

Zum 21. Mai rund um Flierich

LEICHTATHLETIK Am Sonntag wieder

2.1 Klassiker der Lauffreunde Bönen

BÖNEN ■ Für viele Ausdauer-sportlerinnen und -sportler ist der Lauf „Rund um Flierich“ zum Pflichttermin am Jahresanfang geworden. Am kommenden Sonntag geht der Zehn-Kilometer-Straßen- und Volkslauf in seine 21. Auflage. Gemeinsamer Start von Läufern und Walkern ist um 11 Uhr. Die Lauffreunde Bönen, Ausrichter des Laufs, rechnen mit 600 bis 700 Startern. „Die Melde-Ergebnisse der Vorjahre dürften wir nicht erreichen, weil in diesem Jahr unser traditioneller Termin, der zweite Sonntag im Januar, sehr nah an den Silvesterläufen liegt“, sagt Lauffreunde-Vorsitzender Dieter Maletz. Im vergangenen Jahr waren 854 Sportlerinnen und Sportler am Start.

Lauffreunde rechnen mit weniger Teilnehmern

„Rund um Flierich“ ist als offizieller Straßenlauf des Leichtathletikverbandes anerkannt; seine Ergebnisse zählen somit für die Bestenliste. Startberechtigt sind alle Jahrgänge bis 1996. Der Kurs führt von der Ermelingschule in Bramey-Lenningsen über die Friedensstraße zum Haus Mundloh. Von dort geht es über die Sinnerstraße in Richtung Flierich, ein kurzes Stück über die Kamener Straße, weiter über den Schattweg, den Bräkelweg, die Diszelstraße und zurück über die Sinnerstraße. Die Strecke ist für den Verkehr gesperrt, solange die Athleten unterwegs sind. Für Zuschauer ist der Standort Kamener Straße in Flierich ideal, denn dort kommt das Feld zwei Mal vorbei.

Mit dem Start der Vorjah-

ressieger Ansgar Varnhagen, Dortmund, und Grudrun Rodloff, Hamm, rechnen die Lauffreunde fest. Maletz: „Wir hoffen, dass sie ihren Titel verteidigen wollen. Aber gemeldet haben sie noch nicht.“ Beide zeigen sich zur Zeit in guter Form. Varnhagen gewann in 47:13 Min. den 15-km-Silvesterlauf von Werl nach Soest, Rodloff belegte dort in 59:52 Min. Platz drei bei den Frauen. Bereits gemeldet hat Roland Steinmetz, der den Bönener Lauf 2003 und 2004 gewann und im vergangenen Jahr Dritter wurde. Auch Elke Saalbach, Siegerin der Jahre 2001 und 2003, geht an den Start.

Im Ziel erwartet die Teilnehmer wie gewohnt der wärmende Tee der Lauffreunde und ein Los für die gut ausgestattete Tombola. In der Pausenhalle der Ermelingschule gibt es den Stempel für die Hellweg-Laufserie 2005/2006. Auch diesmal kümmern sich die Lauffreunde wieder um die Rundumversorgung ihrer Gäste. Getränke, Würstchen und Erbsensuppe stehen für Aktive wie Zuschauer zur Verfügung. Cornelia Fleßenkämper, stellvertretende Vorsitzende der Lauffreunde: „Wir präsentieren wieder unsere schon fast legendäre Kuchen-theke. Hier haben wir einen Ruf zu verteidigen.“

Voranmeldungen nehmen die Lauffreunde Bönen noch bis Donnerstag entgegen. Möglich sind sie auf der Internet-Seite www.lauffreunde-boenen.de. Anmeldungen sind auch am Sonntag bis 30 Minuten vor dem Start möglich. ■ WA

www.lauffreunde-boenen.de

In Flierich geht es wieder rund

LAUFSPORT LF Bönen laden ein 2.1

Von Michael Friehs

BÖNEN ■ Und weiter geht's: Die Lauffreunde Bönen setzen am Sonntag mit ihrem „Lauf rund um Flierich“ die 8. Hellweg Serie fort.

10 Kilometer haben die Läufer und Walker dabei zu bewältigen. Los geht es für beide Gruppen um 11 Uhr. Ausgeschrieben ist die Veranstaltung für Schülerinnen und Schüler A, B und C, Jugend A und B, Frauen und Männer, Seniorinnen und Senioren (alle Altersklassen). Das Startgeld beträgt 5 Euro für Erwachsene, für Jugendliche 1 Euro, Schülerinnen und Schüler 3 Euro und ein Euro wird als Nachmeldegebühr erhoben.

Voranmeldungen werden noch bis zum 5. Januar entgegen genommen und zwar: telefonisch von Ingrid Tessak unter 02383-8100 oder schriftlich von Jürgen Korin, Platanenallee 18a in 9425 Unna. Nachmeldung am Veranstaltungstag sind bis 10.30 Uhr möglich. Aber:



Die Helfer der Lauffreunde haben alle Hände voll zu tun.

Voranmelden lohnt sich: StarterInnen sparen nicht nur die Nachmeldegebühr. Unter allen Voranmeldungen verlosen die LF Bönen 10 Gutscheine a 25 Euro und 2 Gutscheine a 75 Euro der Fa. Runners Point in Hamm. Weitere Infos im Internet unter: info@lauffreundeboenen.de

Bei der Hellweg Serie gibt es bekanntlich bei der Abschlussveranstaltung für all diejenigen, die sechs Stempel auf der Laufkarte gesammelt haben, wertvolle Preise zu gewinnen.



10 Kilometer haben die Teilnehmer beim Lauf rund um Flierich zu bewältigen. Die Lauffreunde Bönen rechnen am Sonntag mit rund 700 Startern. ■ Foto: Archiv

Lauffreunde Bönen stellen sich auf 700 Teilnehmer ein ^{3.1.}

LAUFSPORT 21. Auflage des Laufs „Rund um Flierich“ gehört für viele Ausdauerathleten zum Pflichtprogramm

BÖNEN ■ Für viele Ausdauer-sportlerinnen und -sportler ist der Lauf „Rund um Flierich“ zum Pflichttermin am Jahresanfang geworden. Am Sonntag geht der 10-km-Straßen- und Volkslauf in seine 21. Auflage, ergänzt durch ein Angebot für leistungsorientierte Walkerinnen und Walker, die ebenfalls 10 km zurücklegen. Der gemeinsame Start ist um 11 Uhr.

Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauffreunde Bönen: „Wir stellen uns wieder auf 600 bis 700 Starterinnen und Starter ein. Aber da in diesem Jahr unser traditioneller Termin, der zweite Sonntag im Januar, sehr nah an den Silvesterläufen liegt, dürften wir die Vorjahresmeldeergebnisse kaum erreichen.“

Die Veranstaltung, die auch als offizieller Straßenlauf des Leichtathletikverbandes anerkannt und somit bestenfalls tauglich ist, spricht die unterschiedlichsten Altersklassen an. Startberechtigt sind alle Jahrgänge bis 1996. Der Kurs ist amt-

lich vermessen und kilometriert. Er führt von der Ermelingschule in Bramey-Lenningsen über die Friedensstraße zum Haus Mundloh. Von dort geht es über die Sinnerstraße Richtung Flierich, ein kurzes Stück über die Kamener Straße, weiter über den Schattweg, den Bräkelweg, die Disselstraße und zurück über die Sinnerstraße.

Die Strecke ist während des Durchlaufes für den Verkehr kurzfristig gesperrt. Für Zuschauer ist unter anderem der Standort Kamener Straße in Flierich ideal, denn hier kommt das Feld zwei Mal vorbei.

Mit dem Start der Vorjahressieger Ansgar Varnhagen, Dortmund, und Grudrun Rodlof, Hamm, rechnen die

Lauffreunde fest. Maletz: „Wir hoffen, dass sie ihren Titel verteidigen wollen. Aber gemeldet haben sie noch nicht.“ Beide zeigen sich zur Zeit in guter Form. Varnhagen gewann in 47:13 Min. den 15-km-Silvesterlauf von Werl nach Soest, Rodlof belegte bei der gleichen Veranstaltung mit 59:52 Min. Platz 3 in der Frauenwertung.

Gemeldet hat bereits Roland Steinmetz, der den Bönener Lauf 2003 und 2004 gewann und im letzten Jahr Dritter wurde. Auch Elke Saalbach, Siegerin der Jahre 2001 und 2003, geht an den Start. Jürgen Korvin ergänzt: „Noch im alten Jahr lagen uns ca. 80 Voranmeldungen vor. Und wir merken, dass die Zugriffe auf unsere Inter-

netseiten merklich zunehmen.“

Im Ziel erwartet die Teilnehmer wie gewohnt der wärmende Tee der Lauffreunde und ein Los für die gut ausgestattete Tombola. Und in der Pausenhalle der Ermelingschule gibt es an einem besonderen Stand den von den Läuferinnen und Läufern aus dem Kreis Unna begehrten Stempel für die Hellwegserie 2005/2006.

Voranmeldungen für den Lauf nehmen die Lauffreunde noch bis Donnerstag entgegen. Jürgen Korvin: „Am einfachsten ist eine Online-Anmeldung unter www.lauffreunde-boenen.de.“ Ebenfalls online gibt es nach der Veranstaltung die Teilnehmerurkunde. Andreas Püttmann, der diesen Service für die Lauffreunde eingerichtet hat: „Wir gleichen nach dem Lauf die Ergebnisliste ab und bereiten sie entsprechend auf. Am Montag Abend stehen die Urkunden dann zum Ausdruck bereit.“

Anmelden kann man sich auch noch am Veranstaltungstag bis 30 Minuten vor dem Start. Weitere Infos gibt's im Internet.

Die Hellweg-Serie

In diesem Jahr gehören „nur“ neun Läufe zur Hellweg Serie, da der TV Mühlhausen seinen Stundenlauf nicht ausrichtet. Um an der Abschlusstombola am 28. Oktober teilnehmen zu dürfen, benötigen Erwachsene

sechs - Jugendlichen bis 15 Jahren reichen schon vier - erfolgreiche Teilnahmen, die auf einer Laufkarte dokumentiert werden. Laufkarten gibt es bei den jeweiligen Ausrichtern und der Sportredaktion unserer Zeitung.

21. Lauf „Rund um Flierich“ eine 10-km-Strecke - Startschuss am kommenden Sonntag um 11 Uhr

Maletz: „Stellen uns wieder auf 600 bis 700 Aktive ein“

Für viele Ausdauersportlerinnen und -sportler ist der Lauf „Rund um Flierich“ inzwischen zu einem Pflichttermin am Jahresanfang geworden. Am kommenden Sonntag, 8. Januar, geht der 10-km-Straßen- und Volkslauf in seine 21. Auflage, ergänzt durch ein Angebot für leistungsorientierte Walkerinnen und Walker, die ebenfalls 10 km zurücklegen. Der gemeinsame Start erfolgt um 11 Uhr

Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauffreunde Bönen: „Wir stellen uns wieder auf 600 bis 700 Starterinnen und Starter ein. Aber da in diesem Jahr unser traditioneller Termin, der zweite Sonntag im Januar, sehr nah an den Silvesterläufen liegt, dürften wir die Vorjahresmeldeergebnisse kaum erreichen.“

Die Veranstaltung, die als offizieller Straßenlauf des Leichtathletikverbandes anerkannt und somit bestenlistenfähig ist, spricht die unterschiedlichsten Altersklassen an. Startberechtigt sind alle Jahrgänge bis 1996. Der Kurs ist amtlich vermessen und kilometriert. Er führt von der Ermelingschule in Bra-

me-Lenningsen über die Friedensstraße zum Haus Mundloh. Von dort geht es über die Sinnerstraße Richtung Flierich, ein kurzes Stück über die Kamener Straße, weiter über den Schattweg, den Bräkelweg, die Disselstraße und zurück über die Sinnerstraße. Die Strecke ist während des Durchlaufes für den Verkehr kurzfristig gesperrt. Für Zuschauer ist unter anderem die Kamener Straße in Flierich als Standort ideal. Denn hier kommt das Feld zweimal vorbei.

Online-Anmeldung am einfachsten

Mit dem Start der Vorjahressieger Ansgar Varnhagen, Dortmund, und Gudrun Rodloff, Hamm, rechnen die Lauffreunde fest. Dazu Maletz: „Wir hoffen, dass sie ihren Titel verteidigen wollen. Aber gemeldet haben sie noch nicht.“ Beide zeigen sich zur Zeit in guter Form. Varnhagen gewann in 47:13 Min. den 15-km-Silvesterlauf von Werl nach Soest (wie berichtet), Rodloff belegte bei derse-



Die Sieger aus dem Vorjahr: Gudrun Rodloff aus Hamm und Ansgar Varnhagen aus Dortmund. Noch ist nicht sicher, ob beide erneut beim Lauf „Rund um Flierich“ starten werden. (Bild: SK)

ben Veranstaltung mit 59:52 Minuten Platz 3 in der Frauenwertung.

Gemeldet hat bereits Roland Steinmetz, der den Bönener Lauf 2003 und 2004 gewann und im letzten Jahr Dritter wurde. Auch Elke Saalbach, Siegerin der Jahre 2001 und 2003, geht an den Start. Jürgen Korvin, Bönens Pressechef, ergänzt: „Im alten Jahr

lagen circa 80 Voranmeldungen vor. Wir merken, dass die Zugriffe auf unsere Internetseiten merklich zunehmen.“

Voranmeldungen für den Lauf nehmen die Lauffreunde noch bis Donnerstag dieser Woche entgegen. Dazu Korvin: „Die Anmeldung unter www.lauffreunde-boenen.de ist am einfachsten.“ Ebenfalls online gibt es nach der Veran-

staltung die Teilnehmerurkunde. Andreas Püttmann, der diesen Service für die Lauffreunde eingerichtet hat: „Wir gleichen nach dem Lauf die Ergebnisliste ab und bereiten sie auf. Am Montag Abend stehen die Urkunden dann zum Ausdruck bereit.“

Anmelden können sich die Aktiven bis 30 Minuten vor dem Startschuss.

4.7

Voranmeldungen: Rekord aus Vorjahr knapp verfehlt



Ihr Name fehlt noch bei den Voranmeldungen: Vorjahressiegerin Grudrun Rodloff.

Leichtathletik: 618 Voranmeldungen lagen den Lauf- und Walkerfreunden für den 21. Lauf „Rund um Flierich“ bis Freitagmorgen vor, davon 121 für das Walken. „Damit haben wir das Vormelde-Rekordergebnis des Vorjahres nur knapp verfehlt“, kommentiert Jürgen Korvin diese Zahl. „Der Vorjahressieger Ansgar Varnhagen ist noch nicht dabei, ebenso nicht die schnellste Frau des Jahres 2005 Grudrun Rodloff von LG Hamm. Gemeldet hat jedoch Roland Steinmetz aus Bochum, der den Lauf 2003 und 2004 gewonnen hat. Und mit Anja Großkreutz vom Marathonclub Menden und Elke Saalbach von LG Olympia Dortmund sind Frauen am Start, die in den letzten Jahren ganz vorne mitliefen“, ergänzt er.

