 Min. und Julia Missing (WJU16, LF Lühtringen) in 23:20 Minuten..

### **10km-Lauf (Barbara-Runde)**

Um 14:30 Uhr wurde der Startschuss im Römerbergstadion für den Hauptlauf abgegeben, um die fast 300 Aktiven auf die 10km - Rundstrecke durch den Seseke-Landschaftspark zu schicken. In einem superschnellen Rennen musste sich Mitfavorit Sven Serke (M35, LF Bönen) erst auf den letzten Metern dem aus Niedersachsen angereisten Andreas Kühlen (M20, LG Braunschweig) geschlagen geben, aber die erzielten Zeiten von 32:25 Min. und 32:28 Min. nötigten allen Anwesenden Respekt ab. Allerdings blieb der aus 1991 stammende Streckenrekord von 31:48 Min. bestehen. Als schnellste Frau lief Mehrfachsiegerin Claudia Nachtwey (W45, TV Werne) nach 42:38 Min. über die Ziellinie. Nächste Frau wurde Dorothee Sandkühler-Daniel (W45, LV Oelde) in 43:11 Min. vor Dorothee Arendsee (W20, SuS Oberaden) in 43:44 Minuten. Für den SuS Oberaden sprangen Klassensiege heraus durch Dorothee Arendsee (W20), Irene Rautenberg (W50), Werner Wlosik (M75), Horst Krieg (M80).

### **10km-Walking**

46 Walker/innen und Nordic Walker/innen starteten um 14:35 Uhr über die amtlich vermessene 10km-Runde. Die Teilnehmer/innen waren aus dem gesamten westdeutschen Raum nach Oberaden gekommen. Die angebotene Strecke wurde erfolgreich absolviert.

### **Schnupperläufe**

Mit einer leichten Steigerung auf 265 Läuferinnen und Läufern waren die Organisatoren der Schnupperläufe sehr zufrieden, Die Starterzahlen: 720m – 67 Teiln., 1.300m – 198 Teiln.

Die Schulwertung ergab:

1.Preinschule: 36 Starter bei 130 Schülern = 27,7 Prozent der Schüler an der Schule; 2.Willy-Brandt-GS: 153 Starter bei 1.013 Schülern = 15,1 Prozent der Schüler an der Schule; 3.Jahnschule: 12 Starter bei 214 Schülern = 5,6 Prozent der Schüler an der Schule; 4.Städt. Gymnasium 26 Starter bei 856 Schülern = 3,0 Prozent der Schüler an der Schule; 5.Realschule Oberaden: 4 Starter bei 471 Schülern = 0,89 Prozent der Schüler an der Schule.

Die Ergebnisse unter [www.time-and-voice.com](http://www.time-and-voice.com)

EB



Die Barbara-Runde des SuS Oberaden stieß bei den Lauffreunden am Samstag erneut auf großes Interesse. 268 Ausdauerspezialisten absolvierten die 10 Kilometer lange Distanz. ■ Foto: Wagner

## Sven Serke auf der Zielgeraden abgefangen

LAUFSPORT Sieg bei 28. Barbara-Runde geht an Andreas Kuhlen

Von André Wagner

**OBERADEN** ■ Die Barbara-Runde bleibt kein richtig gutes Pflaster für Sven Serke (Lauffreunde Bönen). Vor zwei Jahren wurde er falsch geleitet und lief in eine Garage, diesmal wurde er im Schlusspurt noch abgefangen, belegte in 32:28 Min. den zweiten Rang.

Schneller war am Ende nur Andreas Kuhlen (LG Braunschweig), der auf der Zielgeraden an Sven Serke vorbeizog. Serke reagierte stinkig: „Er hat kein Tempo gemacht, hat sich zurückfallen lassen und ist dann aus dem Windschatten an mir vorbeigezogen.“ Kuhlen dagegen hatte auf den Endspurt gehofft. „Ich kannte meinen Kontrahenten nicht. Und da ich von der Mittelstrecke komme, habe ich alles auf das Finish gesetzt“, sagte der 29-Jährige, der in Oberaden Bekannte besuchte und damit eine Premiere bei der



Sven Serke (links) musste sich am Samstag auf der Zielgeraden Andreas Kuhlen (rechts) geschlagen geben. ■ Foto: awa

Barbara-Runde feierte. „Ich bin aber auch die ersten fünf Kilometer vorne weg gelaufen“, verteidigte sich der für Braunschweig startende Oldenburger, der im Februar bei der Deutschen Hallenmeisterschaft in Dortmund über 1500 und 3000 Meter starten will. Stefan Wozny (TG Holzwickede Laufftreff) belegte in 0:38:37 Minuten den zehnten Rang in der Gesamtwertung, gefolgt von Michael. Theil (LT Unna),

der sechs Sekunden später die Ziellinie überquerte. Die Frauen-Konkurrenz entschied Claudia Nachtwey (TV Werne) in 42:38 Minuten für sich. „Ich bin nicht fit, habe in der zweiten Hälfte abgebaut und bin nicht zufrieden“, haderte die ehrgeizige Athletin, die im Vorjahr Rang vier belegte, dabei aber deutlich schneller unterwegs war. Dritte wurde Doro Arendsee (SuS) mit der Zeit von 43:44 Minuten.

