

Ideale Bedingungen für die Läufer

LEICHTATHLETIK Bönener in Kaiserau mit vielen vorderen Plätzen und einigen Bestzeiten

KAMEN ■ Über 700 Läufer und Walker starteten beim 42. Kamener Volks- und Straßenlauf. Die traditionsreiche Veranstaltung fand unter einem grauen Himmel bei knapp 14 Grad statt. Davon ließ sich eine große Gruppe der Lauf Freunde Bönener nicht stören, die der Strecke durch den Kamener Ortsteil Kaiserau mit Start und Ziel auf dem Gelände des Sportcentrums folgte.

Erster im Ziel des 10-km-Rennen war der Bönener Sven Serke, dem somit ein Titel-Hattrick gelang (der WA berichtete). Mit 33:39 Minuten distanzierte er den Zweitplatzierten Andre Löher um mehr als drei Minuten. „Keine Sonne, kein Pollenflug. Für die Zuschauer vielleicht nicht so schön, für uns Läufer aber ideal“, sagte Serke nach seinem Erfolg.

Ihm kaum etwas nach standen Katrin Walter und Marcus Voß. Walter lief über fünf Kilometer in 21:25 Minuten als zweitschnellste Frau ins Ziel. Marcus Voß (M45) erreichte im Halbmarathon wie im Vorjahr den zweiten Rang. Er benötigte für die 21,1 km 1:20:57 Stunden.



Das Lauffreunde-Team bei 42. Kamener Volkslauf. ■ Foto: pr

Schnellster Bönener über die 5-km-Distanz war Martin Munk mit neuer persönlicher Bestzeit von 18:58 Minuten. Er wurde damit Gesamtzehnter und gewann seine Altersklasse M45. Weitere persönliche Bestzeiten schafften Todt G. Willigmann mit 19:58 (3. M45) und Pia Kappel mit 32:59 (5. der weiblichen Jugend U 16). Steffen Maletz gewann die männliche U 20-Jugend in 50:25.

Erstmals für die Lauffreunde Bönener absolvierte Monika

Folkerts die Halbmarathondistanz. Sie finishte nach 1:59:40 Stunden und lief damit auf Platz drei der W40.

Den 10 km-Nordic-Walking-Wettbewerb beendete Dieter Kaiser nach 1:16:12 Stunden. Die übrigen Ergebnisse der Lauffreunde: 5 km: Frank Gutschow 19:38 Minuten (2. M50), Martin Schulte 22:07, Thomas Kaftan 24:14, Sabine Schulte 24:25 (2. W45), Hartmut Stoepel 26:18, Jutta Gutschow 26:51

10 km: Lars Grunenberg 43:08 Minuten (3. M40), Marcus Münstermann 43:35, Wolfgang Löddemann 46:45, Manuela Maletz 48:49 (2. W50), Philipp Flechsig 52:13, Berthold Sommer

54:23

Beim Hermannslauf war Stefan Deimann für die Lauffreunde am Start. Die Strecke von dem berühmten Monument bei Detmold bis zur Sparrenburg in Bielefeld ist 31,1 Kilometer lang und gilt wegen des Profils und des Untergrundes als ausgesprochen anspruchsvoll. Deimann benötigte 3:17:38 Stunden. „Dieser Lauf mit Crosscharakter und vielen heftigen Anstiegen fordert Kondition und Koordination“, erklärte

der Bönener. Eine Woche später versuchte sich Deimann beim 12. Ennepetalauft über zehn Kilometer. Dabei blieb die Uhr für ihn bei 47:09 Minuten stehen. „Die Beine waren noch schwer, mehr war nicht drin“, so Deimann.

Deutlich schneller unterwegs war da Ingo Hanke beim 13. Lauf „Rund um den Kemander See“ in Bochum. Er benötigte für die 10-km-Distanz 38:38 Minuten und erreichte damit Platz vier in seiner Altersklasse M40. ■ WA