Mit 66 Starterinnen und 11 Walkern stellen die Laufsportfreunde Unna die größte Teilnehmergruppe. Die größte Walking-Gruppe kommt jedoch von der TG Holzwickede mit 21 Personen.

Der Startschuss fällt am morgigen Sonntag um 11 Uhr an der Ermelingschule in Bönen-Lenningsen. Läufer und Walker gehen gemeinsam auf die Strecke. Nachmeldungen sind an Ort und Stelle noch bis 10.30 Uhr möglich.

Die bisher größte Teilnehmerzahl gab es beim Lauf im Jahre 2004. Die Ergebnisliste wies 759 Läufer und 119 Walker aus. Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauf- und Walkerfreunde: „Ob wir diese Zahl toppen werden, bleibt abzuwarten. Aber wir stoßen an unsere organisatorischen Grenzen. Ich hoffe, dass unser eingespieltes Team auch in diesem Jahr alles im Griff hat.“

WAZ
Mittwoch, 4. Januar 2006

„Rund um Flierich“ Lauffreunde laden zum Klassiker ein

Bönen. (-hoff) Der Zehn-Kilometer-Straßen und Volkslauf „Rund um Flierich“ geht am Sonntag, 8. Januar, in seine 21. Auflage (wir berichteten). Läufer und Walker starten gemeinsam um 11 Uhr an der Ermelingschule in Lenningsen. Ausrichter der Veranstaltung sind die Lauffreunde Bönen. Der Kurs führt wieder von der Ermeling-Grundschule über die Friedensstraße bis zum Haus Mundloh. Von dort weiter über die Sinnerstraße Richtung Flierich, über die Kamener Straße, Schattweg, Bräkelweg, Dieselstraße und zurück über die Sinnerstraße.

Die Offiziellen der Lauffreunde unter der Führung von Dieter Maletz kümmern sich erneut um die Rundumversorgung der Teilnehmer und Gäste. Im Ziel erwartet die sicherlich wieder zahlreichen Athleten - im letzten Jahr waren es mehr als 850 - wärmender Tee und ein Los für die bestimmt wieder gut ausgestattete Tombola. Getränke, Würstchen und Erbsensuppe werden für Fans und Aktive gleichermaßen zur Verfügung stehen. Legendar ist auch die Kuchentheke der Bönener. Weitere Infos sind erhältlich unter www.lauffreunde-boenen.de



Langer Schritt, breites Lächeln – morgen findet zum 21. Mal „Rund um Flierich“ statt. ■ Foto: Liesegang

Wieder großer Zuspruch

LEICHTATHLETIK Morgen 21. Auflage von „Rund um Flierich“
Bis gestern lagen Lauffreunde Bönen 618 Anmeldungen vor

BÖNEN ■ Auch die 21. Auflage des großen Straßen- und Volkslaufs „Rund um Flierich“ erfreut sich großer Beliebtheit. Bis gestern Morgen lagen Ausrichter Lauffreunde Bönen 618 Voranmeldungen vor, darunter 121 für das Walken. „Damit haben wir das Anmelde-Rekordergebnis nur knapp verfehlt“, sagt Jürgen Korvin von den Lauffreunden.

Nicht unter den 497 Läuferinnen und Läufern sind bislang die beiden Vorjahressieger Ansgar Varnhagen (LG Olympia Dortmund) und Gudrun Rodloff (LG Hamm). Gemeldet hat dagegen Roland Steinmetz (Bochum), der den Lauf 2003 und 2004 gewann. „Und mit Anja Großkreutz (Marathonclub Menden) und Elke Saalbach (LGO Dortmund) sind Frauen am Start,

die in den letzten Jahren vorne mitliefen“, sagt Korvin.

Mit 66 Starterinnen und Startern, davon elf Walker, stellen die Lauf-Sport-Freunde-2000 aus Unna die größte Teilnehmergruppe. Die größte Walking-Gruppe kommt von der TG Holzwickede. Sie ist 21 Personen stark. Nachmeldungen sind an Ort und Stelle noch bis 10.30 Uhr möglich. Startberechtigt sind alle

Die Strecke

Der zehn Kilometer lange Kurs führt die Athleten von der Ermelingschule in Lenningsen über die Friedensstraße zum Haus Mundloh. Von dort aus geht es über die Sinnerstraße in Richtung Flierich, ein kurzes Stück über die Kamener Straße, weiter über den

Schattweg, den Bräkelweg, die Disselstraße und zurück über die Sinnerstraße. Die Strecke ist für den Verkehr gesperrt, solange die Athleten unterwegs sind. Für Zuschauer ist der Standort Kamener Straße in Flierich ideal; dort kommt das Feld zweimal vorbei.

Jahrgänge bis 1996. Der Startschuss fällt am morgigen Sonntag um 11 Uhr an der Ermelingschule in Lenningsen. Läufer und Walker gehen gemeinsam auf die Strecke.

Die bisher größte Teilnehmerzahl gab es beim Lauf im Jahre 2004. Seinerzeit wies die Ergebnisliste 759 Läufer und 119 Walker aus. Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauffreunde: „Ob wir diese

Zahl toppen werden, bleibt abzuwarten.“ Organisatorisch stoße der Klub an seine Grenzen. Bislang brachten die Bönen Lauffreunde den Volkslauf stets gut über die Bühne.

Die Strecke ist amtlich vermessene zehn Kilometer lang. Die Ergebnisse von „Rund um Flierich“ zählen für die Bestenliste des Deutschen Leichtathletik-Verbandes. Rund 40 Helfer werden morgen im Einsatz sein, darunter auch Mitglieder des TVG Flierich-Lenningsen, die bei der Sicherung der Strecke helfen. Im Ziel erwartet die Teilnehmer wie gewohnt der wärmende Tee der Lauffreunde und ein Los für die gut ausgestattete Tombola. In der Pausenhalle der Ermelingschule gibt es den Stempel für die Hellweg-Laufserie 2005/2006. ■ sst/WA



Das hat beim Lauf „Rund um Flierich“ Tradition: Beim Start um 11 Uhr ist das Gedränge groß. Das wird auch am Sonntag nicht anders sein, denn den Lauffreunden Bönen liegen weit über 600 Voranmeldungen vor. ■ Foto: Archiv

In Flierich geht's rund 77

LAUFSPORT 618 Voranmeldungen versprechen große Resonanz

BÖNEN ■ Die Offiziellen der Lauffreunde Bönen hatten mit ihrer Einschätzung im Vorfeld Recht: Der „Rund um Flierich“ gehört für die Ausdauersportler zum Pflichtprogramm.

618 Voranmeldungen lagen den Lauffreunden für die 21. Austragung des Klassikers bis Freitagmorgen vor, davon 121 für das Walken. „Damit haben wir das Vormelde-Rekordergebnis des Vorjahres nur knapp verfehlt“, kommentiert Jürgen Korvin diese

Zahl.

„Der Vorjahressieger Ansgar Varnhagen, der zu Beginn des Jahres auch den Silvesterlauf von Werl nach Soest gewonnen hatte, noch nicht dabei, ebenso nicht die schnellste Frau des Jahres 2005 Grudrun Rodloff (LG Hamm). Gemeldet hat jedoch Roland Steinmetz (Bochum), der den Lauf 2003 und 2004 gewonnen hat. Und mit Anja Großkreutz (Marathonclub Menden) und Elke Saalbach (LG Olympia Dortmund) sind Frauen am Start, die in den letzten Jahren ganz vorne

mitliefen“, ergänzt er. Klar ist damit, dass Topzeiten nötig sind, um den Siegerpokal in Empfang nehmen zu dürfen. Mit 66 Starterinnen und Startern, davon 11 Walker, stellen die Lauf-Sport-Freunde-2000 aus Unna die größte Teilnehmergruppe. Die größte Walking-Gruppe kommt jedoch von der TG Holzwickede mit 21 Personen.

Der Startschuss fällt am Sonntag um 10 Uhr an der Ermelingschule in Bönen-Lenningsen. Läufer und Walker gehen gemeinsam auf die Strecke. Nachmeldungen

sind an Ort und Stelle noch bis 10.30 Uhr möglich. Eine frühe Anreise wird empfohlen, da Parkplätze Mangelware sind.

Die größte Teilnehmerzahl gab es beim Lauf im Jahre 2004. Die Ergebnisliste wies 759 Läufer und 119 Walker aus. Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauffreunde: „Ob wir diese Zahl toppen werden, bleibt abzuwarten. Aber wir stoßen an unsere organisatorischen Grenzen. Ich hoffe, dass unser eingespieltes Team auch in diesem Jahr alles im Griff hat.“

Sport im Kreis Unna

Insgesamt 879 Aktive nahmen die Zehn-Kilometer-Strecke in Angriff



Nach dem lauten Knall die Stoppuhr aktivieren: 879 Aktive nahmen an dem 21. Volkslauf „Rund um Flierich“ teil. Den Startschuss vor der Ermelingschule in Flierich-Lenningsen feuerte gestern Morgen Ortsvorsteher Heinz-Friedrich Schlockermann (li. im Feld) ab. (Bilder: SK)

WM-Teilnehmerin Claudia Heldt schnellste Frau über 10 km - Dritter Erfolg für Roland Steinmetz

Beide Sieger kennen Terrain bestens

(SK) Das Terrain ist ihnen bestens vertraut. Roland Steinmetz von der RSG Herne gewann gestern nach 2003 und 2004 bereits zum dritten Mal den Volkslauf „Rund um Flierich“. Die Dortmunderin Claudia Heldt war gestern die schnellste Frau über die Zehn-Kilometer-Distanz. Sie hält auch den Streckenrekord aus dem Jahre 1994.

gekümmert hat, nahm Heldt wieder das Training auf. Fünf bis sechs Laufeinheiten absolviert sie derzeit wöchentlich. Der Ehrgeiz hat sie wieder gepackt. Vor ihrer mehrjährigen Unterbrechung startete die heutige 39-Jährige für Frankfurt und Wattenscheid. Unter anderem lief sie bei den Weltmeisterschaften in Helsinki die 10 000 Meter. Einen

Wunsch hat sie darüber hinaus: „Das Laufen klappt wieder bestens. Jetzt will ich auch mein Medizinstudium abschließen.“

Die Vorjahressiegerin Gudrun Rodloff (LG Hamm) belegte in diesem Jahr den zweiten Platz. Die digitalen Uhren stoppten vor der Ermelingschule in Flierich-Lenningsen für sie nach 40:08 Minuten.

Mit einem Vorsprung von fast einer Minute auf den Zweitplatzierten Holger Fleige (34:42) holte sich Roland Steinmetz den Sieg. Nach 33:44 Minuten lief er in den Zielkanal ein. „Ich habe einfach mal losgelegt und gewartet, was kommt“, beschrieb der 30-Jährige, der an der Ruhr-Universität in Bochum beschäftigt ist, seine Renntaktik.

Nach fünf Kilometern hat er sich das erste Mal umgedreht. „Da war der Abstand zu den Verfolgern schon relativ groß und ich wusste, dass nichts mehr passieren könnte“, sagte der dreimalige Sieger.

Rang drei sicherte sich Olaf Kreuzberg (Eintracht Bielefeld) in 35:02 Minuten. Für die beste Platzierung aus heimischer Sicht sorgte der Bönener Marcus Voß. Der ehemalige Top-Radfahrer des RSV Unna benötigte für die amtlich vermessenen zehn Kilometer 35:49 Minuten.

Den Startschuss bei bedecktem Himmel und empfindlich kühlen Temperaturen gab am gestrigen Sonntag pünktlich um 11 Uhr Ortsvorsteher Heinz-Friedrich Schlockermann ab. 879 Aktive hatten sich in die Startliste eintragen lassen. 129 davon waren Walker.

„Es ist alles bestens gelaufen“, sagte Jürgen Korvin, Pressesprecher der gastgebenden Lauf Freunde Bönen, nach dem Ende der 21. Auflage.

Vor 12 Jahre lief Claudia Heldt noch unter ihrem Mädchen-Namen (Metzner) und trug das Trikot der SG Sauerland. Die Uhren stoppten damals nach zehn Kilometern bei 34:16 Minuten. Gestern benötigte die Siegerin 37:54 Minuten. „Für mich ist das klasse. Ich bin am Tag des Laufes erst aus dem Skiurlaub zurückgekommen und habe praktisch gar nicht geschlafen“, erläuterte Heldt, die für Teutonia Lanstrop startet, nach dem Zieleinlauf. Nach einer rund achtjährigen Wettkampfpause, in der sie sich um ihre kleinen Kinder

FAKTEN

„Jeder Lauf ein Erlebnis“

■ „Ich bin sehr zufrieden“, sagte Dieter Maletz (Bild), Vorsitzender der Lauf Freunde Bönen, nach dem Abschluss der 21. Auflage des Volkslaufes „Rund um Flierich.“ Wichtig sei einmal mehr gewesen, dass die Organisation schon frühzeitig gestanden hat. „Wir versuchen, jeden Lauf perfekt durchzuführen“, erläuterte Maletz. 21 Läufe haben die Lauf-

freunde aus Bönen bislang auf die Beine gestellt. „Und jeder Lauf ist immer wieder ein Erlebnis“, gesteht Maletz.

■ Die Schlangen vor der Urkundenausgabe waren gestern vielleicht ein wenig kürzer als zuletzt. Zum einen erfolgte der Ausdruck der Urkunden ohnehin relativ schnell, zum anderen gibt's in diesem Jahr erstmals die



(Bild: SK)

Möglichkeiten, sich das Zertifikat über die Internetseite „www.lfbönen.de“ ausdrucken zu lassen.

■ Die 22. Auflage von „Rund um Flierich“ wird am 14. Januar 2007 ausgetragen. (SK)

Ex-Radsportler Marcus Voß mit bester heimischer Platzierung - Heldt nach 37:54 Minuten im Ziel

Steinmetz benötigt für die 10 Kilometer 33:44 Minuten

Aus für Bowinkel Luttrop: „Stimmung ausgezeichnet“



Einmal mehr begeistert von der tollen Atmosphäre: Eva und Günter Luttrop.

(SK) Der Lauf „Rund um Flierich“ ist fast schon ein Pflichttermin. Nicht nur unbedingt für Leichtathleten.

