

Premiere, Wind und Gänsehaut

LEICHTATHLETIK Lauffreunde-Premieren beim Frankfurt-Marathon / Willingmann gewinnt LAC-Serie

Bönen – Zum ersten Mal in seiner 42-jährigen Geschichte war der Frankfurter Marathon ausgebucht. Damit verzeichnet die Veranstaltung eine Rekordbeteiligung: Rund 17 000 Läuferinnen und Läufer hatten einen der begehrten Plätze ergattert und standen an der Startlinie vor der Messe – darunter Simone Kopietz, Rebecca Vieregge und Manuela Lassahn von den Lauffreunden Bönen. Als der Äthiopier Belay Ziku Asfaw 2:06:16 Stunden später Blumenstrauß und Siegerplakette erhielt, war das Böener Trio noch nicht bei der Hälfte der Strecke angekommen. Der guten Stimmung – unterstützt von Monika Stura-Metzen und Birte Gillmann, die sich als lautstarker Support unter tausende Zuschauer an der Strecke gemischt hatten – tat das keinen Abbruch.

Für Kopietz und Vieregge war es der erste Marathon überhaupt. Sie erwarteten angenehme Temperaturen und klare Luft – perfektes Marathonwetter, wäre da nicht der hartnäckige Wind gewesen, der besonders auf offenen Abschnitten Gegenwehr verlangte.

Rebecca Vieregge strahlte sich ab km 30 regelrecht ins Ziel – ihre Euphorie trug das Team und steckte an. Eine starke Premiere, bei der sie nach 5:39:30 Std. das Ziel erreichte (Platz 2746 Frauen, Platz 329 W40). Simone Kopietz lag bis zur Hälfte der Strecke im Plan; dann



Marathon unterm Messeturm: Manuela Lassahn (von links), Simone Kopietz und Rebecca Vieregge starteten in Frankfurt.

machten Magenprobleme den zweiten Abschnitt zäh. Mit Biss und Köpfchen brachte sie ihren ersten Marathon solide und zufrieden ins Ziel (5:00:18 Std., Platz 2487 Frauen, Platz 205 W50). Manuela Lassahn kämpfte – wie schon in Berlin – erneut mit Seitenstechen, finishte die 42,195 km aber einmal mehr souverän (4:52:49 Std., Platz 2366 Frauen, Platz 328 W35).

Teamspirit pur: Stura-Metzen und Gillmann trafen das Duo-Trio immer wieder „an den richtigen Stellen“ – Anfeuern,

Flaschen reichen, Lächeln schenken. Genau das, was Marathonmagie ausmacht.

Parallel zum Frankfurt-Marathon waren Todt G. Willingmann und Jonas Behrend beim 43. Oeventrop Volks- und Straßenlauf in Arnsberg und im Stadionlauf in Arnsberg zum Ziel. Die 10 Kilometer zu absolvieren. Bei 3 bis 4 Grad, Regen und leichtem Wind. Der Veranstalter hatte die Streckenführung kurzfristig geändert; heraus kam ein anspruchsvolles Profil mit rund 160 Höhenmetern.

Die Strecke: Zwei Stadionrunden, dann etwa 1 Kilometer Straße, gefolgt von einem 1,5-km-Anstieg bis zum Wendepunkt – zurück ins Stadion, zweite Runde nahezu identisch. Untergrund überwiegend Straße, stellenweise grober, feuchter Belag; rutschig war es nicht, aber kräftezehrend.

Behrend kannte den Lauf, nicht jedoch den neuen Kurs. Er hielt sich im ersten Bergabschnitt zurück, musste am langen Anstieg Tempo rausnehmen, fand bergab wieder



Todt G. Willingmann (links) und Jonas Behrend starteten in Arnsberg.

Rhythmus und lieferte sich auf der Schlussrunde ein spannendes Duell – Zielsprint knapp verpasst, aber zufrieden. Seine Zeit: 42:35 Min. (Platz 10 Gesamt, Platz 4 M). Sein Fazit: „Sehr fordernd, aber gute Erfahrung – die Vorjahresstrecke gefiel vielen besser.“

Für Willingmann war der Plan klar: Aufgrund von körperlichen Problemen hieß es ankommen und die LAC-Serie final bestätigen. Bergauf zunächst solide, später kurze Gassen, bergab wieder stabil

– am Ende presste er die Zeit noch in den 47er-Bereich (47:52 Min., Platz 22 Gesamt, Platz 1 M60). Der Altersklassen-Gesamtsieger der LAC-Serie war fix; die Siegerehrung am 12. Dezember muss er auslassen – er startet bei einem Höhenmeter-Halbmarathon in Belgien.

Einen Tag vor Oeventrop stand Todt G. Willingmann beim 5. Nordwalder Laufspektakel über 10 km an der Startlinie, die er in 44:32 Min. absolvierte (Platz 27 der Männer, Platz 1M60).