

# Willingmann mit Energieleistung

## LEICHTATHLETIK Fünf Wettbewerbe innerhalb von nur acht Tagen

**Bönen** – Er ist bekannt dafür, in seinem Sport außergewöhnliche Dinge anzugehen. Todt G. Willingmann von den Lauffreunden Bönen hat jetzt erneut mit einer großen Energieleistung für Aufsehen in der Leichtathletik-Szene gesorgt. Innerhalb von acht Tagen bestreift er fünf Wettkämpfe an fünf verschiedenen Orten. Bei drei Läufen wurde er dabei von seinem Vereinskollegen Jonas Behrend begleitet.

Auftakt dieser ungewöhnlichen und Kraft raubenden Serie war in Sundern-Hagen (WA berichtete bereits). Anschließend ging es zum 1. United-Summer-Run nach Dortmund, eine inklusive Laufveranstaltung mit einem besonderen Charakter, bei der Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam teilnehmen. Während des Rennens hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, sich zu entscheiden, ob sie eine Runde (5 km) oder zwei Runden (10 km) laufen wollten.

„Es war ein neuer Lauf, der rund um den Westfalenpark führte und eine großartige Atmosphäre sowohl am Start, entlang der Strecke als auch im Ziel bot“, berichtete Willingmann. Bei Temperaturen um die 30 Grad musste der Start auch noch wegen einer Bombenentschärfung am Westfalenpark mit Verspätung erfolgen. Erst um 20.10 Uhr ging es auf die Strecke. Willingmann absolvierte die 10 Kilometer in 43:40 Minuten, was ihm Platz 18 in der Männerwertung und den

Sieg in seiner Altersklasse M55 einbrachte.

Beim zweiten Selmer Stadtfestlauf führte die 10 km lange Strecke durch den Auenpark. „Verschiedene Kurven sorgten für Abwechslung. Obwohl es nach der Arbeit in der Woche sehr anstrengend war, hatten wir viel Spaß auf der Strecke“, erzählte der Bönener, der diesmal von Behrend begleitet wurde. Während Willingmann in 42:48 Minuten Platz neun bei den Männern und Rang eins in der AK 55 belegte, war Behrend diesmal schneller. Er landete in 42:09 Minuten auf Platz sieben bei den Männern und triumphierte bei den Junioren U20.

Danach ging für beide Läufernde zum 21. Werner Stadtlauflauf. Die Temperatur lag bei etwa 26 Grad, gefühlt war es jedoch noch wärmer. Für die 10 km mussten insgesamt vier Runden absolviert werden. Etwa ein Drittel der Strecke verlief durch die Stadt, ein weiteres Drittel durch den schattigen Kurpark und zum Abschluss wieder durch die Stadt. „In den ersten beiden Runden lief es noch ziemlich gut. Doch von Runde zu Runde wurde es schwieriger, da meine Verfolger immer weiter zurückfielen“, erklärte Willingmann. „Deshalb habe ich es etwas ruhiger angehen lassen, um einen Tag später bei der Veranstaltung in Menden noch einigermaßen fit zu sein.“ Für Willingmann reichte es über 10 km in 43:11 Minuten einmal mehr zum Sieg in seiner Al-



Beim Mendener Citylauf gewannen die Bönener Todt G. Willingmann (links) und Jonas Behrend souverän ihre Altersklassen.

FOTO: WILLINGMANN

tersklasse. Im Männer-Hauptfeld landete er damit auf Platz zehnte.

Behrend wurde über die Distanz von 2,5 km in 8:54 Minuten als Dritter bei den Männern und erster der MJ U20 gewertet. Über 10 km reichten die 42:37 zum Altersklassensieg und Rang neun bei den Männern.

Einen Tag später beendete Todt G. Willingmann seine kleine Laufserie beim Mendener Citylauf, ebenfalls in Begleitung von Jonas Behrend. Beide traten wieder über 10 km an.

„Wie der Name der Veranstaltung bereits verrät, führte die Strecke durch die Innenstadt von Menden. Obwohl sich bei mir mittlerweile Müdigkeit und Erschöpfung bemerkbar machten, konnte ich meine Leistung noch einmal steigern und meine Zi-

lankunftszeit verbessern“, berichtete Willingmann. Nach dem Lauf gab es zunächst Probleme mit der Zeitnahme, da eine Matte vorübergehend keinen Funkempfang hatte. „Zunächst wurde mir eine Zeit von 1:17:15 Stunden (Platz 7 in meiner Altersklasse) zugeschrieben. Dieser Fehler konnte jedoch behoben werden, und nach einiger Zeit wurde die korrekte Zeit und Platzierung in der Ergebnisliste veröffentlicht.“ In 42:46 wurde der Bönener doch als Sieger seiner Altersklasse ausgerufen.

Bei den Männern landete er auf Platz 14. Jonas Behrend absolvierte die Distanz in 42:37, wurde Neunter der Männer und triumphierte wie erwartet in seiner Altersklasse.

Parallel fand im Ahrtal wieder der Erlebnismarathon

Ahrathon statt. Der Ahrathon wird über eine Halbmarathon-Runde auf dem landschaftlich besonders reizvollen Rotweinwanderweg gelaufen und ist berühmt für seine vielen besonderen Verpflegungspunkte.

Entlang des Rotweinwanderwegs befinden sich ca. alle 3,5 km Verpflegungspunkte, an denen die Sportler nicht nur mit Mineralwasser und Obst versorgt werden, sondern auf Wunsch auch Ahrewein und Gourmethäppchen verkosten können. An den meisten Verpflegungspunkten gibt es zusätzlich musikalische Unterstützung, die die Läufer anheizen und zum Verweilen der Zuschauer einladen. Bei diesem Erlebnismarathon steht das Vergnügen und nicht die Zielzeit im Fokus. Für die Lauffreunde Bönen waren dieses Jahr Michael Klein (Marathon), sowie Katharina Krähling und Thorsten Borgschulte (beide Halbmarathon) am Start. Klein belegte in 6:24:37 Stunden Platz 47 bei den Männern und Rang zehn in der AK M55. Krähling erreichte 2:55:08 Stunden Platz 66 bei den Frauen und Rang neun der AK W40. Borgschulte benötigte 2:55:09 Stunden (Platz 159 Männer, Platz 30 M50).

In der Ergebnisliste des Essener Firmenlaufs tauchte unter 10 000 Teilnehmern Thorsten Buchholz von den Lauffreunden Bönen mit einer Zielzeit von 26:35 Minuten auf dem 2177. Platz der Gesamtwertung auf.