

Ohne Leistungsdruck

LEICHTATHLETIK Bönener fleißig unterwegs

BÖNEN ■ Die Auswahl an Laufveranstaltungen ist momentan groß. So hatten auch die Bönener Athleten die Qual der Wahl und entschieden sich für Veranstaltungen in Soest, Salzkotten, Duisburg und Hamburg.

Ohne Leistungsdruck an den Start zu gehen, die Möglichkeit bot sich Laufsportbegeisterten in Kloster Paradiese. Am Standort einer renommierten Privatklinik vor den Toren von Soest, gab es die zweite Auflage des Klosterlaufes Soest, an der fünf Lauffreundinnen teilnahmen. Am Ende stand ein gemeinsames Lauferlebnis, das allen Spaß gemacht hat. Karin Lapainis benötigten 35:19 Minuten, Heike Koniczny 35:23, Petra Kaftan 36:43, Claudia Bollwig und Rosi Hahnemann 37:03. Über zehn Kilometer erreichte Todt G. Willigmann in 45:32 Minuten Platz drei und Stefan Deimann in 46:11 Rang vier ihrer Altersklasse M45.

In Salzkotten war der Bönener Simon Vulf dabei. Gemeinsam starteten die Athleten, die für den Marathon, die Marathon-Staffel, den Minimarathon, den Halbmarathon und für den 10-km-Lauf

gemeldet hatten. Für Vulf (M60) blieb die Zeit für 10 km bei 53:45 stehen. Das bedeutete für ihn Platz drei der M60. Aber das Rennen war da noch nicht vorbei. Er musste die Runde, die von den Marathonläufern viermal zu durchlaufen war, zu Ende bringen. Für die 10,55 km benötigte er 57:14 Minuten

Nicht auf Zeit, sondern auf Ankommen liefen Susanne und Michael Ganswind beim Rhein-Ruhr-Halbmarathon in Duisburg. Michael Ganswind (M45) finishte nach 1:55:18 Stunden und Susanne Ganswind (W50) in 2:10:03. „Es war ein forcierter Trainingslauf bei optimalem Wetter und guter Stimmung. Der Einlauf in die MSV-Arena war schon etwas Besonderes“, meinte Susanne Ganswind.

Eher zufällig ging Jonas Deimann (Jahrgang 1998) bei einem Lauf in Hamburg an den Start. Zu Besuch bei Freunden hörte er von einem Lauf, der 7,4 km durch den Hamburger Hafen führte und unter dem Motto „St. Pauli läuft gegen rechts“ stattfand. Spontan brachte den Lauf in 30:58 Minuten hinter sich und belegte immerhin Platz 35 von 1139 Startern. ■ WA



Im Kloster Paradiese am Stadtrand von Soest genossen die Laufreunde die schöne Atmosphäre. ■ Foto: pr