



**Die heftigen Anstiege** beim Hermannslauf meisterte Sabine Schröder. FOTO: SCHRÖDER

# Auf den Spuren des Cheruskerfürsten

## LEICHTATHLETIK Lauffreunde-Duo beim Hermannslauf

**Bönen** – Bereits zum 48. Mal fand der Hermannslauf in Ostwestfalen statt. Start war am Denkmal des Cheruskerfürsten Arminius in Detmold, entlang des Hermannsweges ging es 31,1 Kilometer über den Kamm des Teutoburger Waldes zur Sparrenburg nach Bielefeld.

Für die anspruchsvolle Strecke mit heftigen Anstiegen und ordentlichem Gefälle über Sandwege, Waldböden, aber auch Asphalt und

Kopfsteinplaster hatten 5577 Teilnehmer gemeldet – darunter Jan-Philipp Struck und Sabine Schröder von den Lauffreunden Bönen. Bergauf hatte selbst Ultraläufer Struck seine Probleme, „bergab konnte ich aber gut Tempo machen“, sagte er: „Eine ungewöhnliche Erfahrung war ein zehnminütiger Hagelschauer, es tat schon echt weh. Zum Schluss fehlte mir etwas die Kraft, um noch die Vorjahreszeit zu toppen.“ Er

war fünf Sekunden langsamer als 2018. Letztlich benötigte er 2:22:09 Stunden und belegte Rang 244 bei den Männern (38. Platz der Hauptklasse).

Schröder kam nach einer Zeit von 3:53:57 Stunden als 1201. Frau und 158. ihrer Altersklasse W50 bei ihrer ersten Teilnahme an diesem überlangen Crosslauf in Bielefeld an. „Es war eine landschaftlich schöne Strecke, aber echt schwer“, meinte

Schröder und sprach von einem „genialen“ Zieleinlauf.

Gänzlich anders war das Profil beim 8. Dortmunder Awo-Lauf. Stefan Deimann bewältigte die flache 21,1 km lange Halbmarathondistanz in 1:54:54 Stunden. Das brachte ihm den neunten Rang in der M50 und den Gesamtplatz 55 ein. Auch er kam aber nach eigenen Angaben auf seine Kosten, was die Umgebung der Strecke anbelangte.