Holger Krippenstapel, Ex-Handballer und Triathlet des TVG Kaiserau, kam gestern mit dem Rad, lief die zehn Kilometer in respektablen 38:54 Minuten und stieg dann erneut auf das Velo, um eine große Runde zu drehen. „Am frühen Mittag bin ich wieder zu Hause und habe so den ganzen Nachmittag Zeit für meine Familie“, strahlte Krippenstapel. An der Strecke einmal mehr stand auch Günter Luttrop, Fußball-Lehrer aus Bönen. Gemeinsam mit Ehefrau Eva verfolgte er den Start vor Ermerlingschule. „Die Stimmung ist immer ausgezeichnet“, sagte Luttrop, der mit seiner Ehefrau dreimal in der Woche walkt. Für Frank Bowinkel, 23-jähriger Turner des VfL Kamen, kam bereits nach drei Kilometern das Aus. „Ich hatte zu starke Schmerzen im rechten Kniegelenk. Weiterzulaufen, hat da keinen Sinn gemacht“, sagte Bowinkel, der im vergangenen Jahr die zehn Kilometer in 44:20 gelaufen ist.

Dieter Ziems, Vorsitzender des Lauf Teams Unna, war mit seiner Zeit von 46:03 Minuten „super zufrieden“. Im Oktober hatte Ziems, der am kommenden Donnerstag 58 Jahre alt wird, einen Marathon bestritten. „Danach bin ich nur ein bisschen gejoggt“, erläuterte er.



Gewann gestern zum dritten Mal den Volkslauf „Rund um Flierich“: Roland Steinmetz (30) aus Bochum.



Hält seit 1994 den Streckenrekord und gewann nach mehrjähriger Pause erneut die Damen-Wertung: Claudia Heldt.



Das erste Mal über zehn Kilometer gestartet und mit den erzielten 47:14 Minuten zufrieden: Michael Arndt vom Lauf Team Unna.

LSF und TGH stark vertreten

Die Laufsportfreunde Unna stellten gestern in Flierich-Lenningsen mit 66 Aktiven die stärkste vorangemeldete Gruppe für den Zehn-Kilometer-Lauf. Beim Walking machte die TG Holzwickede mit 21 vorangemeldeten Athleten das Rennen. (SK)

Fast ein Hattrick

LEICHTATHLETIK Steinmetz gewinnt „Rund um Flierich“ zum dritten Mal
Rekordhalterin Claudia Heldt schnellste Frau – 879 Teilnehmer

Von Markus Liesegang

BÖNEN • Dieter Maletz hatte es geahnt. Vor dem Start zum 21. Straßen- und Volkslauf „Rund um Flierich“ hatte der Vorsitzende der Lauf Freunde Bönen dem Herner Roland Steinmetz mit Zeige- und Mittelfinger ein „V“ gezeigt für „Victory“ – Sieg. 33:44 Minuten später schloss er Steinmetz im Siebertunnel in die Arme. Der hatte „Rund um Flierich“ tatsächlich gewonnen – mit fast einer Minute Abstand vor Holger Fleige (34:42) und dem Bielefelder Olaf Kreuzberg (35:02). Maletz durfte auch sonst sehr zufrieden sein. 879 Teilnehmer, mehr als im Vorjahr, hatten sich gestern um 11 Uhr bei Temperaturen knapp über dem Gefrierpunkt auf die Strecke gemacht.

„Locker war's“, sagte der Sieger nach seinem Start-/Zielsieg. Ernsthafte Konkurrenz war diesmal nicht am Start. Im vergangenen Jahr hatte Langstrecken-Spezialist Ansgar Varnhagen (LGO Dortmund) und Christian Ritschke (TV Wattenscheid 01) den dritten Sieg von Steinmetz nach dessen Siegen 2003 und 2004 verhindert. Mit seiner gestrigen Zeit hätte er im vergangenen Jahr gewonnen. Varnhagen, vor Wochenfrist Sieger des Silvesterlaufs über 15 Kilometer von Werl nach Soest, hatte diesmal nicht für Flierich gemeldet.

Bei den Frauen siegte eine alte Bekannte der Lauf Freunde – beinahe inkognito, denn der Name Claudia Heldt



Frauensiegerin Claudia Heldt (635) hielt mit: Am Ende landete die Rekordhalterin auf dem 26. Platz der Gesamtwertung.

(Teutonia Lanstrop) hatte den Veranstaltern zunächst wenig gesagt. Als Claudia Metzner steht die Dortmunderin allerdings ganz oben in der Historie des Volkslaufes. Vor elf Jahren lief die heute 39-Jährige unter ihrem Mädchennamen Metzner in 34:16 Minuten den Streckenrekord der Damen. Der hat seitdem Bestand. „Naja, ich bin jetzt so vier Minuten langsamer als damals“, zeigte sich die Marathon-Frau, die in ihrer Glanzzeit auch international startete, bescheiden. 37:54 Minuten reichten, um die Favoritin und Vorjahressiegerin Gudrun Rodloff (LG Hamm, 40:08) sowie Tanja Pesch (Kreuzweingarten-Rhede, 40:18) auf die Plätze zu ver-

weisen.

Nach achtjähriger „Babypause“ stieg Claudia Heldt erst vor zwei Jahren wieder in den Wettkampfsport ein. „Und wo ich im letzten Jahr gestartet bin, habe ich auch gewonnen“, sagte sie. Doch ohne Schweiß kein Preis – die 39-jährige Medizinerin trainiert sechs Mal in der Woche.

Bester Bönener wurde gestern der vereinslose Marcus Voß, der mit 35:49 Minuten sehr guten zehnten Rang in der Gesamtwertung erlief. Die Gastgeber waren ansonsten mit organisatorischen Aufgaben ausgelastet. Laufwart Hartmut Stoppel konnte sich erneut über den Vereinsnachwuchs freuen: Debütan-

tin Lea Klosterboer schaffte den Sprung aufs Treppchen – die Neunjährige siegte mit 53:49 Minuten bei den C-Schülerinnen.

Dieter Maletz war nach dem Rennen nicht nur vom Sieger Steinmetz („Ich freue mich für ihn; ein sehr sympathischer Sportler“) begeistert. Der Vorsitzende zeigte sich wiederum beeindruckt von der Einsatzfreude „seiner“ Lauf Freunde. Der einzige Wettbewerb, den der Bönener Verein im Jahr veranstaltet, solle perfekt ablaufen, hatte Maletz die Latte hochgelegt. Und gerissen hat er wieder nicht. Trotz der hohen Teilnehmerzahl lief alles wie am Schnürchen. Um 13.30 Uhr hielten die Sieger ihre Pokale in Händen und alle Teilnehmer ihre Urkunden. Wer nicht soviel Geduld aufbrachte, konnte sich die Urkunde mit der offiziellen Zeit auch zu Hause ausdrucken. Die Lauf Freunde boten diesen Service erstmals auf ihrer Internetseite an.

Das war nicht die einzige Neuerung des 21. Volkslaufes. Jochen Heringhaus, der den Zuschauern schon zum 13. Mal launige wie kenntnisreiche Kommentare lieferte, hatte diesmal Verstärkung mitgebracht. Der „Runners Point-Van“ bot den Sportlern Gelegenheit, ihre Schuhe zu optimieren. Per Scanner und Laufband konnten die Teilnehmer erforschen, wo beim Sekunden herauszuholen sind. Physiotherapeut Frank Zimmermann deckte per biomechanischer Computeranalyse die Schwachstellen auf.



Sportlerfamilie Steinmetz: Vater Günter Koch, Ehefrau Nadi und Sieger Roland Steinmetz. • Fotos (4): Liesegang

„Habe nur auf mich geachtet“

INTERVIEW Sieger Roland Steinmetz über den verlorenen Titelhattrick und Heimvorteil

BÖNEN • Er trat als Favorit an und er wurde seiner Rolle bei der 21. Auflage des Straßen- und Volkslaufs „Rund um Flierich“ gerecht: der 29-jährige Roland Steinmetz aus Herne. Zehn Minuten nach seinem Zieleinlauf saß er entspannt in der Sporthalle der Ermelingschule und tankte sein Energiedepot durch den Verzehr einer üppigen Portion Kuchen wieder auf. Nicht allein; auch Frau Nadi und Vater Günter Koch – Marathon-Weltmeister in der Altersklasse M55 – gehören zum sportlichen Familienunternehmen. Auch er wäre gerne gestartet, doch beim Warmmachen, erzählt er, sei seine Grippe voll durchgeschlagen. WA-Mitarbeiter Markus Liesegang sprach mit Roland Steinmetz.

Erst vor zehn Minuten über die Ziellinie gelaufen und jetzt einen Berg Kuchen vor Augen. War es so einfach für Sie?

Steinmetz: Es war schon ein sehr lockerer Lauf. Ich habe vom Start weg Tempo gemacht, aber mich vollkommen auf mich und meine eigene Leistung konzentriert – und meine Mitläufer nicht im Blick gehabt.

Sie hatten schon im Dorf Flierich einen großen Vorsprung, den sie anschließend auf knapp 500 Meter ausgebaut haben.

Steinmetz: Ich habe die Konkurrenz überhaupt nicht beachtet. Ich wusste gar nicht, dass mein Vorsprung so groß

war. Bergab zurück ins Dorf sah ich jemanden im Augenwinkel. Das war aber nur eines der Führungsfahrer.

Mit der heute gelaufenen Zeit hätten Sie auch in letzten Jahr gewonnen. Ärgern Sie sich?

Steinmetz: Ein bisschen schon – schließlich wurde ich 2005 von Varnhagen und Ritschke (seinerzeit die beiden besser Platzierten; die Red. geschlagen. Die beiden haben mir nach meinen Siegen 2003/04 den lupenreinen Hattrick versaut. Den hätte ich schon gerne gehabt.

Sie sind in den Vorjahren für das „Startlight Express-Team“ Bochum gestartet jetzt für RSG Herne. Warum der Vereinswechsel?

Steinmetz: Die Bochumer sind eine Triathlon-Mannschaft. Das Schwimmen habe ich aber dran gegeben; das lässt mein zeitintensiver Beruf als System-Administrator an der Ruhr-Uni Bochum nicht mehr zu. Ich mache daher nur noch Duathlon. Da lag ein Vereinswechsel nahe.

Sie sind schon häufig bei „Rund um Flierich“ gestartet...

Steinmetz: Ja, wir kommen sehr gern hierher. Wir haben auch eine gewisse Verbundenheit mit der Gegend hier. Wenn meine Frau und ich für den Duathlon trainieren, kommen wir auf dem Weg zu zur Möhne häufig hier durch. In gewisser Weise haben wir also Heimvorteil (lacht).



Karnevalsstimmung herrschte im Golddorf: Fliericher feiern die Läufer an.



Physiotherapeut Frank Zimmermann versprach keine Bestzeiten, aber passend eingemessene Schuhe.

SuS Oberaden mit 26 Läufern

BERGKAMEN ■ Auch die Leichtathletik-Abteilung des SuS Oberaden, angeführt von Sportwart Günther Ebeling, war mit insgesamt 26 Laufsportfreunden in Bönen vertreten. „Ende des Monats starten dann viele SuSler bei der Hammer Laufserie“, vertriet Günther Ebeling.

Heringhaus hat den Überblick

BÖNEN ■ Der bundesweit bekannte „Running-Moderator“ Jochen Heringhaus unterhielt die Läufer und die Zuschauer im Start-Ziel-Bereich in der Ermelingstraße hoch oben von einem PKW aus. Dort hatte Heringhaus den besten Überblick und konnte als Erster den Sieg von Roland Steinmetz verkünden.

Ex-Trainer als „Zaungast“

BÖNEN ■ Ein alter Bekannter aus dem Fußballkreis Unna/Hamm wurde an der Strecke gesichtet: Günther Lutrop, ehemaliger Trainer in Bönen und Lünern, zählte zu den zahlreichen Zuschauern.

130 Walker am Start

BÖNEN ■ Neben den 10km-Läufern gingen auch 130 Walker auf die Strecke rund um das Golddorf im Kreis Unna. Es erfolgte zwar eine Zeitnahme, aber keine besondere Wertung. Die teilnehmerstärkste Gruppe, die TG Holzwickede Walking, erhielt einen Sonderpreis.

Steinmetz-Sieg bringt 75 Euro

BÖNEN ■ Für die Schnellsten Roland Steinmetz (Herren) und Claudia Heldt (Frauen) gab es eine Siegpriämie in Höhe von 75 Euro sowie einen Pokal. Die ausgelobten 100 Euro für die Verbesserung der Streckenrekorde blieben in Bönen.

Roland Steinmetz gewinnt 21. „Rund um Flierich“

LAUFSPORT 807 Teilnehmer sorgen in Bönen fast für einen neuen Rekord

Von André Wagner

BÖNEN ■ „Für viele ist unsere Veranstaltung der perfekte Einstieg ins neue Jahr“, erklärte Jürgen Korvin, Sportwart der Lauf Freunde Bönen, nach dem 21. Lauf „Rund um Flierich“ im Rahmen der Hellweg-Laufserie. Stimmt! Insgesamt 807 Laufsportfreunde, darunter auch viele Walker, gingen auf die 10km-Strecke.

Nach 33:44 Minuten kam Roland Steinmetz als Erster ins Ziel und sicherte sich damit den Gesamtsieg. Im Vorjahr war der Läufer aus Herne noch auf dem dritten Platz gelandet. Die seit 1990 bestehende Bestzeit (30:18 Minuten) konnte aber auch Steinmetz nicht knacken. Immerhin: Der Sieger von 2005 brauchte zuletzt 33:47 Minuten. Zweiter wurde Holger Fleige, der fast eine Minute später als Steinmetz das Ziel erreichte, vor dem Bielefelder Olaf Kreuzberg in 35:02 Minuten.

Claudia Heldt (B.V. Teutonia Lanstrop) stellte ihre Klasse in 37:54 Minuten unter Beweis und siegte bei den



Heiße Getränke waren von den Läufern bei Temperaturen um den Gefrierpunkt nach dem Rennen sehr gefragt.

Läuferinnen vor Gudrun Podloff (LG Hamm) und Tanja Pesch.

Lokalmatador Marcus Voß wurde in 35:49 Zehnter, Fabian Gutsch vom Königsborner SV in 37:37 Minuten 21. der Gesamtwertung. Schnellster Teilnehmer vom Lauf Team Unna war Peter Spink in 38:44 Minuten. Eine starke Leistung zeigte Michel Krieg vom SuS Oberaden. Der 15-Jährige gewann die

Altersklasse MJB in 40:13 Minuten.

Nicht ganz zufrieden mit seiner Zeit war Torsten Schröder vom Lauf Team Unna. 44:24 Minuten bedeuteten Platz 178 in der Gesamtwertung und der 46. Rang in der Altersklasse M40. „Die Strecke war optimal vorbereitet und der Wind war kaum zu spüren“, meinte Torsten Schröder im Zielbereich. Die Temperatur

ren von gerade einmal zwei Grad machten den Teilnehmern nichts aus.

