

Bönener Frauen schnell unterwegs

LEICHTATHLETIK Beim Herbstlauf in Bottrop – Zwei Starts für Willingmann

Bönen – Fünf Frauen der Lauf Freunde Bönen starteten beim 51. RWW Herbstwaldlauf in Bottrop über die 25 Kilometer. Derweil reichte Todt G. Willingmann eine Herausforderung nicht: Nach dem 8. Martinslauf in Paderborn absolvierte er auch noch den 23. Steverlauf in Senden.

Manuela Lassahn, Rebecca Vieregge, Birte Gillmann, Simone Kopietz und Monika Stura-Metzen gingen in Bottrop auf die anspruchsvolle Strecke, die über 2x12,5 Kilometer durch den Herbstwald führte. Bei perfekten Bedingungen – trocken, leicht bedeckt und etwa 10 Grad – ging es durch abwechslungsreiches Gelände, das einige Steigungen und unebene Abschnitte bereithielt.

Lassahn legte ein starkes Tempo vor und erreichte das Ziel in einer guten Zeit (2:30,25 Stunden). Stura-Metzen und Kopietz meisterten die Strecke



Das Bönener Frauen-Quintett war beim Herbstwaldlauf in Bottrop gut unterwegs. GILLMANN

trotz eines Sturzes von Stura-Metzen, die sich davon nicht entmutigen ließ. Vieregge und Gillmann hatten mit eigenen Herausforderungen zu kämpfen, wobei Gillmann mit Übelkeit und niedrigem Energielevel kämpfte, sich jedoch bis ins Ziel durchbiss – aufgeben kam nicht in Frage.

Das Fazit der Läuferinnen fiel nicht nur wegen der guten

Platzierungen rundum positiv aus: Die Veranstaltung war liebevoll organisiert, die Streckenposten sorgten für Motivation auf den letzten Kilometern und auch die gute Verpflegung und die familiäre Atmosphäre machten den Herbstwaldlauf zum Saison-Höhepunkt.

Todt G. Willingmann nahm zum zweiten Mal am Steverlauf in Senden teil. Der Tag ver-

lief anders als geplant: Nach einer späten Rückkehr vom Herbstlauf in Paderborn und einer morgendlichen Gartenaktion startete er erschöpft und bei kühlen 9 Grad.

Das trübe Wetter forderte ihn und die Konkurrenz zusätzlich heraus. „Ich musste schneller laufen, um nicht zu frieren,“ erzählte Willingmann, der sich nach den ersten beiden Runden müde fühlte, aber auf den letzten 2,4 Kilometern noch einmal alles geben konnte.

Mit sicherem Abstand zur Konkurrenz beendete er den Lauf und freute sich über einen erneuten Sieg in seiner Altersklasse. Die Veranstalter verkündeten zuvor einen neuen Anmelde-Rekord – doch am Ende kamen nur 69 Läufer ins Ziel, was wohl den kühlen und grauen Bedingungen geschuldet war.

Zum 8. Mal lud zuvor der SC

Grün-Weiß Paderborn zum Martinslauf ein – ein abendliches Event, das durch die stimmungsvoll beleuchtete Paderborner Innenstadt führte. Willingmann trotzte den Herausforderungen wie Dunkelheit, Kopfsteinpflaster und Überwindungen anderer Läufer auf dem kleinen Rundkurs, hielt sein Tempo und gewann die Wertung in seiner Altersklasse mit einem Endspurt. Ein gelungenes Event für den Bönener, das neben der sportlichen Herausforderung auch ein optisches Erlebnis bot. WA

Statistik

Bottrop, 25 km: 29. Frauen (4. W35) Manuela Lassahn 2:30,25 Stunden; 56. (7. W50) Simone Kopietz 3:06,11; 60. (3. W65) Monika Stura-Metzen 3:07,08; 61. (7. W35) Rebecca Vieregge 3:11,47; 63. (6. W45) Birte Gillmann 3:15,39

Senden, 10 km: 11. Männer (1. M55) Todt G. Willingmann 42:07 Minuten

Paderborn, 10 km: 42. (1. M55) Todt G. Willingmann 42:49