

Schlamm und Super-Marathon 13.5.

LEICHTATHLETIK Lauffreunde am Nürburgring und auf dem Rennsteig / Walter Dritte in Hamm

BÖNEN ■ Ein Extrem-Hindernis auf dem Nürburgring, ein Super-Marathon in Thüringen und die Muttertagsveranstaltung im Hammer Jahnstadion waren die Ziele der Lauffreunde Bönen bei fröhlichen Temperaturen.

Nicht ohne Grund hat der Strongman-Run auf dem Nürburgring seit Jahren Kultstatus in der Laufszene erreicht. Dafür sorgten 12 000 „Verrückte“, die Schlamm, Wasser und andere Hindernisse – 30 an der Zahl – überwinden. Der Lauf ist regelmäßig bereits wenige Stunden nach Eröffnung der Online-Anmeldung „ausgebucht“. Neben

Geschicklichkeit und Koordination ist ebenso Ausdauer gefragt. Das weiß auch Berthold Sommer (M50), der nun schon zum fünften Mal dabei war und erstmals unter drei Stunden blieb. „Ich habe für die 23 Kilometer lange Strecke selbst gestoppte 2:52:25 Stunden benötigt. Die offizielle Zeitnahme weicht jedoch seltsamerweise mit 2:57:09 Stunden stark davon ab“, so Sommer. Im vergangenen Jahr benötigte er 3:08:46.

Deutlich länger und damit eine echte Ausdauer-Herausforderung ist der sogenannte Super-Marathon des GutsMuths-Rennsteiglaufes durch

den Thüringer Wald mit Start in Eisenach und Ziel in Schmiedefeld. Der Veranstalter gibt die Länge mit 72,7 Kilometer an. Damit ist die Veranstaltung der längste Crosslauf Europas. Die Höhendifferenzen addieren sich auf knapp 2500 Meter. „Nach dem ich im vergangenen Jahr wegen eines Muskelfaserrisses bei Kilometer 42 aussteigen musste, wollte ich jetzt unbedingt ankommen“, sagte Michael Klein. Mit 8:19:20 Stunden erreichte er sogar eine neue Rennsteig-Bestzeit. Am Start war auch Tanja Felgenhauser (W35), die am 17-km-Wanderwettbewerb teil-

nahm. Sie benötigte weniger als drei Stunden, die offizielle Zeit wurde noch nicht veröffentlicht.

Traditionell am Samstag vor dem Muttertag richtet der SC Sportler und Sportlerinnen für den Frieden Hamm seinen Frauenlauf aus. Mit knapp 300 Starterinnen war die Beteiligung gut. 15 Lauffreundinnen aus Bönen – davon zwei beim 10-km- und 13 beim 5-km-Rennen – waren dabei. Dabei nutzte Katrin Walter die Gelegenheit, sich wieder vorne im Feld zu zeigen. Die Vorjahressiegerin wurde über fünf Kilometer in 21:27 Minuten diesmal Dritte und gewann ihre Altersklasse W35. Nicole Thiel erreichte mit 27:26 ebenso Platz drei der W45 ebenso wie Gisela Homeyer (28:56) in der Altersklasse W65. ■ WA



15 Lauffreundinnen machten beim Frauenlauf in Hamm mit. ■ Foto: pr

Die übrigen Zeiten

5 km: Manuela Knotte 29:25 Minuten, 5. W45, Rita Margraf 29:27, 4. W50, Sybille Imgenberg (W50) 29:70, Manuela Blank (W50) 24:16, Inge Schwarz (W45) 35:08, Petra Kaftan (W45) 35:08, Ute Kappel (W50), Heike Kosinski (W40) 35:38
5 km Walking: Karin Freitag (W60) 42:09 Minuten, Heike Koniczny (W50) 46:15
10 km: Britta Bartmann 58:40 Minuten, 6. W45, Claudia Grunenberg 58:40, 7. W45