„Das Wetter hat bestens mitgespielt, der Lauf ist wieder sehr gut angenommen worden“, freute sich Jürgen Korvin von den Lauf Freunden Bönen, der sich bei allen Helfern bedankte. Der Rekord von über 900 Teilnehmern, der vor einigen Jahren aufgestellt worden war, konnte der 21. Bönener Lauf „Rund um Flierich“ zwar nicht überbieten, dennoch zeigte sich Korvin mit der Resonanz sehr zufrieden: „807 Läufer sind eine mehr als positive Resonanz.“

Nach dem Rennen hatte die Helfer der Lauf Freunde Bönen alle Hände voll zu tun, die ausgepumpten Sportler mit Heißgetränke zu versorgen. Auch für Kuchen, Erbsensuppe und Würstchen war wie immer bestens gesorgt. Außerdem warteten in der großen Tombola viele attraktive Preise auf die Teilnehmer.

In 369 Tagen geht es dann wieder „Rund um Flierich“, wenn am 14. Januar 2007 die 22. Auflage des 10km-Strassen- und Volkslaufs gestartet wird.



Claudia Heldt aus Lanstrop war die schnellste Läuferin.



Roland Steinmetz aus Herne gewann den 10km-Lauf.

Er sah den Sieger beim 21. Bönener Lauf „Rund um Flierich“ als Erster: „Running-Moderator“ Jochen Heringhaus.

Die eiligen drei Läufer 167

„RUND UM FLIERICH“ Schon abends die ersten Anmeldungen für 2007
Große Zufriedenheit bei Ausrichter Lauffreunde Bönen nach 21. Auflage

BÖNEN ■ Christian Kamp aus Bönen, Siegfried Marx aus Witten und Olaf Piasetzki aus Münster konnten am Sonntag niemand das Wasser reichen. Die drei Hobby-Läufer waren am schnellsten. Kaum zwei Stunden waren am Sonntag vergangen, nachdem Jürgen Korvin von den Lauffreunden Bönen die Ausschreibung für die 22. Auflage des Straßen- und Volkslaufs „Rund um Flierich“ am 14. Januar 2007 auf der Internetseite des Vereins frei geschaltet hatte, als sich dieses Trio mit blitzschnellen Mausklicks bereits anmeldete. Zumindest vor dem Rechner ließ das Trio die Konkurrenz des kommenden Jahres schon einmal ganz alt aussehen. Sportlich werden Kamp, Marx und Piasetzki im kommenden Jahr wohl wenig reißen. Dafür ist die Konkurrenz bei „Rund um Flierich“ zu stark.

Auch wenn die Rekordmar-

ken bei Damen wie Herren in diesem Jahr nicht fielen, waren die Zeiten von Roland Steinmetz (33:44 Minuten) und Rekordhalterin Claudia Heldt (37:54) doch wieder gehobene Klasse. Im Kleinen gab es jedoch neue Bestzeiten. Der Soester Leo D'Erbee (Jahrgang 1930) verbesserte am Sonntag seinen eigenen Rekord in der Altersklasse M75 aus dem vergangenen Jahr um 50 Sekunden auf 50:27 Minuten. Der 1936 geborene Heinz Hoffmann vom wieder gut vertretenen Marathon-Club Menden schraubte die M70-Bestzeit auf 43:36 Minuten herunter. Die bisherige Bestzeit aus dem Jahre 2000 lag fast zwei Minuten höher. Sie stammte von Leo D'Erbee, der sich also besser nicht darauf einrichten sollte, dass sein M75-Rekord allzu lange hält. Hoffmann ist ihm im Nacken...

Im Laufsport scheint es zu

sein wie in schottischen Destillieren – je länger der Whisky lagert, desto besser wird er. Oder: je älter der Läufer, desto größere Chancen hat er, sich in die Siegerliste bei „Rund um Flierich“ einzutragen. Sowohl bei den Männern als auch bei den Damen siegten in diesem Jahr die „alten“ Hasen. Sieger Roland Steinmetz überschreitet in diesem Jahr die 30-Jahre-Marke. Die Platzierten, der vereinslose Holger Fleige (M35) auf Platz zwei, sowie der Drittplatzierte Olaf Kreuzberg von der TuS Eintracht Bielefeld (M40), befinden sich ebenfalls im besten Alter. Bei den Damen sah es ähnlich aus.

Bei den Lauffreunden Bönen herrschte nach dem Lauf Erleichterung und Freude. In Roland Steinmetz hatte sich ein gern gesehener Gast seinen dritten Titel geholt. Zudem war die 21. Auflage von „Rund um Flierich“

mit 677 Läufern und 131 Walkern, die das Ziel erreichten (unter ihnen Bönens Gemeindevorstandsvorsitzender Rudolf Mätkler), besser besetzt als wegen des frühen Termins in diesem Jahr befürchtet. Dazu stimmten die äußeren Bedingungen: „Trocken, kühl, leichter Wind – viel besser kann es zu dieser Jahreszeit nicht werden“, sagte Korvin, der als weiteren Pluspunkt den reibungslosen Ablauf bei der Datenerfassung und -bearbeitung verbuchte. „Generell passte einfach alles. Es lief diesmal so gut wie selten“, so Korvin weiter. Durch die erstmals angebotene Möglichkeit für die Starter, sich die Urkunden nachträglich im Internet herunterzuladen, wurden auch die Warteschlangen in der gemütlichen Aula der Ermelingschule etwas kürzer, wenn auch nicht wirklich kurz. ■ ml/ssst



Lauffreunde-Vorsitzender Dieter Maletz schließt Sieger Roland Steinmetz in seine Arme. ■ Foto: Stock



Kuchen meterweit: Das Highlight nach dem Highlight war wieder die Kuchentheke der Lauffreunde. ■ Foto: Liesegang



Zum ersten Mal dabei: Iva Bartmann, Steffen Maletz, Giuliano Wöllert, Wanja-Sören Drees, Lea und Pia Klosterboer sowie Fee Heymann (v. links) von den Lauffreunden Bönen. ■ Foto: Liesegang

ERGEBNISSE

Läuferinnen-Altersklassen (Forts.)
W50: 1. Langenbach, Barbara (LG Hamm) 44:05, 2. Feyerabend, Maria (LSF Münster) 46:50, 3. Döbbe, Sigrd (SuS Oberaden) 47:52.
W55: 1. Hein, Luise (Teutonia Lanstrop) 51:07, 2. Sieben, Gisela (TG Holzwickede) 51:57, 3. Röhr, Rolf (SuS Oberaden) 55:38.
W60: 1. Heimhardt, Ingrid (TG Voerde) 49:41, 2. Rother, Marion (Münster) 51:03, 3. Erdmann, Gerti (Viermärker Dortmund) 52:06.
W65: 1. Geisler, Margarete (Marathon-Club-Menden) 1:00:55, 2. Schulte, Christel (Marathon-Club Menden) 1:09:09.
W70: 1. Herrmann, Christa (TVG Kaiserau - Langlauf) 1:11:23.

Walking-Gesamteinlauf
 1. Schneider, Alfons (Walkingtreff Möhnesee) 1:01:29 Std., 2. Siewer, Hajo

(Möhnesee) 1:02:07, 3. Stephan, Elke (Möhnesee) 1:06:03, 4. Dickhaut, Bodo (Selm) 1:06:40, 5. Silz, Werner (SuS Oberaden) 1:07:25, 6. Schwartz, Rolf 1:07:33, 7. Kloth, Sabine (Laufftreff Holzwickede) 1:08:29, 8. Humpert, Burkhard (Möhnesee) 1:08:39, 9. Kunzig, Alfred (TG Holzwickede) 1:09:19, 10. Breker, Heinrich (TVE Lütern-Stockum) 1:09:57 ... 18. Kaiser, Dieter (Lauffreunde Bönen) 1:14:56, ... 29. Drees, Regina (LF Bönen) 1:17:16, ... 33. Schilling, Siegfried (LF Bönen) 1:18:01, ... 48. Alpe, Jost (LF Bönen) 1:20:52, ... 62. Seil, Ulrike (Bönen) 1:23:26, 63. Seil, Walter (Bönen) 1:23:27, ... 75. Kaiser, Andrea (LF Bönen) 1:25:11, ... 85. Mucha, Manfred (TuS Bönen) 1:26:17, 86. Mucha, Sylvia (TuS Bönen) 1:26:18, ... 92. Mätkler, Rudolf (VSG Bönen) 1:27:18, ... 101. Gesing, Friedhelm (Bönen) 1:30:02.

Erst bei der 21. Veranstaltung „Rund um Flierich“ wurde eine Vollsperrung eingerichtet



Auf Sportler und Gäste warteten im Foyer Speisen und Getränke. (Bild: Stefan Wever)

Traditionslauf ist vielen ans Herz gewachsen

Bönen. (StW) Zum 21. Mal fand der Traditionslauf „Rund um Flierich“ statt. Dabei wartete Sponsor „Runnerspoint“ mit eigenem Sport-Van auf.

Rauch steigt aus dem Lauf der Pistole, mit der Ortsvorsteher Heinz-Friedrich Schlockermann gerade den Startschuss abgegeben hat. Der Lauf in unserer schönen Landschaft ist mir über die Jahre ans Herz gewachsen. Er ist ein gutes Image für die Gemeinde. Ich freue mich über die Disziplin der Lauffreunde Bönen, die das Ganze immer wieder organisieren“, so Startexperte Schlockermann.

Läufer, Walker und Nordic

Walker machten sich gemeinsam von der Ermelingschule aus auf, um die zehn Kilometer lange Strecke zu bewältigen. Diese führte von der Grundschule über die Friedensstraße bis zum Haus Mundloh. Von dort weiter über die Sinnerstraße Richtung Flierich, über die Kamenner Straße, Schattweg, Bräkelweg, Dieselstraße und zurück über die Sinnerstraße.

„Dieses Jahr haben wir zum ersten Mal eine Vollsperrung eingerichtet. Gerade an der Sinnerstraße waren Läufer in beide Richtungen in Verbindung mit dem Verkehr nicht mehr zu tragen“, erklärt Renate Hahn von der Verkehrssicherung Unna.

Ebenfalls neu war ein Sport-Van der Firma „Runnerspoint“, die schon seit Ewigkeiten als Sponsor zu der Veranstaltung beitragen. „Unser Promotion Van reist durch ganz Deutschland und gerade bei solchen Veranstaltungen, wo mit viel Zulauf zu rechnen ist, lohnt es sich für uns sehr“, erklärt Andreas Kruse, Filialleiter aus Hamm. Das große Sport-Fahrzeug ist mit einem Laufband ausgestattet, welches per Videoanalyse den richtigen Schuhtyp und die richtigen Bewegungsabläufe ermittelt. „Alle hier ausgestellten Schuhe können getestet werden. Vorher werden per Foodprint Länge und Breite des Fußes gemessen, um ei-

nen optimalen Schuh zu finden“, erklärt Kruse.

Dieter Maletz, Chef der Lauffreunde Bönen: „Ich bedanke mich beim DRK, der Feuerwehr und bei unseren Sponsoren Runnerspoint und der Sparkasse für Organisation und Unterstützung.“ Des weiteren übergab der Vorsitzende der Lauffreunde traditionell eine Spende in Höhe von 150 € an die Ermelingschule.

Worüber sich viele Sportler freuten? Am Ziel wurden die Läufer mit warmen Getränken und einem Stück Kuchen erwartet. Bei der abschließenden Tombola gab es zusätzlich eine Menge an Sachpreisen zu gewinnen.“

Steinmetz nun Favorit für Hammer Laufserie

LAUFEN Der Herner sichert sich den Sieg beim 22. „Rund um Flierich“
Frühere deutsche Meisterin Claudia Held schnürt die Schuhe wieder

BÖNEN-FLIERICH ■ Auch nach der 22. Auflage können sich die Lauffreunde Bönen mit ihrem „Lauf rund um Flierich“ über zehn Kilometer weiter als größten Dorflauf in Westfalen bezeichnen. Sieger Roland Steinmetz aus Herne war schneller als Ansgar Varnhagen vor einem Jahr, und so wird Steinmetz im Favoritenkreis der Hammer Laufserie gehandelt. Es war wohl für alle Starter der erste Lauf in diesem Jahr und da gibt es dann auch Änderungen. Etliche sind in eine neue Altersklasse „aufgewachsen“, und bei anderen muss man sich an neue Vereinsnamen gewöhnen. Bei den Abgängen fällt besonders die LG Deiringsen (Soest) auf. Die frühere westfälische Meisterin Elke Saalbach ist zum LC Rapid Dortmund zurückgekehrt. Bettina Reisinge-Muhr ist wieder bei den Lauffreunden Bönen.



Barbara Langenbach

Rainer Schübbe, der schon lange einen guten Namen in der westfälischen Laufszene hat, wechselte ebenfalls von Deiringsen nach Dortmund und gewann die Klasse der 55-Jährigen. Dicht hinter ihm, auf dem zweiten Platz, lief dann schon Frank Christ

von der LG Hamm ins Ziel. Im übrigen meldet die LG Hamm zwei Klassensiege. Nach seinem Erfolg beim Silversterlauf eine Woche vorher, gewann Jan Krause auch in Flierich bei den Jugendlichen und das mit deutlichem Vorsprung. Barbara Langenbach war als Erste in ihrer Altersklasse schneller als vor einem Jahr. Ihr Vorsprung mit drei Minuten zu Maria Feyerabend aus Münster hat sich weiter vergrößert.

Vorjahrssiegerin Gudrun Rodloff hat das „Pech“, dass die frühere deutsche Meisterin Claudia Metzner, jetzt heißt sie Heldt, die Laufschuhe wieder angezogen hat und mindestens im mittleren Westfalen die Konkurrenz beherrscht. Sie dürfte auch für die Hammer Laufserie zum engeren Favoritenkreis gehören. Immerhin war der zweite Platz von Gudrun Rodloff sehr deutlich, denn es dauerte

lange bis die Dritte ins Ziel kam. Die Plätze in den höheren Altersklassen werden immer mehr beworben. Vor zehn Jahren wäre es unvorstellbar gewesen, dass bei den über 70-Jährigen ein Teilnehmer wie Horst Fabian mit 50 Minuten auf den fünften Platz gekommen wäre.

Da war es schon ein Ereignis, wenn überhaupt zwei in dieser Altersklasse an den Start gegangen wären. Jetzt waren auch mehrere über 75-Jährige dabei. Schnellster Aktiver vom SC Sportler für den Frieden war wieder der frühere Radrennfahrer Achim Fischer-Behnen, der erstmals bei den 50-Jährigen unterwegs war. Wie schon bei den letzten Läufen ist Klaus Schmehl die „Nummer eins“ beim SV Westfalia Rhynern und die große Gruppe des TuS Uentrop hatte mit Mathias Schmidt ihren Spitzenmann. ■ gh



807 Jogger und Walker konnten den Startschuss zum 21. Bönener Lauf „Rund um Flierich“ kaum erwarten.

Ein wunderbarer Lauf

Fantastisches Erlebnis: Zum ersten Mal beim Bönener Lauf „Rund um Flierich“

Dabei sein ist alles, dachte ich mir, als ich mich zum 21. Volkslauf „Rund um Flierich“ in Bönen angemeldet hatte.