„Ich habe kaum trainiert, bekomme immer Seitenstechen. Zum Glück erst nach fünf Kilometern. Dann bin ich ja schon im Ziel“, meinte Dustin Scholz, Paradeläufer des SuS Oberaden, vor dem Start des 5km-Laufes. Mit großem Vorsprung setzte er sich am Ende auch in 17:20 Minuten durch. Zweiter wurde Jürgen Teicher (LSF Werne) vor Dirk Mahltig, der einen Tag zuvor zu Unnas Sportler des Jahres gewählt wurde. Als Zweiter freute sich Jürgen Teicher (LSF Werne). „Gut, dass der SuS die fünf Kilometer anbietet. Auf der großen Barbara-Runde wäre ich elendig eingegangen.“ In der Frauenwertung siegte Regina Tank (W50, Dortmund) in 22:04 Minuten vor Leonie Ohagen (WJU 16, LF Lüchtringen) in 22:57 Minuten und Julia Missing (WJU 16, LF Lüchtringen) in 23:20 Minuten. Als Vierte kam schon das junge Oberadener Talent Emily Ritter (WJU 14) ins Römerbergstadion gelaufen.



Die Lauffreunde Bönen liefen die Barbararunde in Oberaden. ■ Foto: pr

## Im Schlussspurt unterlegen

LAUFSPORT Sven Serke wird auf der Barbara-Runde Zweiter

**BÖNEN** ■ Buchstäblich auf der Zielgeraden abgefangen wurde Sven Serke von den Lauffreunden Bönen bei der 28. Auflage der Barbararunde in Oberaden. Insgesamt waren fast 700 Teilnehmer am Start.

Kam er vor gut einer Woche beim 10-km-Lauf um Schloss Westerwinkel noch mit drei Minuten Vorsprung als Erster ins Ziel, musste er sich diesmal über die gleiche Distanz mit einem Rückstand von drei Sekunden mit Platz zwei begnügen. Für den Sieger Andreas Kuhlen von der LG Braunschweig wurden 32:25 Minuten gestoppt. Dass er Serke den wesentlichen Teil der Führungsarbeit überlas-

sen hatte, gestand Kuhlen indirekt ein: „Ich kannte Serke noch nicht. Und da ich von der Mittelstrecke komme, habe ich alles auf das Finish gesetzt.“ Serke holte sich mit 32:28 Min. zumindest den Altersklassensieg in M35.

Einen weiteren Erfolg gab es für die Lauffreunde in einer wesentlich höheren Altersklasse: Ulf Kasischke (M70) trug sich mit 48:23 Min. in die Siegerliste ein. Bei den Frauen lag Gisela Homeyer (W60) mit Platz zwei in der Altersklasse ebenfalls weit vorn. Sie erreichte eine Zeit von 57:55 Min.

In diesem Jahr wurde im Rahmen der Barbararunde

zusätzlich ein Fünf-Kilometer-Lauf angeboten. Schnellster Bönener war hier Lars Grunenberg. 19:19 Min. bedeuteten Platz drei in seiner Altersklasse M40. Jonas Deimann gewann in 21:27 Min. die U16. Weitere Altersklassensiege feierten Jochen von Glahn (M50) in 22:37 Min., Bernd Jahn (M60) in 24:17 Min., Gisela Olschwesky (W60) in 32:41 Min. und Lothar Dieckmann (M60) in 32:42 Min. Einen zweiten Altersklassenplatz erreichte Martin Schulte (M45) in 22:06 Min.

Beim Schnupperlauf über 1300 Meter war Zoe Zicholl (Jahrgang 2000) dabei. ■ WA



## Bestzeiten in Werl

Gute Ergebnisse erzielten die Laufreunde Bönen beim 24. Werler Straßenlauf. Marcus Voss (l.) wurde über 5 Kilometer in 17:33 Min. Gesamtzweiter. Daneben gab es aus Sicht der Bönener gleich drei persönliche Bestzeiten: Lars Grunenberg (2. v. l.) verbesserte sich auf 18:23 Min. (Platz 2 in M40 hinter

Voss), Carsten Kluge (r.) auf 19:05 Min. (Platz 4 in M45) und Claudia Grunenberg (2. v. r.) auf 25:51 Min. (Sieg in W40). Bernd Jahn lief in 24:27 Min. auf Platz 2 der Altersklasse M60. Über 10 Kilometer war Stefan Deimann am Start. Er benötigte 45:05 Min. (Platz 7 in M40).  
 ■ WA/Foto: pr

# Marcus Voss Gesamt-Zweiter

LEICHTATHLETIK LF Bönen in Werl



In Werl am Start: Die Laufreunde Bönen mit (v.l.) Marcus Voss, Lars Grunenberg, Claudia Grunenberg und Carsten Kluge. ■ Foto: Privat

**BÖNEN** ■ Mit guten Ergebnissen meldeten sich die Laufreunde Bönen vom 24. Werler Straßenlauf am vergangenen Samstag zurück.

Marcus Voss lief im Fünf-Kilometer-Rennen in 17:33 Min. als Gesamtzweiter über die Ziellinie. Er gewann damit seine Altersklasse M40. Neben dieser guten Platzierung waren gleich drei persönliche Bestzeiten der Bönener zu verzeichnen: Lars Grunenberg verbesserte sich auf 18:23 Min. (Platz zwei in M40), Carsten Kluge auf

19:05 Min. (Platz vier in M45) und Claudia Grunenberg auf 25:51 Min. (Platz eins in W40). Bernd Jahn lief in 24:27 Min. in seiner Altersklasse M60 auf Platz zwei.

Über zehn Kilometer war Stefan Deimann am Start. Er benötigte 45:05 Min. (Platz sieben in M40).

