

Zwei Altersklassensiege

LEICHTATHLETIK Lauffreunde starten beim Maxilauf in Hamm

Hamm – 17 Lauffreunde, vier Distanzen, zwei Altersklassensiege, eine persönliche Bestzeit über 5 km – der 7. Maxilauf Hamm 2026 war für die Lauffreunde Bönen ein voller Erfolg. Die Strecken durch Hamm, die familiäre Atmosphäre, die perfekte Organisation und das gnädige Wetter machten die Veranstaltung zu einem unvergesslichen Lauftag.

Gleich acht Lauffreunde gingen über die Halbmarathon-Distanz an den Start. Joana Flanse war mit 1:56:35 Stunden die schnellste Lauffreundin beim Halbmarathon und insgesamt die drittschnellste der acht Lauffreunde auf dieser Distanz – eine bemerkenswerte Leistung, denn ihr Start kam nur elf Tage nach der Tortour de Ruhr, bei dem sie an dem 100-km-Bambinilauf teilgenommen hat.

Sabine und Thomas Pinger hatten beide nach krankheitsbedingtem Trainingsrückstand dasselbe klare Ziel: die Halbmarathon-Distanz unter zwei Stunden zu finishen. Mit 1:58:33 erreichte Sabine Pinger nicht nur ihr Ziel, sondern krönte die Leistung mit dem Sieg in ihrer Altersklasse.

Todd G. Willingmann stand vor einer besonderen Herausforderung: Nur vier Tage nach dem Halbmarathon in Utrecht wieder an der Startlinie zu stehen, war eine bewusste Entscheidung, die er bereits Mona-



Zwei Altersklassensiege und eine persönliche Bestzeit gab es für die Lauffreunde in Hamm.

te zuvor getroffen hatte. Geplant war ein ruhiger Lauf mit einer Zielzeit von unter 1:45. Was folgte, übertraf die Erwartungen: Er war am Ende über 2:30 Minuten schneller als noch in Utrecht – und das, obwohl die Beine die Vorbelastung durchaus spürten. Belohnt wurde er mit dem Sieg in seiner Altersklasse.

Thorsten Buchholz hatte seinerseits ebenfalls keine leichten Beine im Gepäck: Gerade mal fünf Tage nach den knapp 21 Kilometern bei der 1. Etappe von 100 km Rund um Dortmund ging es direkt weiter nach Hamm. Die Oberschenkel meldeten sich pflichtgemäß ab

Kilometer 15 zu Wort, aber er brachte den Halbmarathon in 2:18 ins Ziel. Katharina Krähling nutzte den Halbmarathon als lockeren Trainingslauf für den anstehenden Born to Run in Unna.

Über die 10-km-Distanz gingen vier Lauffreunde an den Start. Ingo Hanke bewies einmal mehr seine starke Form und sicherte sich den zweiten Platz in seiner Altersklasse.

Beim 5-km-Lauf starteten ebenfalls vier Lauffreunde – darunter Holger und Chiara Engel, die den Lauf als Formtest nutzten. Beiden gelangen Zeiten nahe ihrer persönlichen Bestleistungen – ein sehr zu-

friedenstellendes Ergebnis.

Tatyana Ganushevich nahm zum ersten Mal am Maxilauf teil – und direkt mit einem Ausrufezeichen. Mit dem klaren Ziel, die fünf Kilometer unter 25 Minuten zu absolvieren, erreichte sie ihr Vorhaben und stellte dabei als Dritte ihrer Altersklasse gleich eine persönliche Bestzeit auf.

Auch der 1-km-Schülerlauf war mit einem Lauffreund besetzt: Julian Vieregge vertrat die Bönener beim Nachwuchslauf – und zeigte, dass der Laufnachwuchs in guten Händen ist. WA

Ergebnisse

Bartmann, Greta; 5km; 23:45 Min.; Platz 5 W; Platz 17 Frauen, **Ganushevich, Tatyana; 5km;** 24:32 Min.; Platz 3 W40; Platz 24 Frauen, **Engel, Chiara; 5km;** 25:08 Min.; Platz 10 W; Platz 29 Frauen, **Lassahn, Manuela; 10km;** 57:02 Min.; Platz 7 W35; Platz 60 Frauen, **Vieregge, Rebecca; 10km;** 1:15:55 Std.; Platz 21 W40; Platz 175 Frauen, **Flanse, Joana; HM;** 01:56:35 Std.; Platz 22 W; Platz 59 Frauen, **Pinger, Sabine; HM;** 01:58:33 Std.; Platz 1 W55; Platz 79 Frauen, **Baur, Barbara; HM;** 02:02:50 Std.; Platz 18 W40; Platz 106 Frauen, **Krähling, Katharina; HM;** 02:18:04 Std.; Platz 27 W40; Platz 188 Frauen, **Vieregge, Julian; 1km;** 06:21 Min.; Platz 11 MK M9; Platz 44 Männer, **Engel, Holger; 5km;** 28:35 Min.; Platz 6 M55; Platz 124 Männer, **Hanke, Ingo; 10km;** 43:10 Min.; Platz 2 M50; Platz 17 Männer, **Bücker, Heiko; 10km;** 59:16 Min.; Platz 9 M55; Platz 149 Männer, **Behrend, Jonas; HM;** 01:29:44 Std.; Platz 8 M; Platz 21 Männer, **Willingmann, Todd G.; HM;** 01:38:02 Std.; Platz 1 M60; Platz 56 Männer, **Pinger, Thomas; HM;** 01:58:33 Std.; Platz 14 M55; Platz 265 Männer, **Buchholz, Thorsten; HM;** 02:18:05 Std.; Platz 42 M45; Platz 395 Männer