Am letzten Wochenende war es dann soweit. 807 Jogger und Walker gingen an diesem grauen Sonntag an den Start. Ich war total aufgeregt, wusste nicht genau, was zu tun ist: Startnummer abholen, aufwärmen, um sich schließlich gemeinsam mit den anderen Läufern zu positionieren.

Endlich ertönte der Startschuss; alle rannten wie von der Tarantel gestochen los. Zu Anfang empfand ich das Gedränge als äußerst ungemütlich. Eine

ältere Frau stolperte über ihre eigenen Walkingstöcke und fluchte gewaltig. Für sie war der Lauf bereits beendet, bevor er richtig losgegangen war. Meine Freundin Sabine Würpel, die mich zu meinem ersten Volkslauf überredet hatte, nahm mich an die Hand und flüsterte: „Komm“, es geht los!“

Nach hundert Metern hing mir die Zunge schon aus dem Hals, so dass ich dachte, 'niemals wirst du die Ziellinie sehen.' Plötzlich ging es auch noch Berg auf. Ich schnaufte wie eine alte Dampflok. Doch jetzt wollte ich es wissen. Nach vier anstrengenden Kilometern war für mich nicht mehr ans Aufgeben zu denken. Es fing an

mir richtig Spaß zu machen. Und ich bewunderte die superschnellen Läufer, wie Roland Steinmetz, Holger Fleige und Claudia Heldt, die bereits auf der Siegerstraße einliefen, als ich noch nicht einmal die Hälfte des Weges beschritten hatte.

Roland Steinmetz überquerte beim 21. Flierich-Lauf die Ziellinie nach unglaublichen 33:44 Minuten. Das muss man sich mal vorstellen, dass dieser Mann zu Fuß fast so schnell wie ein Mofa ist. Holger Fleige klebte Roland an den Fersen und belegte mit 34:42 Minuten den zweiten Platz. Eine sensationelle Leistung zeigte auch Claudia Heldt, die mit einer Zeit von 37:54 Minuten als schnellste Frau gefeiert wurde (bitte fragen Sie mich nicht nach meiner Zeit, das ist mir einfach zu peinlich...).



Sieger des 21. Flierich-Laufs war Roland Steinmetz.

wenn sie noch so langsam, wie ich zum Beispiel, waren.

Ohne Sabine hätte ich diesen Lauf niemals geschafft. Immer wieder motivierte sie mich durchzuhalten. Ich hatte zwar meist keine Luft zum Atmen, doch Bine lachte und sagte bestimmt zwanzig Mal: „Wir schaffen das, gleich sind wir da. Jetzt geben wir noch mal richtig Gas.“ - Gesagt getan. Als das Ziel dann vor Augen war, konnte auch ich wieder strahlen und fühlte mich unglaublich gut, vom „Running-Moderator“ Jochem Heringhaus per Mikrofon über die Ziellinie getragen zu werden. Über die Lautsprecher-

Super Leistung

Es gab nämlich noch eine Sache, die ein wenig vom Laufen ablenkte und zwar die wunderschöne Streckenführung, die sich die Lauffreunde Bönen einfallen lassen haben. So führte der gut ausgezeichnete Weg über einen privaten Bauernhof, wo man von fröhlichem Pferdewiehern begrüßt wurde. Weiter ging es durch das malerische Dorf Flierich und zurück über einen Wanderweg.

Für die Dorfbewohner



Die eiligen drei Läufer „Rund um Flierich“

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen verbuchen schon abends wieder im Internet die ersten Anmeldungen für den Volkslauf 2007

BÖNEN ■ Christian Kamp aus Bönen, Siegfried Marx aus Witten und Olaf Piasetzki aus Münster konnte am Sonntag niemand das Wasser reichen. Die drei Hobby-Läufer waren am schnellsten - bei der Anmeldung für den Lauf „Rund um Flierich 2007“.

Kaum zwei Stunden waren am Sonntag vergangen, nachdem Jürgen Korvin von den Lauffreunden Bönen die Ausschreibung für die 22. Auflage des Straßen- und Volkslaufs „Rund um Flierich“ am 14. Januar 2007 auf der Internetseite des Vereins frei geschaltet hatte, als sich dieses Trio mit blitzschnellen Mausklicks bereits anmeldete. Zumindest vor dem Rechner ließ das Trio die Konkurrenz des kommenden Jahres schon einmal ganz alt aussehen. Sportlich werden Kamp, Marx und Piasetzki im kommenden Jahr wohl weniger reißen. Dafür ist die Konkurrenz bei „Rund um Flierich“ zu stark.

Auch wenn die Rekordmarken bei Damen wie Herren in diesem Jahr nicht fielen, waren die Zeiten von

Roland Steinmetz (33:44 Minuten) und Rekordhalterin Claudia Heldt (37:54) doch wieder gehobene Klasse. Im Kleinen gab es jedoch neue Bestzeiten. Der Soester Leo D'Erbee (Jahrgang 1930) verbesserte am Sonntag seinen eigenen Rekord in der Altersklasse M75 aus dem vergangenen Jahr um 50 Sekunden auf 50:27 Minuten. Der 1936 geborene Heinz Hoffmann vom wieder gut vertretenen Marathon-Club Menden schraubte die M70-Bestzeit auf 43:36 Minuten herunter. Die bisherige Bestzeit aus dem Jahre 2000 lag fast zwei Minuten höher. Sie stammte von Leo D'Erbee, der sich also besser nicht darauf einrichten sollte, dass sein M

75-Rekord allzu lange hält. Hoffmann ist ihm im Nacken ...

Im Laufsport scheint es zu sein, wie in schottischen Destillieren - je länger der Whisky lagert, desto besser wird er. Oder: je älter der Läufer, desto größere Chancen hat er, sich in die Siegerliste bei „Rund um Flierich“ einzutragen.

Sowohl bei den Männern als auch bei den Damen siegen in diesem Jahr die „alten“ Hasen. Sieger Roland Steinmetz überschreitet in diesem Jahr die 30er Marke. Die Platzierten, der vereinslose Holger Fleige (M 35) auf Platz zwei, sowie der Drittplatzierte Olaf Kreuzberg von der TuS Eintracht Bielefeld

(M 40), befinden sich ebenfalls im besten Alter. Bei den Damen sah es ähnlich aus.

Bei den Lauffreunden Bönen herrschte nach dem Lauf Erleichterung und Freude. In Roland Steinmetz hatte sich ein gern gesehener Gast seinen dritten Titel geholt. Zudem war die 21. Auflage von „Rund um Flierich“ mit 677 Läufern und 131 Walkern, die das Ziel erreichten, besser besetzt als wegen des frühen Termins in diesem Jahr befürchtet.

Dazu stimmten die äußeren Bedingungen: „Trocken, kühl, leichter Wind - viel besser kann es zu dieser Jahreszeit nicht werden“, sagte Korvin, der als weiteren Pluspunkt den reibungslosen Ablauf bei der Datenerfassung und -bearbeitung verbuchte. „Generell passte einfach alles. Es lief diesmal so gut wie selten“, so Korvin weiter. Durch die erstmals angebotene Möglichkeit für die Starter, sich die Urkunden nachträglich im Internet herunterzuladen, wurden auch die Warteschlangen in der Aula der Ermelingschule etwas kürzer, wenn auch nicht wirklich kurz.

Hellweg-Serie

Der Volkslauf „Rund um Flierich“ war der nunmehr dritte Volkslauf der beliebten Hellweg-Serie, die durch den Hellweger Anzeiger unterstützt wird. Weiter geht's schon am Samstag, 18. Februar, mit dem Ruhrtaulauf des VfL Fröndenberg. Anmeldungen hierzu sind

im Internet unter www.mi-preuss.de möglich. Weitere Lauftermine sind der Unnaer City-Lauf (11. März), Kamener Volkslauf (1. Mai), Volkslauf Bergkamen (10. September), Internationaler Hellweglauf Lünnern (8. Oktober) und der Crosslauf in Hemmerde (28. Oktober).

Spitzenplatz im Breitensport

SPORTABZEICHEN 788 Bönener schafften 2005 die Anforderungen – Offizielle Vergabe in der Aula

BÖNEN ■ Mit der 31. Verleihung der Sportabzeichen ging am Samstagabend in der Aula des Marie-Curie-Gymnasiums eine Ära zu Ende. Elmar Barenhoff, der die Veranstaltung in seiner Eigenschaft als Sportabzeichen-Obmann von 1983 bis 2005 durchgeführt hatte, wurde von seiner Nachfolgerin Birgit Stephan verabschiedet. Die Statistik, die sie für das Jahr 2005 präsentierte, fiel gut aus, wenn auch nicht so gut wie im Vorjahr. 788 Bönenerinnen und Bönener legten im vergangenen Jahr das Sportabzeichen ab.

Das sind 62 weniger als im Jahr 2004, doch die Zahl ist immer noch hoch für eine Gemeinde von etwa 20000 Einwohnern. Sie bedeutet: Jeder 25. Bönener nahm im vergangenen Jahr am Sportabzeichen-Wettbewerb teil. Diese Zahl wird Bönen kreisweit wohl wieder an die Spitze und auch landesweit weit nach oben bringen. 2004 belegte Bönen den zehnten Platz unter 365 Städten und Gemeinden NRW.

Wichtigster Programmpunkt der fast dreistündigen Veranstaltung war die Vergabe der Urkunden. Mit 43 Gold-Wiederholungen war Elmar Ba-

renhoff Spitzenreiter unter den Geehrten. Die älteste Absolventin war die 81-jährige Elfriede Trippe. Eine besondere Ehrung wurde den „Jubilaren“ zuteil. Sie bekamen aus der Hand des Fröndbergers Raimund Camminadi, seit vergangem Jahr Barenhoffs Nachfolger als Sportabzeichen-Beauftragter des Kreises Unna, Ehrennadeln des Deutschen Sport-Bundes. Ludwig Gosewinkel bekam eine für seine 40., Kurt-Heinz-Stange für seine 30. Teilnahme. Heinz Wüste, Manfred Theymann, Herbert Lammers und Horst Jantz wurden für ihr 25. Mal ausgezeichnet. Gold mit Zahl errangen auch Horst Urban, Ulf Kasischke, Heinz Busch, Elfriede Trippe (alle 20), Thomas Köster, Marion Pflug, Xenia Mäkler, Karin Freitag, Hannelore Bauch (alle 15) sowie Mechthild Fabian und Gisela Homeyer (beide zehn).

Die Grundschule mit den anteilig meisten Startern war wie schon 2004 die Ermelingschule (56,4 Prozent aller Schüler). Bei den weiterführenden Schulen hatte das Marie-Curie-Gymnasium die Nase vorn (23,9 %). Beide Schulen bekamen dafür Wander-

pokale der Volksbank Bönen bzw. Sparkasse Bergkamen-Bönen sowie einen Scheck über 100 Euro. Die teilnahmefreudigsten Vereine waren Lauffreunde Bönen (24,6 %) und VSG Bönen (22,6 %).

Diese und die Einzelurkunden überreichten Sportabzeichen-Obfrau Birgit Stephan, Gemeindegemeinschaftsvorsitzender Rudolf Mäkler, Bürgermeister Rainer Eckuchen, Edelgard Blümel (Fachbereichsleiterin der Gemeinde), Detlef Pilz (stellvertr. Bürgermeister), Thomas Köster (stellv. Vorsitzender des Ausschusses für Familie, Sport und Kultur) sowie Heinz Drücke (GSV-Initiator).

Besonders geehrt für ihre Verdienste um das Sportabzeichen in Bönen wurden Elmar Barenhoff sowie Günter Standop, mit dem 1975 alles begann. Die Sportabzeichen-Hauptsaison 2006 beginnt im Mai. Am 12. Mai findet am Sportzentrum zudem der Sportabzeichen-Vergleichswettbewerb der Verwaltungen im Kreis statt. ■ sst



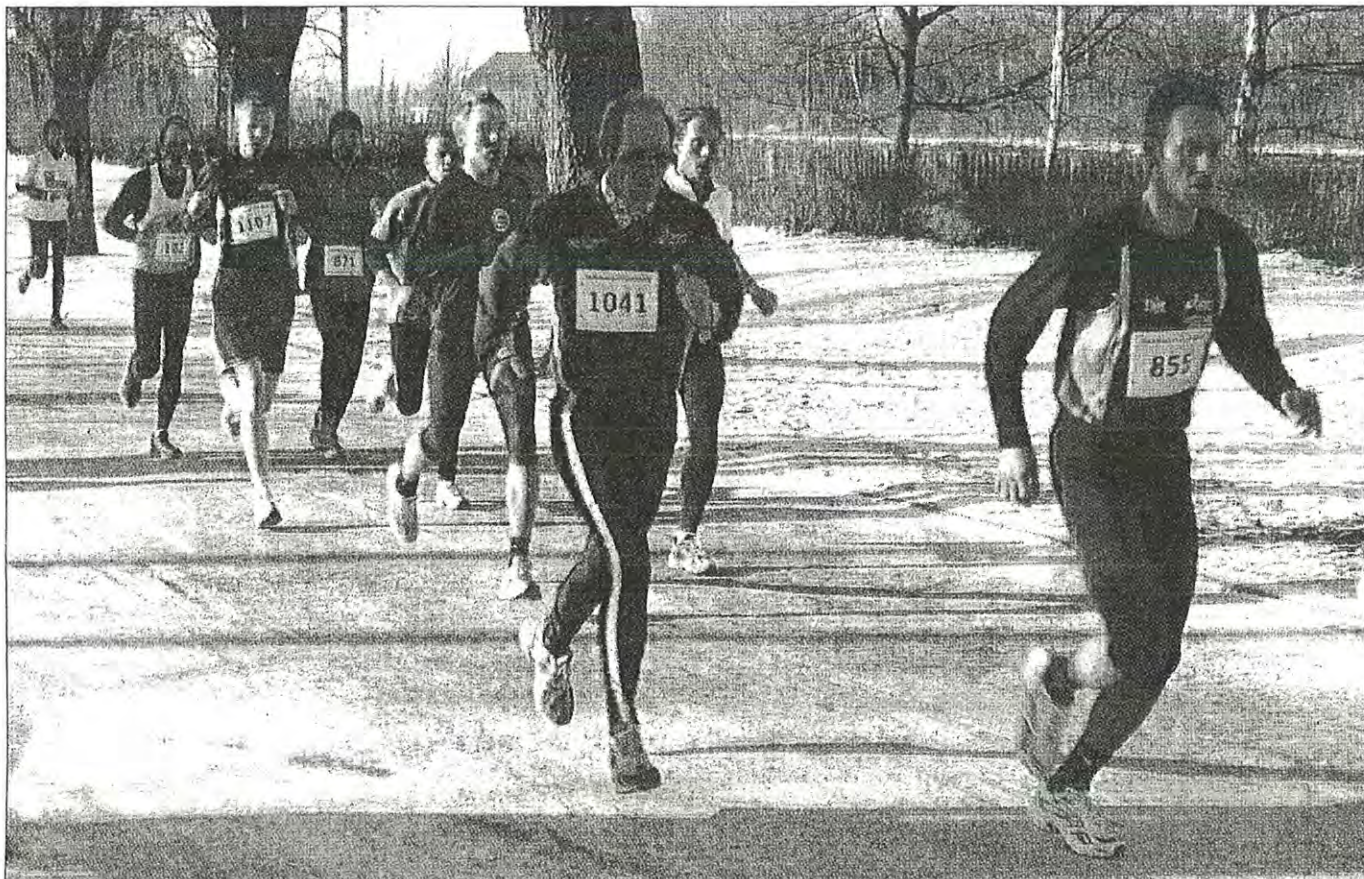
Zu diesem Thema gibt es eine Umfrage www.wa-online.de



Gold mit Zahl: Raimund Camminadi (l.) vom Kreis, Sportabzeichen-Obfrau Birgit Stephan (m.) und Bönens GSV-Vorsitzender Rudolf Mäkler (r.) ehrten Heinz Wüste, Herbert Lammers, Manfred Theymann, Kurt-Heinz Stange und Ludwig Gosewinkel. ■ Fotos (5): Stock



Unter den Sport-Symbolen in der Aula des Marie-Curie-Gymnasiums: Sportabzeichen-Absolventen 2005.