Der einhellige Tenor der Aktiven lautet: „Es war eine schnelle Strecke. Das kühle aber sonnige Wetter und die gute Form taten ihr Übriges. Der Gegenwind war gut zu verkraften.“



## Bestzeiten dreimal verbessert

Lauffreunde Bönen beim Werler Straßenlauf

Mit guten Ergebnissen meldeten sich die Lauffreunde Bönen vom 24. Werler Straßenlauf zurück. Marcus Voss lief im 5-km-Rennen in 17:33 Min. als Gesamtweiter über die Ziellinie. Er gewann damit seine Altersklasse M 40. Neben dieser guten Platzierung waren gleich drei persönliche Bestzeiten der Bönener zu verzeichnen. Lars Grunenberg verbesserte sich auf 18:23 Min. (Platz 2 in M 40), Carsten Kluge auf 19:05 Min. (Platz 4 in M 45) und Claudia Grunenberg auf 25:51 Min.

(Platz 1 in W 40). Bernd Jahn lief in 24:27 Min. in seiner Altersklasse M 60 auf Platz 2. Über 10 km war Stefan Deimann am Start. Er benötigte 45:05 Min. (Platz 7 in M 40). Der einhellige Tenor der Aktiven lautet: „Es war eine schnelle Strecke mit langen Graden. Das kühle aber sonnige Wetter und die gute Form taten ihr Übriges. Der gelegentliche Gegenwind war gut zu verkraften.“ Die Aufnahme zeigt (v. li.): Marcus Voss, Lars Grunenberg, Claudia Grunenberg und Carsten Kluge.

WAZ

22.11.12

# Schwere Schritte durch den Kurpark

LAUFSPORT Lauffreunde und TuS Bönen in Unna am Start / Persönliche Bestzeiten in Essen



Die Kurparklauf-Starter von TuS Bönen ...



... und Lauffreunden Bönen. ■ Fotos: pr

**BÖNEN** ■ Der TV Unna feierte beim 24. Kurpark-Lauf einen Teilnehmerrekord. Daran beteiligten sich Aktive von Lauffreunden und TuS Bönen. Das ungewohnt große Interesse ganzer Schulklassen führte zu Verzögerungen im Ablauf. Der tiefe Boden machte es den Startern schwer.

Die TuS war mit sechs Aktiven am Start. Sophie Meiritz (W9) lief die 750 Meter in 3:26 Minuten und belegte damit Platz 7. Feikje Brügge-mann (W13) benötigte für die 1350 Meter 6:13 Minuten und wurde Dritte. Andrine Schulte kam 23 Sekunden später als Fünfte ins Ziel. Jonas Weitz feierte über 2170 Meter in 7:54 Min. den ersten Platz in der M14. Über die fünf Kilometer lief Helge Meiritz in 30:18 Minuten auf Platz 1 seiner Altersklasse und Rang 17 bei den Männern. Trainerin Ivonne Pietrucha wurde in der W35 Zweite in 28:32 Min.

Der Nachwuchs der Lauffreunde war mit vier Talenten vertreten. Melina Fudalej wurde bei ihrem Lauffreunde-Debüt über 750 Meter in 3:34 Min. 19. in der W9. Zoe Zicholl benötigte für 1350 Meter 5:58 Min. Das bedeutete Platz 5 in der W12. In der Altersklasse hoch gestuft wurden Jonas Deimann und Steffen Maletz, da die Ausschreibung über 5 km einen

Jugendstart nicht vorsah. Deimann war schnellster Lauffreund. Er lief mit 21:00 Min. auf den Gesamtplatz 9 und auf Platz 3 der Hauptklasse. In der wurde Maletz mit 23:18 Min. Siebter. Bernd Jahn gewann in 24:28 Min. die M60. Über 10 km lief Stefan Deimann in 48:02 Min. auf Platz 4 der M40.

Viel besser war der Untergrund bei einem Straßenlauf am Essener Baldeneysee. Die flache und schnelle Strecke verhalf drei Bönenern zu neuen Halbmarathon-Bestzeiten: Lars Grunenberg verbesserte sich auf 1:25:50 Std., Claudia Grunenberg auf 1:57:33 Std. und Sabine Schulte auf 1:57:41 Std. Schnellster Bönener war Ingo Hanke, der mit 1:23:17 Std. sein zweit-schnellstes Halbmarathon-Rennen absolvierte. Er wurde Zweiter in der M35. Berthold Sommer schaffte in 1:59:56 Std. sein persönliches Ziel, unter zwei Stunden zu bleiben. Michael Flory benötigte 1:48:41 Std., Jutta Gutschow 2:11:19 Std.

Schlechtes Wetter erwarteten drei Bönener tags drauf bei einem 15-km-Lauf rund um den Sorpensee. Heftiger Wind ließ keine Bestzeiten zu. Thorsten Bucker benötigte 1:09:01 Std., Dieter Borowski 1:09:02 Std. und Thomas Klink 1:11:44 Std. ■ WA

# Ingo Hanke Schnellster

## LAUFSPORT Bönener beim Nikolauslauf

**BÖNEN** • Bönens Laufsportler waren am Sonntag am Start des 39. Hammer Nikolauslaufs mit Start und Ziel im Jahnstadion (WA berichtete).

Eröffnet wurde er mit dem 5-km-Lauf. Hier zeigte Ingo Hanke wieder seine Qualitäten auf der „Kurzstrecke“. Er wurde in 18:27 Min. 20. insgesamt und Zweiter seiner Altersklasse M35. Ihm folgte Tobias Mohnkern in persönlicher Bestzeit von 19:23 Min. (Platz 4 in M35). Auf die Sekunde genau 20:00 Min. benötigte Jonas Deimann. Der 14-jährige verpasste damit seine Bestzeit nur um elf Sekunden. Persönliche Bestzeiten liefen dagegen sein Vater Stefan mit 21:31 Min. (Platz 3 in M40) sowie Lukas Fudalej mit 23:10 Min.

