

# Drei Starts hintereinander

**LEICHTATHLETIK** Unterschiedliche Herausforderungen für die Lauffreunde Bönen

**Bönen** – Teilweise bis zu drei Läufe innerhalb weniger Tage absolvierten die Aktiven der Lauffreunde Bönen. Von kurzen Distanzen bis zu einem 48-Stunden-Lauf wurden die Läufer vor ganz unterschiedliche Herausforderungen gestellt.

Mit fünf Startern nahm das Team am zehnten Sauerland-Höhenflug-Trailrun teil. Auf einer anspruchsvollen Strecke erreichte Todt G. Willingmann über zehn Kilometer in 48:34 Minuten auf Platz zwei der Altersklasse M55 das Ziel, Sabina Donkiewicz beendete in 1:32:29 Stunden das Rennen. Auf der Halbmarathon-



**Die Aktiven der Lauffreunde Bönen** absolvierten mehrere Starts – wie beim Sauerland-Höhenflug-Trailrun. FOTO: LF BÖNEN

Strecke gab es für die Lauffreunde folgende Ergebnisse: Markus Meier, 2:23:07 Stunden (Platz 20 M55), Simone

Kopietz, 2:40:24 Stunden (Platz 14 W50) und Moni Stura-Metzen, 2:44:19 Stunden (Platz 3 W65).

Zuvor fand der Stadtlauf in Werne statt, wo Donkiewicz über 5 Kilometer und Willingmann über 10 Kilometer dabei waren. Donkiewicz erreichte das Ziel in 35:17 Minuten, Willingmann holte sich den Sieg in seiner Altersklasse in 43:18 Minuten.

Mit der Teilnahme am Schwerter Ruhrstadtlaf machte Willingmann sein persönliches Tripple perfekt. In 22:47 Minuten belegte er über die nicht offiziell vermessene, aber rund 5 Kilometer lange Strecke, Platz zwei seiner Altersklasse M55 und Rang zehn in der Gesamtwertung der Männer.

Abschließend stand der 48-Stunden-Spendenlauf „Borne to Run“ in Unna zugunsten des Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst im Kreis an. Neben 48 Stunden wurde auch noch über 24, 12, 6 und 3 Stunden auf einer 1,95 Kilometer langen Runde gelaufen. Unter den 270 Startern waren auch die Lauffreunde Jan-Philipp Struck – gleichzeitig Organisator der Veranstaltung –, Nadine Bielezki, Jennifer Kneer, Katharina Krähling, Daniel Werner und Thorsten Buchholz dabei. Struck schaffte über 48 Stunden insgesamt 69 Runden und 134,34 Kilometer. WA