Mehr als 1.600 Teilnehmer/innen beteiligten über die 10 Kilometer bei der Hammer Laufserie. Darunter zahlreiche Starter der Lauffreunde Bönen. Schnellster Mann aus dem Bönener Team war Dirk Pfeffer, schnellste Frau Katrin Walter. (Bild: LFB)

Lauffreunde Bönen: Klaus Budde liefert bei Hammer Serie sportlich wertvollste Leistung ab und...

Hoffnung auf einstellige Platzierung

Leichtathletik: Die Hammer Laufserie erlebte einen „scheinbaren“ Bilderbuchauftakt zu ihrer 32. Auflage. Einerseits gab es strahlenden Sonnenschein, andererseits bot sich den mehr als 1.600 Läufer/innen ein schwieriges Geläuf über eine teilweise geschlossene Schneedecke.

Schnellster der Lauffreunde Bönen war einmal mehr Dirk Pfeffer, der nach 38:47 Minuten ins Ziel lief. Die sportlich wertvollste Leistung lieferte aber Klaus Budde ab, der in 39:14 Minuten in der Klasse M 50 auf den vierten Platz lief und damit Ansprüche auf einen vorderen Platz in der Serienwertung, die sich aus der Addition der Zeiten aller drei Läufe ergibt, anmeldete. Ergänzt durch die Zeit von Jörg Holtmann (39:19 Min.) ka-

men dabei die Bönener Männer bei starker Konkurrenz auf Platz 20 von immerhin 184 Mannschaften.

Die Bönener Frauen brachten es sogar auf Platz drei in der Mannschaftswertung (von 64 Teams). Die Ergebnisliste nennt hier die Namen Katrin Walter (42:46 Min.), Bettina Reisige-Muhr (45:29 Min.) und Susanne Brinkmann (46:13 Min.). Laufwart Jürgen Korvin musste jedoch die Veranstalter darauf aufmerksam machen, dass Silke Kluge nicht in der vorläufigen Ergebnisliste erscheint. Dazu Jürgen Korvin: „Silke ist wenige Schritte vor Alexander Unruh ins Ziel gelaufen mit einer selbst gestoppten Zeit von 44:41 Minuten. Die Hammer hatten wohl Computerprobleme.“ Susanne Brinkmanns Zeit trug dazu bei, den 8. Platz der 2. Frauenmannschaft mit

Manuela Maletz (48:00 Min.) und Dorothea Pfeffer (48:53 Min.) zu festigen.

Neben Klaus Budde machen sich auch andere Lauffreunde Hoffnung auf eine einstellige Platzierung im Gesamtergebnis.

Corinna Stoepel läuft auf Rang eins

Katrin Walter (42:46 Min.) erreichte Platz 6 in der weiblichen Hauptklasse, Ulf Kasischke (45:20 Min.) Platz 5 in M 60, Ingrid Tessarek (53:35 Min.) Platz 3 in W 55, gefolgt von Gisela Homeyer (54:37 Min.) auf Platz 4 und Helga Schlüter (56:24 Min.) auf Platz 5 ebenfalls in W 55. Silke Kluges Zeit würde nach einer Korrektur der Ergebnisliste

Platz 6 in W 35 bedeuten.

Corinna Stoepel erreichte in 51:04 Min. Platz eins bei der weiblichen Jugend A. Wanja-Sören Drees wurde Dritter bei der männlichen Jugend B in 48:43 Minuten. Weitere Ergebnisse: Thomas Kohrt 39:41 Min., Wolfgang Löddemann 41:40 Min., Joachim von Glahn 42:03 Min., Thomas Freitag 42:20 Min., Marcus Münstermann 42:29 Min., Michael Wöllert 43:45 Min., Alexander Unruh 44:56 Min., Rüdiger Budde 46:45 Min., Dieter Freitag 47:39 Min., Khodr Harb 48:31 Min., Simon Vulf 49:01 Min., Hartmut Stoepel 49:02 Min., Walter Teumert 49:35 Min., Frank Skalski 49:43 Min., Michael Daidok 49:48 Min., Lothar Kotulla 51:58 Min., Jürgen Flechsig 52:06 Min., Lothar Dieckmann 53:12 Min., Klaus Homeyer 54:19 Min.

INFO

„Serie“ hat drei Läufe

■ Die „Serie“, so wie die Hammer Veranstaltungsreihe in Läuferkreisen knapp aber respektvoll bezeichnet wird, umfasst drei Läufe, der erste geht über 10 km, der zweite über 15 km (12.2.) und der letzte über die Halbmarathondistanz von 21,1 km (26.2.). Durch die integrierte Teamwertung gibt es in Hamm übrigens die für die Individualsportler seltene Gelegenheit, auch in der Mannschaft Präsenz zu zeigen.

Volkhard Braucks startet schnell in die „Serie“ ^{1.2}

LEICHTATHLETIK Über 1600 Läufer gehen in Hamm die zehn Kilometer an

KREIS UNNA ■ Die Hammer Laufserie erlebte am vergangenen Sonntag einen „scheinbaren“ Bilderbuchauftakt zu ihrer 32. Auflage. Einerseits gab es strahlenden Sonnenschein, andererseits bot sich den mehr als 1600 Läuferinnen und Läufern ein schwieriges Geläuf über eine teilweise geschlossene Schneedecke.



Bönens Katrin Walter war gewohnt stark.

Die „Serie“ umfasst drei Läufe, der erste geht über 10 km, der zweite über 15 km und der letzte über die Halbmarathondistanz von 21,1 km. Mit dabei waren unter anderem die heimischen Vereine mit ausgewählten Ergebnissen.

VfL Kamen:

Der Kamener Volkhard Braucks war beim Start in die Hammer Lauf-Serie wieder einmal der wohl schnellste heimische Vertreter. Er benötigte für die zehn Kilometer 35,53 Minuten, wurde Fünfter der Männer-Hauptklasse und 15. gesamt.

Weitere Resultate: Seidel Bernd 1963 44:35 88 M 40; Knaack Fabian 1990 44:15

Lauffreunde Bönen:

Schnellster Bönener war einmal mehr Dirk Pfeffer, der nach 38:47 Min. ins Ziel lief. Die sportlich wertvollste Leistung lieferte aber Klaus Budde ab, der in 39:14 Min. in der Klasse M50 auf den vierten Platz lief und damit Ansprüche auf einen vorderen Platz in der Serienwertung anmeldete. Ergänzt durch die Zeit von Jörg Holtmann (39:19 Min.) kamen dabei die Bönener Männer bei starker Konkurrenz auf Platz 20 von immerhin 184 Mannschaften. Die Bönener Frauen brachten es sogar auf Platz drei in der Mannschaftswertung (von 64 Mannschaften). Die Ergebnisliste nennt hier die Namen Katrin Walter (42:46 Min.), Bettina Reisinger-Muhr (45:29 Min.) und Susanne Brinkmann (46:13 Min.). Susanne Brinkmanns Zeit trägt dann dazu bei, den 8. Platz der zweiten Frauenmannschaft mit Manuela Maletz (48:00 Min.) und Dorothea Pfeffer (48:53 Min.) zu festigen.

zwei Wochen und dem abschließenden Halbmarathon Ende Februar entgegen.

Weitere Resultate: Günter Wasch, M 50, 40:38 Min.; Marko Hoppe, M 40, 43:40 Min.; Thomas Eder, M 40, 44:21 Min.; Andreas Schulz, M 45, 45:55 Min.; Iso Metzler, W 40, 47:58 Min.; Bettina Gerken, W 35, 49:40 Min.; Frank Fein, M 50, 50:51 Min.; Claudia Brandt, W 35, 52:31 Min.; Bettina Belghaus, W 40, 56:37 Min.; Bettina Joseph, W 40, 57:43 Min.

SuS Oberaden:

40 Aktive des SuS starteten zum Auftakt der Hammer Winterlaufserie. Den Altersklassensieg gab es für Hans-Peter Schwarz (M65) der nach 42:34 das Ziel erreichte. Zweite Ränge erliefen Martina Moosburger (W45), 42:58, Horst Krieg (M75), 53:08, und Werner Wlosik (M70), der mit 49:41 Min. einen neuen Vereinsrekord aufstellte. Schnellster SuSler war Nils Wessels (16. HK) in 37:23. Neumitglied und B-Jugendlicher Michael Krieg verfehlte mit 40:02 knapp die 40-Minuten-Schallmauer und wurde Fünfter in seiner Altersklasse.

Weitere Resultate: Elisabeth Albrecht, 74. W40 (785.) 1:12:17, Peter Albrecht, 133. M40 (392.) 48:25, Andre Arendsee, 28. M35 (126.) 40:01, Marion Benkö, 20. W35 (367.) 50:16, Willy Brand, 6. M70 (757.) 1:04:47, Dorothee Bredow, 10. WHK (293.) 48:50, Annegret Brigatt, 26. W50 (676.) 59:52, Heiko Bucker, 115. M35 (414.) 49:12, Thorsten Bucker, 148. M35 (523.) 54:14, Wilfried Bucker, 44. M55 (412.) 49:11, Wolfgang Dellwig, 108. M40 (327.) 46:22, Sigrid Döbbe, 7. W50 (244.) 47:45, Andrea Fuhrwerk, 42. W35 (654.) 59:12, Ursula Grandjot, 13. W45 (369.) 50:18, Christa Hucks, 19. W50 (533.) 5:03, Horst Krieg, 2. M75 (476.) 53:08, Michael Krieg, 5. JB (127.) 40:02, Oliver Kortmann, 41. M30 (417.) 49:15, Georg Lazowski, 22. M55 (148.) 44:55, Anja Lukas, 49. W45 (693.) 1:00:49, Markus Marszalek, 21. M35 (90.) 38:55, Tanja Marth, 10. W30 (253.) 47:53, Steffen Maletz, 91. M35 (329.) 46:24, Torsten Mols, 161. M40 (454.) 50:36, Martina Moosburger, 2. W45 (102.) 42:58, Claudia-S. Olschewski, 19. W45 (427.) 51:53, Dirk Petersen, 160. M35 (566.) 58:35, Carsten Petrat, 20. M30 (172.) 41:34, Rolf Röhr, 55. M55 (497.) 52:54, Heinz Schröder, 4. M45 (241.) 43:23, Hans-Peter Schwarz, 1. M65 (91.) 42:34, Werner Silz, 23. M65 (640.) 58:49, Jörg Stehula, 31. M35 (133.) 40:25, Matthias Stobbe, 107. M35 (388.) 48:21, Mi-

chael-Peter Taube, 25. M60 (528.) 55:00, Christian Thielsch, 5. M45 (270.) 44:26, Otto Verfuß, 74. M55 (694.) 1:00:49, Jürgen Weskam, 146. M35 (518.) 54:07, Nils Wessels, 16. HK (46.) 37:23, Werner Wlosik, 2. M70 (347.) 49:41

Lauf Team Unna:

Arnulf Bergmann war am Sonntag schnellster Starter des Lauf-Teams Unna. Er finishte in 38,29 Minuten die zehn Kilometer. Dicht dahinter platzierte sich dann auch schon Martin Delbrügge mit 39,10 Min. Insgesamt 13 Mitglieder des Lauf-Teams beteiligten sich am Serien-Auftakt. In der Mannschaftswertung liegen die Frauen (Berndt, Redix, Mashiter) in 2,20:50 Std. auf Platz sechs; die Männer (Bergmann, Delbrügge, Gelfuß) nehmen mit 1,58:52 Std. den 25. Platz ein.

Weitere Resultate: Bergmann, Arnulf 0:38:29 19. M40, Delbrügge, Martin 0:39:10 Serie 21. Platz M35, Gelfuß, Martin 0:41:13 Serie 36. Platz M40, Döneke, Michael 0:41:39 Serie 42. Platz M40, Schröder, Thorsten 0:45:29 Serie 82. Platz M40, Berndt, Suliko 0:45:58 Serie 7. Platz W40, Redix, Kristina 0:46:23 Serie 6. Platz W20, Wiemann, Franz 0:47:33 Serie 10. Platz M60, Mashiter, Cornelia 0:48:29 10. W45, Rosin, Anja 0:48:34 Serie 12. Platz W35, Langanke, Rainer 0:49:28 Serie 63. Platz M50, Janowski, Hubert 0:53:57 Serie 3. Platz M70, Kiehl, Siegfried 0:55:04 Serie 54. Platz M55

Laufsportfreunde Unna:

Daniel Matlok führte die Teilnehmer der Laufsportfreunde Unna an. Der A-Jugendliche beendete den Lauf nach 38,17 Minuten als Siebter der männlichen Jugend A.

Weitere Resultate: Brettschneider Wolfgang 1966 LSF Unna 41:32 49 M 40, Dombrowe Emanuel 1967 LSF Unna 50:55 129 M 35, Herdieckerhoff Ralf 1964 LSF Unna 42:01 54 M 40, Grimm Christian 1965 LSF Unna 48:23 131 M 40, Riechert Willi 1943 LSF Unna 2000 41,04

TVG Kaiserau:

Auch der TVG Kaiserau schickte Athleten zum Start in die „Serie“. Erster in der vereinsinternen Wertung wurde hier Matthias Deiters in 40:44 Minuten, was ihm den 14. Rang in der Altersklasse M30 einbrachte.