Birgit Neuhaus (W35) gewann bei ihrem ersten Start für die Lauffreunde in 26:38 Min. ihre Altersklasse W35. Mit Tobias Flory (Jg. 1998) erreichte ein weiterer Neuling das Ziel nach 29:11 Min. Ihre Altersklassen gewannen Bernd Jahn (M60) in 24:38 Min. und Gisela Olschewsky (W60) in 30:19 Min.

Im 10-km-Lauf war Martin Munk mit 40:42 Min. als Gesamt-27. schnellster Lauf-

freund. Eher im Ziel war der für VfK Nordböge startende Frank Perschke. Er wurde in 40:26 Min. Dritter der M50 und 25. im Gesamteinlauf. Altersklassen-Platzierungen

gab es über diese Strecke für die Lauffreunde Steffen Maletz (48:29 Min., Platz 2 in U18), Manuela Maletz (48:36 Min., Platz 3 in W45), Karin Freitag (55:51 Min., Platz 1 in W60) und Gisela Homeyer (57:45 Min., Platz 2 in W60). Für die TuS Bönen war Christian Hüser am Start. Er kam nach 63:12 Min. ins Ziel.

Der 10-km-Lauf war auch als Kreismeisterschaft ausgeschrieben. Hier platzierten sich die Lauffreunde wie folgt: Martin Munk Platz 2 in M40, Marcus Münstermann Platz 1 in M35, Steffen Maletz Platz 1 männl. U18, Manuela Maletz Platz 1 W45, Michelle Wirth Platz 1 weibl. U18, Karin Freitag Platz 1 W60 und Gisela Homeyer Platz 2 W60.

Mit einem äußerst respektablen Ergebnis meldete sich Sven Serke von den 88. Bertlicher Straßenläufen zurück. Er gewann den Halbmarathon in 1:13:13 Std. klar. „Angepeilt hatte ich eine Zeit von 1:13:30 Std. Es lief wirklich rund“, so Serke. ■ WA



Die Lauffreunde Bönen nahmen mit insgesamt 44 Sportlern am 31. Silvesterlauf von Werl nach Soest teil. • Foto: pr

## Serke unter 50 Minuten

**SILVESTERLAUF** Lauffreund kommt als Altersklassen-Erster und Gesamt-Sechster ins Ziel

**BÖNEN/SOEST** • Jürgen Korvin hatte es geahnt: „Von Sven Serke bis zu mir werden wir beim Silvesterlauf sportlich alle Bereiche abdecken“, erklärte der Pressewart der Lauffreunde vor dem Start in Werl. Für Bönens Schnellsten lief es dann sogar optimal: Serke durchlief bei perfekten Bedingungen in 49:58 Minuten als Sechster die Ziellinie auf dem Soester Marktplatz. Korvin brauchte für die 15 Kilometer fast 40 Minuten länger.

„Damit habe ich mein persönliches Ziel für diesen Lauf erreicht“, meinte Serke anschließend. Der zweifache „Rund um Flierich“-Gewinner blieb unter 50 Minuten und fand sich als Schnellster ganz oben in der Ergebnisliste für die Altersklasse M35. Gesamtsieger wurde Favorit Thorsten Graw (ASV Duisburg) in 45:58 Minuten.

Das Jahr mit einem Wettkampf ausklingen zu lassen ist für viele Aktive der Lauffreunde Bönen mittlerweile eine gute Tradition. 44-mal tauchen die Bönener Hobby-Ausdauerportler daher in den unterschiedlichen Ergeb-



Sven Serke vor großer Kulisse in Soest. • Foto: Müller

nislisten des nun schon 31. Silvesterlaufes von Werl nach Soest auf. Allein 3700 Läufer starteten am Montag im Hauptlauf, der um 13.30 Uhr an der Stadthalle Werl angeschossen wurde. Die sportlichen Ambitionen der Lauffreunde waren durchaus unterschiedlich. Die einen wollten beim Rennen über die ei-

gens gesperrte Bundesstraße 1 einfach nur dabei sein, andere nutzten den letzten Lauf des Jahres 2012, um noch einmal die persönliche Leistungsgrenze auszuloten. Der Nebeneffekt – mit einer guten Zeit in der Vereinsstatistik oder auch der Kreisbestenliste nach oben zu klettern. Mit leichtem Rückenwind

und bei milden Temperaturen gingen die Läufer auf die Strecke. Neben Serke blieb noch ein zweiter Bönener unter einer Stunde: Lars Grunenberg (M40) lief in 59:21 Minuten eine neue persönliche Bestzeit.

Persönliche Bestzeiten zeigte die Uhr auch für Joachim Kissing (M40, 1:10:28 Stunden), Jonas Deimann (U16, 1:11:47 Std.), Mike Kosiol (M35, 1:12:25 Std.), Michael Ganswind (M40, 1:17:33 Std.), Jutta Picker (W40, 1:20:44 Std.), Steffen Maletz (U18, 1:20:47 Std.), Rita Margraf und Nicole Thiel (beide W45, beide 1:23:27 Std.).

Der 14-jährige Deimann schob sich mit seiner Zeit sogar auf Platz 4 seiner Altersklasse. Auch Ulf Kasischke und Karin Freitag liefen in ihren Altersklassen vorne mit. Kasischke erreichte in 1:14:30 Stunden als Zweitschnellster in M70 das Ziel, Freitag in 1:24:22 Stunden als Fünfte in W60.

