

Duo
die
Sille“

er und Lukas
ter zurück.

er dem Start zeigte
Duo begeistert von
val-Atmosphäre ent-
strecke.

2:56 Uhr fiel am
mittag der Start-
i besten Bedingun-
rück Nlössner durfte
Runde für das Team
nehmen und wech-
h 45 Minuten auf
Auch der Unnaer
schnell zurecht auf
anspruchsvollen Kurs
tzen-geschwindigkeit
knapp 100 Stunden-
n und steilen An-

Abendstunden galt
ie Teilnehmer die
chtung zu montie-
Dunkelheit über die
ke zu fahren hatte
besonderes Flair, die
rückte dabei in
grund.
erständener Nacht-
e ein Gewitter da-
ie mitgebrachten
en zum Einsatz ka-
ch auch diese
zeiten konnten von
ckhoff gemeistert
Die letzte Runde
ie beiden Triathle-
sonntagmittag zu-
n und führen
erschöpft, aber
nach 24 Stunden
ellinie und freuten
1 absolvierte Run-
amt 546 Kilome-

er beendet
ültig
ndtrainer

en mich gerne wei-
anderer Funktion
, so Rafalski.
iel ist es aber, in
wieder als Jugend-
einen Verein in
n tätig zu werden.
der Vergangenheit
den SVF Herrin-
Jugendtrainer und
ainer tätig. Das ist
zweimal Jahre her, hat
einen Riesenspaß
so Rafalski zu sel-
ftsplänen. Elne er-
ckkehr ins Tor
r 41-jährige kate-
hold

ener
aften

öffnet.

Im Buchungs-
point finden Inter-
alle Infos rund
eter.
onatoren der ver-
Tennisvereine
kamen und TV
bergmann möch-
drücklich bei den



Stolzer Ausrichter: Die Lauffreunde Bönen beteiligten sich mit einer 12-Stunden-Staffel am Ultralauf rundum den Förderturm in Bönen. FOTO LSF

Kilometerfresser im Stundentakt

Leichtathletik: Am Förderturm in Bönen gab es wieder ein Ultralauf-Event. Im Stundentakt mussten die Starter Kilometer abreißen. Ein Franzose war dabei der große Dominator.

Bönen

Am vergangenen Samstag fand zum fünften Mal das Ultralaufevent der Lauffreunde Bönen statt. Zu diesem besonderen Jubiläum gab es neben dem traditionellen Sechs-Stunden-Lauf auch die neuen Distanzen über neun und zwölf Stunden, eine Initiative des im November 2023 verstorbenen Trainers Michael Klein.

Trotz der zusätzlichen Läufe blieb die Nachfrage hoch: Während der Sechs-Stunden-Lauf schnell ausgebucht war, blieben bei den längeren Distanzen noch Startplätze frei. Insgesamt verzeichneten die Lauffreunde 198 Voranmeldungen und Nachmeldungen, wovon letztlich 157 Läufer an den Start gingen.

Thorsten Buchholz, Laufwart der Lauffreunde Bönen, kommentierte die Diskrepanz zwischen Voranmeldungen und tatsächlichen Teilnehmern: „Eine Quote von etwa zehn Prozent Differenz zwischen Voranmeldern und Teilnehmern ist normal, da oft unvorhergesehene Ereignisse eine Rolle spielen. Warum in diesem Jahr rund 40 Voranmelder nicht gestartet sind, bleibt Spekulation.“

Bereits um 6 Uhr wurden die Teilnehmer mit einem Frühstücksbüfett zur Startnummernausgabe begrüßt. Um 8 Uhr gab der Vorsitzen-

de Joachim von Glahn den Startschuss und schickte die Läufer auf die 1,34 Kilometer lange Strecke rund um den Förderturm. Die Organisation des Events war besonders anspruchsvoll, doch die zahlreichen Helferteams sorgten für einen reibungslosen Ablauf und eine beeindruckende Veranstaltung für Extrem-sportler und Zuschauer. Joachim von Glahn betonte: „Die gesamte Organisation hat hervorragend funktioniert. Das positive Feedback der Teilnehmer spricht für sich. Ohne die vielen helfenden Hände und die großzügigen Spenden unserer Sponsoren wäre das nicht möglich gewesen.“ Birte Gillmann er-

gänzte: „Von Läufer für Läufer.“

Um 14 Uhr ertönte die Sirene zum Ende des Sechs-Stunden-Laufs. Bei den Frauen wiederholte Janine Moritz, ein ehemaliges Mitglied der Lauffreunde Bönen, ihren Vorjahreserfolg und sicherte sich mit 61,092 Kilometer den Gesamtsieg. Sabine Schröder belegte mit 58,330 Kilometer den zweiten Platz, knapp gefolgt von Melanie Hübschen mit 58,141 Kilometer. Bei den Männern nutzte Thomas Kuhl seinen Heimvorteil und gewann mit 67,219 Kilometer. Jens Ruthe wurde Zweiter mit 65,940 Kilometer und Andreas Pluta erreichte mit 59,739 Kilometern den dritten Platz.