Weitere Resultate: Peter Klaus 1962 TVG Kaiserau 42:56 67 M 40, Patryjas Walter 1954 TVG Kaiserau 49:12 5 M 50, Walter Lothar 1954 TV Germania Kaiserau 56:00 8 M 50, Walter Lothar 1954 TV Germania Kaiserau 56:00 8 M 50, Strauch Werner 1954 TVG Kaiserau 46:32 43 M 50, Willfroth Siegfried 1954 TVG Kaiserau 44:16 27 M 50, Hawer Heike 1974 TVG Kaiserau 57:03 25 W 30, Kunze Gerhard 1948 TVG Kaiserau 1:01:53 76 M 55, Ketendörfer Heinz Otto 1946 TVG Kaiserau 00:47:49 13 M 60



Wieder stark vertreten: Einige Läufer des SuS Oberaden bei der „Hammer Serie“.



Starke Vorstellung beim Auftakt der Hammer Laufserie: Klaus Budde von den Lauffreunden Bönen (Nr. 1041). ■ Foto: pr

Im Team weit vorne 7.2

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen beim Auftakt der Hammer Laufserie
Frauen in der Mannschaftswertung auf Platz drei – Dirk Pfeffer schnellster Bönener

BÖNEN ■ Das Wetter war beim Auftakt zur 32. Auflage der Hammer Laufserie am Sonntag wie im Bilderbuch, nur der eisige Schnee-Untergrund machte den rund 1600 Starterinnen und Startern, darunter etliche von Lauffreunden Bönen, etwas zu schaffen. Dennoch gab es ordentliche Zeiten über die Zehn-Kilometer-Strecke. Schnellster Bönener war wieder einmal Dirk Pfeffer, der nach 38:47 Min. ins Ziel lief. Die sportlich wertvollste Leistung lieferte aber Klaus Budde, der in 39:14 Min. in der Klasse M50 auf den vierten Platz lief und damit Ansprüche auf einen vorderen Platz in der Serienwertung anmeldete. Diese setzt sich aus den Ergebnissen von 10-, 15- und 21,1 km-Lauf zusammen.

Durch die integrierte Mannschaftswertung gibt es in Hamm die für Individualsportler seltene Gelegenheit, auch als Mannschaft zu plän-

ner Männer bei starker Konkurrenz auf Platz 20 von immerhin 184 Mannschaften. Das erste Bönener Frauen-Trio mit Katrin Walter (42:46 Min.), Bettina Reisige-Muhr (45:29 Min.) und Silke Kluge (44:41 Min.) belegte den dritten Platz von 64 Mannschaften und das zweite Lauffreunde-Team mit Susanne Brinkmann (46:13 Min.), Manuela Maletz (48:00 Min.) und Dorothea Pfeffer (48:53

Min.) Rang acht.

Neben Klaus Budde machen sich auch andere Lauffreunde Hoffnung auf eine einstellige Platzierung im Gesamtergebnis. Katrin Walter (42:46 Min.) erreichte Platz sechs in der weiblichen Hauptklasse, Ulf Kasischke (45:20 Min.) Platz fünf in M60, Ingrid Tesarek (53:35 Min.) Platz drei in W55, gefolgt von Gisela Homeyer (54:37 Min.) auf Platz vier und Helga Schlüter

(56:24 Min.) auf Platz fünf, ebenfalls in W55. Silke Kluges Zeit würde nach einer Korrektur der Ergebnisliste, in der sie zunächst vergessen wurde, Platz sechs in W35 bedeuten. Auch die Bönener Junioren schnitten gut ab. Corinna Stoepel erreichte in 51:04 Min. Platz eins bei der weiblichen Jugend A. Wanja-Sören Drees wurde Dritter bei der männlichen Jugend B in 48:43 Min.

Die restlichen Ergebnisse der Lauffreunde Bönen: Thomas Kohrt 39:41 Minuten, Wolfgang Löddemann 41:40, Joachim von Glahn 42:03, Thomas Freitag 42:20, Marcus Münstermann 42:29, Michael Wöllert 43:45, Alexander Unruh 44:56, Rüdiger Budde 46:45, Dieter Freitag 47:39, Khodr Harb 48:31, Simon Vulf 49:01, Hartmut Stoepel 49:02, Walter Teumert 49:35, Frank Skalski 49:43, Michael Daidok 49:48, Lother Knull 51:59, Jürgen



Auch über 15 km vorne dabei

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen
beim zweiten Teil der Hammer Winterserie

172

BÖNEN/HAMM ■ Ein Pflichttermin im Startkalender der Lauffreunde Bönen war der zweite Lauf der Winterserie rund um das Hammer Jahnstadion. Nach dem Auftaktprogramm über zehn Kilometer ging es am vergangenen Sonntag beim zweiten Teil der dreiteiligen Serie über die seltener gelaufene 15-Kilometer-Distanz. 1100 Läuferinnen und Läufer gingen bei optimalen äußeren Bedingungen an den Start.

Den 35. Platz im Gesamtklassement belegte Dirk Pfeffer mit einer Endzeit von 56:23 Min (Platz 9 in der Altersklasse M40). Auch Klaus Budde lief mit einer Zeit von 59:00 Min. unter die Top 100 (Platz 87 Gesamt, Platz 6 in M50). Katrin Walter kam nach 1:04:42 Std. ins Ziel und erreichte damit Platz vier in der weiblichen Hauptklasse. Weitere gute Klassenplatzierungen erreichten Silke Kluge (1:07:00 Std., Platz 9 in W35), Ulf Kasischke (1:08:39 Std., Platz 8 in M60), Dorothea Pfeffer (1:10:04 Std., Platz 7 in W45), Ingrid Tessarek (1:21:46 Std., Platz 3 in W55), Gisela Homeyer (1:22:47 Std., Platz 4 in W55) und Helga Schlüter (1:24:38 Std., Platz 5 in W55). Corinna Stoepel gewann in 1:16:48 Std. die Klasse der weiblichen Jugend A. Silke Kluge und Corinna Stoepel liefen damit neue persönliche Bestzeiten. Aber auch Susanne Brinkmann (1:10:19 Std.), Khodr Harb (1:12:21 Std.), Dieter Freitag (1:13:42 Std.) und Jürgen Flechsig (1:17:40 Std.) liefen die 15 Kilometer so schnell

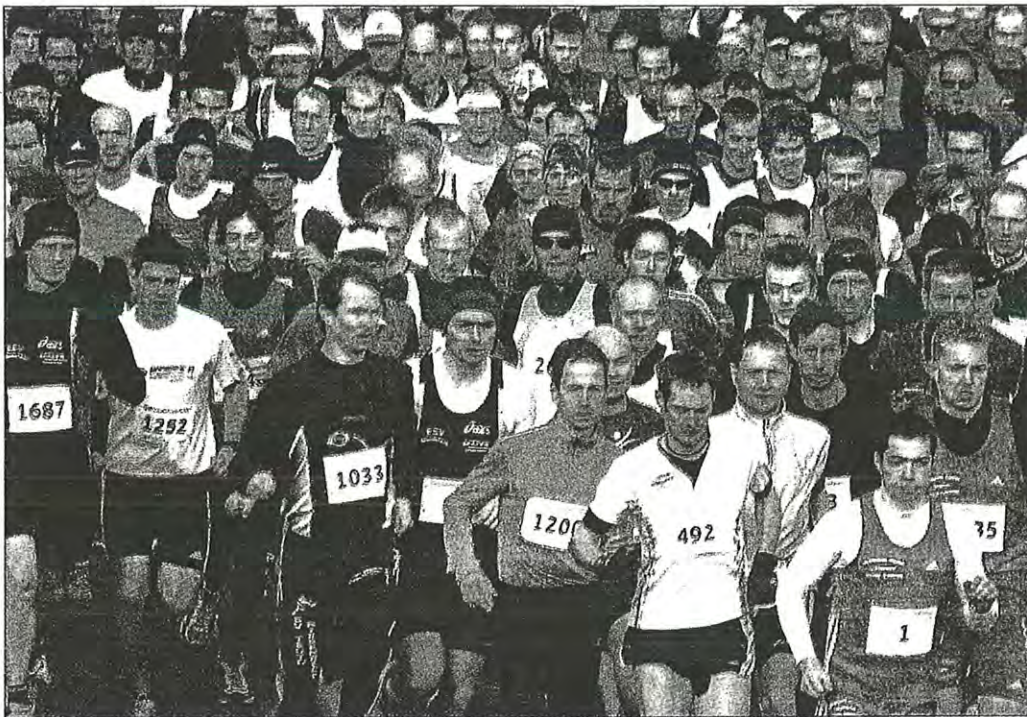
wie noch nie.

Die Zeiten der anderen Bönener Starter: Wolfgang Löddemann 1:04:00 Std., Thomas Freitag 1:04:28 Std., Joachim von Glahn 1:04:53 Std., Marcus Münstermann 1:05:35 Std., Michael Wöllert 1:06:42 Std., Walter Teumert 1:12:34 Std., Manuela Maletz 1:13:47 Std., Simon Vulf 1:14:25 Std., Hartmut Stoepel 1:14:59 Std., Michael Daidok 1:15:14 Std.

In der Serienwertung, der Addition aller drei Läufe, zeichnen sich gute Ergebnisse ab. Die besten Chancen, ihre Klasse zu gewinnen, hat Corinna Stoepel. Sie führt zurzeit in der weiblichen Jugend A. Katrin Walter belegt in der weiblichen Hauptklasse den vierten Platz. Dirk Pfeffer belegt Platz 10 in M40, Klaus Budde Platz 4 in M55, Silke Kluge Platz 7 in W35, Ulf Kasischke Platz 6 in M60, Dorothea Pfeffer Platz 8 in W45, Susanne Brinkmann Platz 8 in W35, Manuela Maletz Platz 10 in W40. In W55 liegen Ingrid Tessarek auf Platz 3, Gisela Homeyer auf Platz 4 und Helga Schlüter auf Platz 5.

In der Mannschaft erfolgreich waren bisher auch die Bönener Frauen. Katrin Walter, Silke Kluge und Susanne Brinkmann liegen in der Zwischenwertung auf Platz zwei von 32 Frauentams. Die Männer mit Dirk Pfeffer, Klaus Budde und Wolfgang Löddemann liegen auf Rang 16 (von 117 Mannschaften).

Der abschließende Wettkampf über die Halbmarathondistanz von 21,1 km findet am Sonntag, 25. Februar statt. ■ **WA**



Dicht gedrängt zeigte sich das Starterfeld auch beim zweiten Lauf der Hammer Serie über 15 Kilometer.

Foto: Wiener

Dirk Pfeffer startet über 15 Kilometer durch

LEICHTATHLETIK 1123 Läufer beim zweiten Teil der Hammer Serie
Heike Resche vom DLRG Dellwig bleibt knapp über einer Stunde

Von Britta Künkel

KREIS UNNA ■ Nach den zehn Kilometern vor zwei Wochen fanden jetzt die 15 Kilometer der Hammer Lauferie 2006 statt. Erneut setzte sich der für Burgsteinfurt startende Philipp Brouwer in 49:35 Minuten durch. Auch die Ergebnisse der heimischen Starter können sich sehen lassen.



Dirk Pfeffer

Allen voraus Dirk Pfeffer von den Laufreunden Bönen, der in 56:23 Minuten den 35. Platz belegte. In der Wertung M40 schaffte er es als Neunter sogar in die Top Ten.

Ihm folgten Daniel Matlok (57:19, persönliche Bestzeit) von den LSF Unna und Markus Marszalek vom SuS Oberaden. Matlok kam mit Platz 46 der Gesamtwertung in der A-Jugend als Zweiter aufs Treppchen. Auf dem 51. Platz verpasste Marszalek als Elfter in der Wertung M35 die Top Ten nur knapp.

Beste heimische Frauen waren Heike Resche (DLRG Dellwig/Platz 146) in 1:01:10 Stunden, Katrin Walter (Laufreunde Bönen /239) in 1:04:42 Stunden und Martina Moosburger (SuS Oberaden/271) in 1:05:22 Stunden. In ihren Altersklassen kamen

alle drei unter die ersten fünf Läuferinnen.

Beim Lauf Team Unna zeigten vier Läufer mit Platzierungen unter den ersten Zehn in ihrer Wertung starke Leistungen. Einer schaffte es in der Gesamtwertung sogar unter die ersten Hundert: Martin Delbrügge, Platz 81.

Auf gute Ergebnisse kamen auch die Laufreunde Bönen, die neben Dirk Pfeffer mit Klaus Budde (87.) noch einen weiteren Läufer unter den ersten Hundert hatten. Das gute Ergebnis wurde abgerundet durch insgesamt 14 Plätze unter den ersten 500 und zehn Top Ten-Plätze in der Wertung nach Altersklassen.

Gut vertreten waren die Laufsportfreunde Unna mit



Werner Wlosik

17 Startern. Wie Daniel Matlok zeigte auch Willi Riechert eine gute Leistung. Er siegte in 1:01:16 Stunden in der Wertung M60 und wurde insgesamt 149. Auch Jarmila Brettschneider-Böning (629./19. W35) überzeugte als beste Frau überzeugen.

Der wieder einmal stark vertretene SuS Oberaden war mit 38 Läufern ins Rennen gegangen und freute sich gleich über zwei Vereinsrekorde. Die Vereinsrekordzeit von 1:03:16 bedeutete für Hans-Peter Schwarz gleichzeitig den Altersklassensieg (M65). Ebenfalls Vereinsrekordzeit erzielte Werner Wlosik (1:14:21), was ihm in der Wertung M70 den zweiten Platz einbrachte. Viele starke Leistungen und dem-

entsprechend gute Platzierungen gab es auch bei den Frauen: Kerstin Weber (2. WJgd A), Martina Moosburger (271./3. W45), Sigrid Döbbe (446./4. W50) und Tanja Marth (465./9. W30) erreichten in ihren Wertungen gute Platzierungen unter den ersten Zehn.

Die Läufer des TLV Rünthe bestätigten alle ihre gute Form. Das Frauen-Trio um Iso Metzler (570./9. W40), Claudia Brandt (852./28. W35) und Bettina Joseph (1026./44. W40) hatte erstmalig an dem Wettkampf teilgenommen und auf Anhieb gute Ergebnisse erzielt. Grund zur Freude hatte auch Marko Hoppe (267./63. M40), der in 1:05:12 Stunden persönliche Bestzeit lief.

Der TVG Kaiserau, dieses Mal nur mit Männern am Start, war besonders durch Matthias Deiters auf Platz 139 (13./M30) und Klaus Peter (245./55. M40) gut vertreten.

Auch der VfL Kamen war wieder mit dabei. Der jüngste Kamener, Fabian Knaack, belegte in der Wertung der B-Jugend den siebten Platz und wurde insgesamt 485. Damit war er hinter Bernd Seidel (394./90. M40) zweitbesten der Kamener Starter.

Hammer Serie Pflichttermin für die Lauffreunde Bönen - Halbmarathon zum Abschluss

Corinna Stoepel mit Chancen auf den Gesamtsieg 23.02.

Ein Pflichttermin im Startkalender der Lauffreunde Bönen war der zweite Lauf der Hammer Winterlaufserie über 15 Kilometer vor wenigen Tagen. Der dritte und abschließende Wettkampf über die Halbmarathondistanz von 21,1 km findet am kommenden Sonntag, 26. Februar, rund um das Jahnstadion in Hamm ausgetragen.