Mit Dieter Kaiser hatte sich ein Lauffreund für den Nordic-Walking-Wettbewerb gemeldet, Ewa Deimann für

den „normalen“ Walking-Wettbewerb. Kaiser benötigte für die 15 Kilometer 1:50:24 Stunden, Deimann 2:13 Stunden.

„Das Zuschauer-Interesse beim Start in Werl, unterwegs in den Dörfern an der B1 und im Zielbereich am Soester Marktplatz war diesmal wieder riesengroß“, freute sich Korvin nach seinem letzten Lauf in der Altersklasse M60. Die Veranstalter schätzten die Zuschauerzahl auf 25.000. • WA

**Zeiten der Bönener:** Martin Munk 1:03:03 Std., Frank Gutschow 1:04:29 Std., Marcus Münstermann 1:06:02 Std., Klaus Budde 1:06:37 Std., Tobias Mohnkern 1:09:07 Std., Dieter Brodowski 1:09:27 Std., Thorsten Bücken 1:09:27 Std., Michael Flory 1:09:42 Std., Markus Meier 1:10:48 Std., Heiko Bücken 1:10:52 Std., Stefan Deimann 1:12:15 Std., Manuela Maletz 1:13:11 Std., Michael Klein 1:14:39 Std., Rüdiger Budde 1:15:01 Std., Sandra Firus 1:15:55 Std., Dorothea Pfeffer 1:15:55 Std., Thomas Thiel 1:17:05 Std., Peter Hien 1:17:19 Std., Dieter Freitag 1:18:36 Std., Peter Bollwig 1:18:47 Std., Martin Schulte 1:21:59 Std., Sabine Schulte 1:23:12 Std., Berthold Sommer 1:23:38 Std., Claudia Grunenberg 1:24:55 Std., Kai Shlyter 1:26:29 Std., Timo Grimm 1:26:30 Std., Thorsten Neumann 1:26:31 Std., Jürgen Korvin 1:26:54 Std., Susanne Ganswind 1:33:16 Std., Gisela Homeyer 1:33:49

# Sven Serke erreicht seine Ziele auf der B1

Leichtathletik Ohne spezielles Training Gesamtsechster beim Silvesterlauf Werl - Soest

Zehn Grad, trockenes Wetter und ein leichter Rückenwind- bessere Laufbedingungen hätten sich die 5300 Läufer und Walker beim 31. Internationalen Silvesterlauf von Werl nach Soest über 15km nicht wünschen können.

Sven Serke (Lauffreunde Bönen) hatte sein Training nicht auf speziell diesen Lauf ausgerichtet und war daher tags zuvor noch einige Kilometer gejoggt. Dennoch erkämpfte sich der 35-jährige Ausdauerspezialist in dem Mammutfeld einen hoch einzustufenden sechsten Rang in ausgezeichneten 49:58 Minuten und siegte gleichzeitig in der Klasse M 35. „Meine Ziele waren, unter die ersten Zehn und unter 50 Minuten zu kommen. Beides habe ich geschafft. Damit bin ich hochzufrieden,“ befand der ehrgeizige Langstreckler der Lauffreunde Bönen. Und er fügte hinzu: „Der Silvesterlauf ist aufgrund seiner einzigartigen Stimmung entlang der Bundesstraße 1 für alle Beteiligten zum Jahreswech-



Sven Serke (LF Bönen) nach dem Ziel-einlauf in Soest. FOTO: PETER MIDDEL

sel immer ein tolles Erlebnis. Allerdings habe ich mich nicht speziell darauf konzentriert.“ Sven Serkes Hauptaugenmerk gilt dem Paderborner Osterlauf am 30. März, bei dem er erstmalig auf der Halb-Marathon-Distanz unter 1:10 Stunden bleiben möchte.

Der Bönener will nämlich in Zukunft mehr seine Leistungsmöglichkeiten auf den längeren Strecken ausloten. 2012 schaffte er bei seinem Marathon-Debüt in Köln auf Anhieb viel versprechende 2:39:33 Stunden. „Da steckt noch einiges drin,“ glaubt

der Marathon-Novize.

An Deutschlands größtem Silvesterlauf von Werl nach Soest hatte Sven Serke zuvor dreimal teilgenommen. Seine beste Zeit erzielte er 2010, als er bei Eisregen in respektablen 49:11 Minuten den Soester Marktplatz erreichte. 2011 konnte er wegen hartnäckiger Achillessehnenbeschwerden nur am Silvesterlauf in Unna, der keinen Wettkampfcharakter hat, teilnehmen.

## Zukünftig längere Strecken

Mit seinen Fersen-Problemen musste er sich lange Zeit herumquälen. „Ich habe mehrere Sachen versucht. Letztlich half nur, rigoros mit dem Laufen zu pausieren. Alternativ bin ich dann viel Fahrrad gefahren und habe mich, als die Schmerzen nachließen, behutsam wieder aufgebaut,“ berichtet Sven Serke.

Der zweifache Familienvater- seine Kinder sind vier und zwei Jahre alt- ist ein Ausbund an Ausdauer und Willensstärke. Meist beginnt er zwi-

schen 20.15 und 20.30 Uhr mit dem Laufen, wenn andere schon auf dem Sofa liegen und sich von den Strapazen des Alltags erholen. „Ich fange so spät an, weil die Kinder wissen sollen, dass sie auch noch einen Papa haben,“ betont der Gebietsverkaufsleiter für Sicherheitsschuhe, der beruflich sehr viel unterwegs ist. Dennoch schafft er es, in der Woche zwischen 110km und 120km im Training herunterzuspulen.