Um 17:00 Uhr endete der Neun-Stunden-Lauf. Irina Meyer gewann bei den Frauen mit 62,034 Kilometern, gefolgt von Melanie Marten mit 59,508 Kilometer und Carina Fast mit 56,427 Kilometern.



Der Franzose Ray Qi (M.) spulte in neun Stunden über 94 Kilometer in Bönen ab. FOTO LFB

Der Sieger bei den Männern, Ray Qi, reiste extra aus Frankreich an und legte beeindruckende 94,053 Kilometer zurück, 12 Runden mehr als der Zweitplatzierte Stefan Fischer mit 78,874 Kilometer. Heinrich Dreier, der in der Altersklasse M70 läuft, belegte mit 64,320 Kilometer den dritten Platz und ließ viele jüngere Teilnehmer hinter sich.

Der 12-Stunden-Lauf endete um 20 Uhr. Bei den Frauen siegte Janne Lehmann mit 102,844 Kilometern, gefolgt von Kerstin Conrad mit 99,448 Kilometern und DoREEN Wolter-Gebhardt von den LSF Unna 2000 aus unmittelbarer Nachbarschaft mit 91,555 Kilometern. Enrico Käseberg gewann bei den Männern mit 121,940 Kilometern, Michael Hilzinger folgte mit 119,364 Kilometern und Zlatan Allhodiz vom VfL Bochum belegte mit 108,419 Kilometern den dritten Platz.

Neben der gesamten Organisation des Laufs organisierten die Lauffreunde zu Ehren des verstorbenen Michael Klein eine 12-Stunden-Staffel. Dabei trugen sie das Maskottchen von Michael, den „Grobi“ aus der Sesamstraße, über die gesamte Strecke. Die Staffel erreichte beeindruckende 105 Kilometer und setzte somit ein emotionales Zeichen für die Lauffreunde Bönen. Für die Lauffreunde Bönen endete ein ereignisreicher und emotionaler Tag. Die Anmeldung für das kommende Jahr wird Anfang der Woche auf der Homepage www.lauffreundeboenen.de eröffnet.

RWU siegt trotz schwerer Beine

Fußball: Mit 7:1 besiegt der Kreisligist den klassenhöheren FC Hellas Hagen.

Von Christoph Golambek

Unna. Beide Teams gingen mit etlichen Ausfällen in diesen Test. Diese Ausfälle

Die Hausherrn erwischten einen Start nach Maß. Schon nach zwei gespielten Minuten traf Mansour Yousofi zur

„Trotz des deutlichen Sieges, haben wir aber auch heute wieder viele unnötige Fehler in unserem Spiel gehabt. Das

hoch. „Das war die sechste Einheit in sieben Tagen und zugleich auch das dritte Spiel in dieser Zeit. Die Beine wa-

Dritt
Sieg
dritten

Handball: K
gegen Soe

Von Harald Jans
Königsborn. Au
Vorbereitungsspi
neue Saison 20
gen die Handba
Regionalligiste
bormer SV mit
Sieg vom Platz.

Tests

Königsborn
Soester TV

Gegner der U
war der Oberlig
der lediglich in
minuten bis zu
halten konnte
hatte bis zu
punkt Königsbo
nige „Hün
ausgelassen. D
in der Folge
schraubte das
zur Pause auf

„Bis auf fü
Anfang der zw
hat mir das
len“, sagte K

ner Jan Hack

schluss. Und
KSV verschlie
nuten im
gen. Ein G
Soest auf 15
Königsborn
zentrierter
Tor davon.
zweite Wel
spielt“, restl
über 25:15
ließ es am
deutlich 57:2
Regionallig

Jona Krollm
erzielt elf T

Insgesamt
bei auch
überzeugen
te eins jezt
starke elf P
ne Stehfes
Durchgang
gen. Und
Rückraum
Krollmann
guter Form
es etwas
dann war
wertung.

fenen Te
schlussgu
ausaufal

„Das ist
Zeitpunkt
noch ok
muss no
Doch ins
te okay“
KSV: Stehf
renz (5), H
(11), Albre
Sattler (4).

VfL
Ligak

Königs

beim
Königsbo
ball Be
der sel
den Ga
1:6 ve
heutige
Uhr in
auf de
tenten
am