Fast schon ein Stammgast bei „Werl/Soest“ ist Harald Hein (LG Lust am Laufen Unna), der in der Klasse M 50 in starken 58:21 Minuten dominierte. Eine Klasse-Leistung bot auch Ulf Kasischke (LF Bönen), der in der AK M 70 den Lauf als Zweiter in 1:14:30 Stunden beendete. Recht eilig hatte es zum Jahresabschluss auch Volker Greis (LT Unna), der in der Klasse M 40 als Siebter (54:53 Min.) gefiel. Bei den Damen erfreute vor allem Karin Freitag (LF Bönen) als Vierte in der Klasse W 60 mit 1:24:22 Stunden. P.M.

<http://www.derwesten.de/sport/lokalsport/kreis-unna/wettkampf-zum-jahresausklang-id7443984.html>

LEICHTATHLETIK

## Wettkampf zum Jahresausklang

03.01.2013 | 16:36 Uhr



Machten sich am Silvestertag auf den Weg von Werl nach Soest: Die Ausdauersportler aus Bönen.

Foto: LFB

Die sportlichen Ambitionen der Bönener waren ganz unterschiedlicher Natur. Die einen wollten bei dem Rennen über die eigens gesperrte Bundesstraße 1 einfach nur dabei sein, die anderen wollten bei der letzten Gelegenheit des Jahres noch persönlich eine gute Zeit für die Vereinsstatistik und die Kreisbestenliste abliefern. Mit leichtem Rückenwind und milden Temperaturen herrschten perfekte Bedingungen.

Sven Serke nutzte dies und seine gute Form für eine Top-Platzierung. Nach 49:58 Min. überlief er als Sechster des großen Feldes die Ziellinie auf dem Soester Marktplatz. Nicht weniger zufrieden zeigte sich Lars Grunenberg (M40). Er lief mit 59:21 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Sein Kommentar „Endlich unter einer Stunde!“ lässt erahnen, mit welchen Ambitionen er in das Rennen gegangen war.

Weitere persönliche Bestzeiten erreichten Joachim Kissing (M40) mit 1:10:28 Std., Jonas Deimann (U16) mit 1:11:47 Std., Mike Kosiol (M35) mit 1:12:25 Std., Michael Ganswind (M40) mit 1:17:33 Std., Jutta Picker (W40) mit 1:20:44 Std., Steffen Maletz (U18) mit 1:20:47 Std., und Rita Margraf (W45) bzw. Nicole Thiel (W45) beide mit 1:23:27 Std.

Der 14-jährige Deimann erreichte damit Platz 4 in seiner Altersklasse. Auch Ulf Kasischke und Karin Freitag liefen in ihren Altersklassen vorne mit. Kasischke erreichte mit 1:14:30 Std., Platz 2 in M70 und Freitag mit 1:24:22 Std. Platz 5 in W60. Sven Serke lief auf Platz 1 in M35.

Hier die übrigen Zeiten der Bönener in der Übersicht: Martin Munk 1:03:03 Std., Frank Gutschow 1:04:29 Std., Marcus Münstermann 1:06:02 Std., Klaus Budde 1:06:37 Std., Tobias Mohnkern 1:09:07 Std., Dieter Brodowski 1:09:27 Std., Thorsten Bucker 1:09:27 Std., Michael Flory 1:09:42 Std., Markus Meier 1:10:48 Std., Heiko Bucker 1:10:52 Std., Stefan Deimann 1:12:15 Std., Manuela Maletz 1:13:11 Std., Michael Klein 1:14:39 Std., Rüdiger Budde 1:15:01 Std., Sandra Firus 1:15:55 Std., Dorothea Pfeffer 1:15:55 Std., Thomas Thiel 1:17:05 Std., Peter Hien 1:17:19 Std., Dieter Freitag 1:18:36 Std., Peter Bollwig 1:18:47 Std., Martin Schulte 1:21:59 Std., Sabine Schulte 1:23:12 Std., Berthold Sommer 1:23:38 Std., Claudia Grunenberg 1:24:55 Std., Kai Sluyter 1:26:29 Std., Timo Grimm 1:26:30 Std., Thorsten Neumann 1:26:31 Std., Jürgen Korvin 1:26:54 Std., Susanne Ganswind 1:33:16 Std. und Gisela Homeyer 1:33:49 Stunden.

Dieter Kaiser hatte für den Nordic Walking-Wettbewerb gemeldet und Ewa Deimann für den Walking-Wettbewerb. Kaiser benötigte für die 15 km 1:50:24 Std. und Deimann 2:13:00 Stunden.

*RK*

▶ Presseauschnitt für Korvin  
vom 04.01.2013

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Hellweger Anzeiger | <input type="checkbox"/> Ruhr Bote        | <input type="checkbox"/> Sonntagskurier       | <input type="checkbox"/> Westfälischer Anzeiger                        |
| <input type="checkbox"/> Lüner Anzeiger     | <input type="checkbox"/> Ruhr Nachrichten | <input type="checkbox"/> Werne am Sonntag     | <input checked="" type="checkbox"/> Westfälische Rundschau <i>Unna</i> |
| <input type="checkbox"/> Ruhr-Anzeiger      | <input type="checkbox"/> Stadtspiegel     | <input type="checkbox"/> Westd. Allg.-Zeitung | <input type="checkbox"/> Wochenkurier <i>66022</i>                     |

## Wettkampf zum Jahresausklang

Leichtathletik LF Bönen. Silvesterlauf von Werl nach Soest

Die sportlichen Ambitionen der Böenerer waren ganz unterschiedlicher Natur. Die einen wollten bei dem Rennen über die eigens gesperrte Bundesstraße 1 einfach nur dabei sein, die anderen wollten bei der letzten Gelegenheit des Jahres noch persönlich eine gute Zeit für die Vereinsstatistik und die Kreisbestenliste abliefern. Mit leichtem Rückenwind und milden Temperaturen herrschten perfekte Bedingungen.

Sven Serke nutzte dies und seine gute Form für eine Top-Platzierung. Nach 49:58 Min. überlief er als Sechster des großen Feldes die Ziellinie auf dem Soester Marktplatz. Nicht weniger zufrieden zeigte sich Lars Grunenberg (M40). Er lief mit 59:21 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Sein Kommentar „Endlich unter einer Stunde!“ lässt erahnen, mit welchen Ambitionen er in das Rennen gegangen war.

Weitere persönliche Bestzeiten erreichten Joachim Kissing (M40) mit 1:10:28 Std., Jonas Deimann (U16) mit 1:11:47 Std., Mike Kosiol (M35) mit 1:12:25 Std., Michael



Machten sich am Silvestertag auf den Weg von Werl nach Soest: Die Ausdauersportler aus Bönen.

FOTO: LFB/KORVIN

Ganswind (M40) mit 1:17:33 Std., Jutta Picker (W40) mit 1:20:44 Std., Steffen Maletz (U18) mit 1:20:47 Std., und Rita Margraf (W45) bzw. Nicole Thiel (W45) beide mit 1:23:27 Std.

Der 14-jährige Deimann erreichte damit Platz 4 in seiner Altersklasse. Auch Ulf Kasischke und Karin Freitag liefen in ihren Alters-

klassen vorne mit Kasischke erreichte mit 1:14:30 Std., Platz 2 in M70 und Freitag mit 1:24:22 Std. Platz 5 in W60. Sven Serke lief auf Platz 1 in M35.

Hier die übrigen Zeiten der Böenerer in der Übersicht: Martin Munk 1:03:03 Std., Frank Guttschow 1:04:29 Std., Marcus Münter 1:06:02 Std., Klaus Budde 1:06:37 Std., Tobias Mohnkern 1:09:07 Std., Dieter Brodowski 1:09:27 Std., Thorsten Bücker 1:09:27 Std., Michael Flory 1:09:42 Std., Markus Meier 1:10:48 Std., Heiko Bücker 1:10:52 Std., Stefan Deimann 1:12:15 Std., Manuela Maletz 1:13:11 Std., Michael Klein 1:14:39 Std., Rüdiger Budde 1:15:01 Std., Sandra Firus 1:15:55

Std., Dorothea Pfeffer 1:15:55 Std., Thomas Thiel 1:17:05 Std., Peter Hien 1:17:19 Std., Dieter Freitag 1:18:36 Std., Peter Bollwig 1:18:47 Std., Martin Schulte 1:21:59 Std., Sabine Schulte 1:23:12 Std., Bernhard Sommer 1:23:38 Std., Claudia Grunenberg 1:24:55 Std., Kai Sluyter 1:26:29 Std., Timo Grimm 1:26:30 Std., Thorsten Neumann 1:26:31 Std., Jürgen Korvin 1:26:54 Std., Susanne Ganswind 1:33:16 Std. und Gisela Homeyer 1:33:49 Stunden.

Dieter Kaiser hatte für den Nordic Walking-Wettbewerb gemeldet und Ewa Deimann für den Walking-Wettbewerb. Kaiser benötigte für die 15 km 1:50:24 Std. und Deimann 2:13:00 Stunden.

### „Rund um Flierich“ am 13. Januar

■ Für viele Ausdauersportlerinnen und -sportler ist der Lauf „Rund um Flierich“ zum Pflichttermin am Jahresanfang geworden. Am Sonntag, 13. Januar, fin-

det der 10-km-Straßen- und Volkslauf zum 28. Mal statt.

■ Der gemeinsame Start ist um 11 Uhr.

# Zum Jahresausklang Laufklassiker gemeistert

## LAUFSPORT LF Bönen bewältigen Strecke von Werl nach Soest

**BÖNEN** • Das Jahr mit einem Wettkampf ausklingen zu lassen, das ist für viele Aktive der Lauffreunde Bönen mittlerweile eine gute Tradition. 44-mal tauchen daher die Bönener Hobbyausdauersportler in den verschiedenen Ergebnislisten des Silvesterlaufes von Werl nach Soest auf. 25000 Zuschauer machten die Veranstaltung zu einem ganz besonderen Erlebnis.

Bei Deutschlands größtem Silvesterlauf - der 31. in Folge - gingen in verschiedenen Wettbewerben rund 5300 Aktive an den Start. Der Wohltätigkeitsgedanke spielte auch diesmal eine große Rolle. Der Erlös des Laufs ging unter anderem an den Verein Archemed „Kinder in Not in Eritrea“. In den vergangenen Jahren sammelten die Silvesterläufer bei Werl-Soest mehr als 1,3 Millionen Euro für karitative Organisationen.

Die sportlichen Ambitionen der Bönener waren ganz unterschiedlicher Natur. Die einen wollten bei dem Rennen über die eigens gesperrte Bundesstraße 1 einfach nur dabei sein, die anderen bei der letzten Gelegenheit des Jahres noch persönlich eine gute Zeit für die Vereinsstatistik und die Kreisbestenliste abliefern.

Sven Serke nutzte seine gute Form für eine Top-Platzierung. Nach 49:58 Min. überlief er als Sechster des großen Feldes die Ziellinie auf dem Soester Marktplatz. „Damit habe ich mein persönliches Ziel für diesen Lauf erreicht“, meinte er anschließend mit strahlendem Gesicht.

Nicht weniger zufrieden zeigte sich Lars Grunenberg (M40). Er lief mit 59:21 Min. eine neue persönliche Bestzeit. Sein Kommentar „Endlich unter einer Stunde!“, lässt erahnen, mit welchen Ambitionen er in das Rennen gegangen war.

Weitere persönliche Bestzeiten erreichten Joachim Kissing (M40) mit 1:10:28 Std., Jonas Deimann (U16) mit 1:11:47 Std., Mike Kosiol (M35) mit 1:12:25 Std., Mi-

chael Ganswind (M40) mit 1:17:33 Std., Jutta Picker (W40) mit 1:20:44 Std., Stefan Maletz (U18) mit 1:20:47 Std., und Rita Margraf (W45) bzw. Nicole Thiel (W45) beide mit 1:23:27 Std. Der 14-jährige Deimann erreichte damit Platz 4 in seiner Altersklasse. Auch Ulf Kasischke und Karin Freitag liefen in ihren Altersklassen vorne mit. Kasischke erreichte mit 1:14:30 Std.,

Platz 2 in M70 und Freitag mit 1:24:22 Std. Platz 5 in W60. Sven Serke lief auf Platz 1 in M35.

Dieter Kaiser hatte für den Nordic Walking-Wettbewerb gemeldet und Ewa Deimann für den Walking-Wettbewerb. Kaiser benötigte für die 15 km 1:50:24 Std. und Deimann 2:13:00 Std.,

**Die übrigen Zeiten der Bönener Läufer:** Martin Munk 1:03:03 Std., Frank Gutschow 1:04:29 Std., Marcus Münstermann 1:06:02 Std., Klaus Budde 1:06:37

Std., Tobias Mohnkern 1:09:07 Std., Dieter Brodowski 1:09:27 Std., Thorsten Bucker 1:09:27 Std., Michael Flory 1:09:42 Std., Markus Meier 1:10:48 Std., Heiko Bucker 1:10:52 Std., Stefan Deimann 1:12:15 Std., Manuela Maletz 1:13:11 Std., Michael Klein 1:14:39 Std., Rüdiger Budde 1:15:01 Std., Sandra Pirus 1:15:55 Std., Dorothea Pfeffer 1:15:55 Std., Thomas Thiel 1:17:05 Std., Peter Hien 1:17:19 Std., Dieter Freitag 1:18:36 Std., Peter Bollwig 1:18:47 Std., Martin Schulte 1:21:59 Std., Sabine Schulte 1:23:12 Std., Berthold Sommer 1:23:38 Std., Claudia Grunenberg 1:24:55 Std., Kai Slyter 1:26:29 Std., Timo Gimm 1:26:30 Std., Thorsten Neumann 1:26:31 Std., Jürgen Korvin 1:26:54 Std., Susanne Ganswind 1:33:16 Std., Gisela Homeyer 1:33:49 Std.

## Lauf Team gut platziert

Mit 21 Teilnehmern war das Lauf Team Unna beim Klassiker „Silvesterlauf Werl - Soest 2012“ zahlreich vertreten. Allein zwei Teilnehmer blieben deutlich unter der magischen 1-Stunden-Grenze: Volker Greis als 30. Einläufer unter 2474 im Ziel registrierten Männern (54:53 Min. / 7. Platz M40) sowie Michael Theil als 68. Mann (58:34 Min. / 7. Platz M45) in diesem, gegenüber den zurückliegenden Jahren, doch etwas reduzierten Feld. Und diese Leistungen sind sicherlich nicht allein den windigen Verhältnissen zuzuschreiben, wehte doch dieses Mal ein stark böiger Wind von Süd-West nach Nord-Ost, was sicherlich auch so einigen Untrainierten zugute kam. Unter den

nur vier angereisten Frauen vom Lauf Team schnitt Conny Mashiter am besten ab: als 66. Frau von 806 Teilnehmerinnen registriert benötigte sie 1:12:11 Std., was ihr Platz 7 ihrer AK W50 einbrachte.

Ebenfalls ziemlich weit vorn in ihrer Altersklasse platziert schnitten Roland Goedecke und Franz Wiemann ab. Goedecke wurde 4. der AK M70 in gestoppten 1:15:17 Std. und Wiemann 8. der AK M65 in 1:14:59 Std. Erfolgreich auch die fünf Debütanten des Lauf Teams. In der mit 471 Teilnehmern stärksten Altersgruppe M45 wurde Christian Hahnen (1:08:20 Std.) 81. Es folgten Michael Gruske (1:13:04 / 43. M55), Martin Sacher (1:22:37 / 313. M45),

Norbert Kalkbrenner (1:29:11 / 72. M60) und seine Ehefrau Petra Wiercke-Kalkbrenner (1:31:20 / 31. W55).

Die übrigen Teilnehmer in der Reihenfolge ihres Einlaufs: Lukas Eckhoff (1:05:00 / 57. MHK), Arnulf Bergmann - bei seiner 24. Teilnahme auf dieser Strecke - in 1:06:04 (55. M45), Klaus Rüping (1:09:45 / 96. M45), Vitor da Silva (1:09:45 / 97. M45), Martin Gelfuß (1:12:27 / 98. M50), Petra Delbrügger (1:16:13 / 14. W50), Harald Schultz (1:17:00 / 153. M50), Karin Kursawe (1:17:12 / 17. W50), Conny Neumann (1:22:38 / 28. W50), Andreas Böse (1:26:47 / 275. M50) sowie Christina Heinsius (1:30:59 / 104. W45).



Stark war auch das Lauf Team Unna beim Klassiker „Silvesterlauf Werl - Soest 2012“ vertreten.