Den 35. Platz im Gesamtklassensament belegte Dirk Pfeffer mit einer Endzeit von 56:23 Min (Platz 9 im M 40). Auch Klaus Budde lief mit einer Zeit von 59:00 Min. unter die ersten Hundert (Platz 87 Gesamt, Platz 6 in M 50). Katrin Walter kam nach 1:04:42 Std. ins Ziel und erreichte damit Platz 4 in der weiblichen Hauptklasse. Weitere gute Klassenplatzierungen erreichten Silke Kluge (1:07:00 Std., Platz 9 in W 35), Ulf Kasischke (1:08:39 Std., Platz 8 in M 60), Dorothea Pfeffer (1:10:04 Std., Platz 7 in W 45), Ingrid Tessarek (1:21:46 Std., Platz 3

in W 55), Gisela Homeyer (1:22:47 Std., Platz 4 in W 55) und Helga Schlüter (1:24:38 Std., Platz 5 in W 55). Corinna Stoepel gewann in 1:16:48 Std. die Klasse der weiblichen Jugend A.

Silke Kluge und Corinna Stoepel liefen damit neue persönliche Bestzeiten. Aber auch Susanne Brinkmann (1:10:19 Std.), Khodr Harb (1:12:21 Std.), Dieter Freitag (1:134:42 Std.) und Jürgen Flehsig (1:17:40 Std.) liefen die 15 km so schnell wie noch nie in ihrem Leben.

Hier die weiteren Zeiten: Wolfgang Löddemann 1:04:00 Std., Thomas Freitag 1:04:28 Std., Joachim von Glahn 1:04:53 Std., Marcus Münstermann 1:05:35 Std., Michael Wöllert 1:06:42 Std., Walter Teumert 1:12:34 Std., Manuela Maletz 1:13:47 Std., Simon Vulf 1:14:25 Std., Hartmut Stoepel 1:14:59 Std., Michael Daidok 1:15:14 Std.

Gute Ergebnisse zeichnen sich in der Serienwertung, der Addition aller drei Läufe ab. In der Zwischenwertung nach

dem 10- und 15-km-Lauf ergibt sich folgendes Bild: Dirk Pfeffer Platz 10 in M 40, Klaus Budde Platz 4 in M 55, Katrin Walter Platz 4 in der weiblichen Hauptklasse, Silke Kluge Platz 7 in W 35, Ulf Kasischke Platz 6 in M 60, Dorothea Pfeffer Platz 8 in W 45, Susanne Brinkmann Platz 8 in W 35, Manuela Maletz Platz 10 in W 40. In W 55 liegen Ingrid Tessarek auf Platz 3, Gisela Homeyer auf Platz 4 und Helga Schlüter auf Platz 5. Corinna Stoepel hat alle Chancen, die Serienwertung der weiblichen Jugend A zu gewinnen. Hier führt sie zur Zeit.

In der Mannschaft erfolgreich waren bisher auch die Bönener Frauen. Katrin Walter, Silke Kluge und Susanne Brinkmann liegen in der Zwischenwertung auf Platz zwei von 32 Frauenmannschaften. Dies lässt auf eine gute Platzierung in der Gesamtwertung hoffen. Die Männer mit Dirk Pfeffer, Klaus Budde und Wolfgang Löddemann liegen hier auf Platz 16 (von 117 Mannschaften).



Startphase im Hammer Jahnstadion: Katrin Walter (LF Bönen) kam nach 1:04:42 Stunden ins Ziel und erreichte damit Platz vier in der weiblichen Hauptklasse über 15 Kilometer. (Bild: LFB)

Immer mehr Walker

JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG Entspannter Rückblick der Lauffreunde Bönen
Am 19. Mai findet wieder „Bönens schnellste Schule“ am Sportzentrum statt

BÖNEN ■ Weit in die Zukunft blickte Dieter Maletz am Freitagabend in der Jahreshauptversammlung der Lauffreunde Bönen. Erst im vergangenen Jahr feierte der Klub seinen 20. Geburtstag, doch sein Vorsitzender dachte schon voraus zum Silberjubiläum des Vereins im Jahre 2010. „Das wird eine richtig große Party“, schürte Maletz die Vorfreude unter den 43 Mitgliedern in der Gaststätte Kreutz.

Wichtige Personalentscheidungen waren in diesem Jahr nicht auf der Tagesordnung. Im Mittelpunkt eines entspannten Abends standen ausgiebige Danksagungen. In erster Linie dankte Dieter Maletz den zahlreichen Helfern, die den Volkslauf „Rund um Flierich“ zu einem „Fest für Läufer“ hatten werden lassen. „Der Lauf ist inzwischen überregional bekannt“ und somit eine gute Werbung für die Gemeinde, freute sich Maletz über die gleichbleibend hohe Teilnahme an der Großveranstaltung am zweiten Januar-Wochenende. In diesem Jahr hatten 879 Teilnehmer die zehn Kilometer lange Strecke in Angriff genommen.

Zuwachs erhielt der Verein im letzten Jahr vor allem von Seiten der Walker. „Ältere Jogger satteln inzwischen vermehrt um“, sagte Maletz und blickte damit auch auf die eigene sportliche Karriere: vom Läufer zum Walker. Günter Tessarek hatte darauf die nicht ernst gemeinte Anre-



Rückblick und Ausblick: Lauffreunde-Vorsitzender Dieter Maletz. ■ Foto: Liesegang

gung, den Verein in das Wort-Ungetüm „Lauf- und Walking-Freunde“ umzubenennen. Dank gab es auch für Hartmut Stoepel: „Hartmut ist der Garant, dass wir seit Jahren die Vereinswertung beim Sportabzeichen dominieren“, lobte Maletz den Einsatz des Übungsleiters der Kinder- und Jugendarbeit, „und das wird sich auch in diesem Jahr nicht ändern.“

Gut angenommen wurde auch der von den Lauffreunden organisierte Wettbewerb „Bönens schnellste Schule“, der in diesem Jahr seine Fortsetzung am Sportzentrum finden wird. Als Termin wurde

der 19. Mai gesetzt. Die gesellschaftlichen Ereignisse koordiniert weiterhin Lothar Ponnickau, der „Vergnügungsminister auf Lebenszeit“, wie Maletz im Spaß formulierte. Dieses Jahr steht ein Vereinsausflug nach Fort Fun auf dem Programm. Die Lauffreundinnen gönnen sich in diesem Jahr ein besonderes Erlebnis: Frauenbeauftragte Ingrid Tessarek und ihr Team wollen möglichst viele Läuferinnen mit zum AVON-Lauf nach Berlin nehmen. Der Vier-Tage-Ausflug bietet auch genug Raum für die Höhepunkte der Bundeshauptstadt. ■ ml

Lauffreunde

1. Vorsitzender:

Dieter Maletz

2. Vorsitzende:

Cornelia Flessenkemper

Geschäftsführer, Lauf-, Pressewart: Jürgen Korvin

Kassenwart:

Lothar Dieckmann

Frauenbeauftragte:

Ingrid Tessarek

Kontakt: 77 66 (Maletz)

Internet:

lauffreunde-boenen.de

E-Mail:

info@lauffreunde-boenen.de

Mitglieder: 450

Montag, 27. Februar 2006

Lauffreunde ehren die Besten

LAUFSPORT Katrin Walter und
Dirk Pfeffer gewinnen Jahreswertung

BÖNEN ■ Wer hat im vergangenen Jahr bei den Lauffreunden Bönen die besten Leistungen abgeliefert? Die Antwort von Laufwart Jürgen Korvin war für die wenigsten überraschend: „Die vereinsinterne Punktwertung gewannen Katrin Walter und Dirk Pfeffer.“

Dirk Pfeffer lag dabei auf allen Strecken vorn. Seine Leistungen: 5 km in 17:40 Min., 10 km in 35:14 Min., 15 km in 55:14 Min., Halbmarathon in 1:17:53 Std. und Marathon (42,2 km) in 2:45:33 Std. Auf Platz 2 folgte Klaus Budde und auf Platz 3 Michael Wöllert.

Katrin Walter lieferte folgende Leistungen ab: 5 km in 19:54 Min., 10 km in 41:45 Min., 15 km in 1:04:27 Std., Halbmarathon in 1:35:00 Std. und Marathon in 3:43:58. Lediglich über die Marathon-Distanz musste sie

Dorothea Pfeffer (3:26:58 Std.) und Manuela Maletz (3:43:47 Std.) den Vortritt lassen. Pfeffer und Maletz folgten ihr in der Punktwertung auf Platz 2 und 3.

Insgesamt 6 Lauffreunde sind erstmals Marathon gelaufen. Manuela Maletz in 3:43:47 Std., Christine Uelzmann in 3:55:15 Std., Michael Wöllert in 3:2:32 Std., Carsten Kluge in 3:57:56 Std., Thomas Freitag in 3:53:18 Std. und Dieter Freitag in 4:19:21 Std.

Einen Sonderpreis gab es für die Marathonneulinge Manuela Maletz und Michael Wöllert. Und einen neuen Ultra - so der Jargon der Laufsportfreunde - gibt es ebenfalls in den Reihen der Lauffreunde. Dirk Pfeffer lieb bei den Deutschen 100 km-Meisterschaften in Leipzig eine Zeit von 8:03:40 Stunden. Damit liegt er auf Platz 24 der deutschen Bestenliste des vergangenen Jahres.



Thomas Freitag, Dieter Freitag, Klaus Budde, Manuela Maletz, Michael Wöllert, Katrin Walter, Dorothea Pfeffer und Dirk Pfeffer (v.l.) wurden bei den Lauffreunden ausgezeichnet.

Lauffreunde Bönen „metern“ Wettkampfkilometer: Männer 4123 und Frauen 2280

Katrin Walter und Dirk Pfeffer in der Punktwertung vorne

Leichtathletik: Einen Blick zurück auf das Jahr 2005 stand im Mittelpunkt einer Veranstaltung der Lauffreunde Bönen.

Wer hat im vergangenen Jahr die besten Leistungen abgeliefert? Die Antwort von Laufwart Jürgen Korvin war für die wenigsten überraschend: „Die vereinsinterne Punktwertung gewannen Katrin Walter und Dirk Pfeffer.“ Dirk Pfeffer lag dabei auf allen Wertungsstrecken vorn. Seine Leistungen: 5 km in 17:40 Minuten, 10 km in 35:14 Minuten, 15 km in 55:14 Minuten, Halbmarathon (21,1 km) in 1:17:53 Stunden und Marathon (42,2 km) in 2:45:33 Stunden. Auf Platz zwei folgte Klaus Budde und auf Platz drei Michael Wöllert.

Katrin Walter lieferte folgende Leistungen ab: 5 km in 19:54 Minuten, 10 km in

41:45 Minuten, 15 km in 1:04:27 Stunden, Halbmarathon in 1:35:00 Stunden und Marathon in 3:43:58. Lediglich über die Marathon-Distanz musste sie Dorothea Pfeffer (3:26:58 Std.) und Manuela Maletz (3:43:47 Std.) den Vortritt lassen. Pfeffer und Maletz folgten ihr in der Punktwertung auf Rang zwei bzw. Rang drei.

Marathon-Neulinge: Maletz und Wöllert

Dirk Pfeffer absolvierte im Jahr 2005 insgesamt 20 Wettkämpfe und lief dabei 411,0 Wettkampfkilometer, Dieter Freitag lief 17 Wettkämpfe mit 276,6 km und Thomas Freitag 15 Wettkämpfe mit 198,3 km.

Bei den Frauen lag hier Kat-



Die Besten der Lauffreunde Bönen: (von links): Thomas Freitag, Dieter Freitag, Klaus Budde, Manuela Maletz, Michael Wöllert, Katrin Walter, Dorothea Pfeffer und Dirk Pfeffer.

rin Walter vorne mit 31 Wettkämpfen und 332,2 km, gefolgt von Manuela Maletz mit 21 Wettkämpfen und 234,8 km und Dorothea Pfeffer mit 16 Wettkämpfen und 295,3

km. Insgesamt sechs Lauffreunde sind im letzten Jahr erstmals Marathon gelaufen, Manuela Maletz in 3:43:47 Std., Christine Uelzmann in 3:55:15 Std., Michael Wöllert

in 3:2:32 Std., Carsten Kluge in 3:57:56 Std., Thomas Freitag in 3:53:18 Std. und Dieter Freitag in 4:19:21 Stunden.

Einen Sonderpreis gab es in diesem Zusammenhang für die Marathon-Neulinge Manuela Maletz und Michael Wöllert, die beide auf Anhieb eine hervorragende Marathonzeit ablieferten. Und einen neuen Ultra - so der Jargon der Laufsportfreunde - gibt es ebenfalls in den Reihen der Lauffreunde: Dirk Pfeffer lieb bei den Deutschen 100 km-Meisterschaften in Leipzig eine Zeit von 8:03:40 Stunden. Damit liegt er auf Platz 24 der deutschen Bestenliste des vergangenen Jahres.

„Insgesamt liefen die Männer der Lauffreunde im Wettkampf 4123 km und unsere Frauen 2280 km“, fasste Jürgen Korvin die Leistung der Bönener zusammen.

Gelungener Abschluss der 32. Hammer Serie

LAUFSPORT Gesamtzeiten stehen nach Halbmarathon fest

KREIS UNNA ■ Am Sonntag fand in Hamm der letzte Lauf der Hammer Winterlaufserie statt. Zufrieden kehrten auch die Teilnehmer der heimischen Vereine zurück.

Die Laufserie setzt sich aus Läufen über 10 km, 15 km und 21,1 km (Halbmarathon) zusammen, die im 14-Tage-Abstand stattfinden, und wurde in diesem Jahr zum 32. Mal ausgetragen. Die Wertung erfolgt durch die Addition der jeweils gelaufenen Zeit.

Lauffreunde Bönen:

Schnellster Bönener beim Halbmarathon am vergangenen Sonntag war Dirk Pfeffer mit einer Zeit von 1:20:56 Std. (Platz 8 in M 40). Dies bedeutete Platz 37 von insgesamt 1:052 Finishern. Ihm folgte Klaus Budde auf Platz 87 mit einer Zeit von 1:24:38 Std. (Platz 5 in M 50). In sehr guter Form zeigte sich Katrin Walter. Sie beendete

das Rennen nach 1:30:40 Std. und wurde Dritte in der weiblichen Hauptklasse. Damit verfehlte sie ihre persönliche Bestzeit nur um 4 Sekunden. Den ersten Halbmarathon seines Lebens absolvierte Khodr Harb in 1:49:48 Std. Sein Kommentar: „So weit und lange bin ich noch nie gelaufen.“ Schnellster Bönener Serienteilnehmer war Dirk Pfeffer mit 2:56:06 Std., Platz 30 in der Gesamtwertung und Platz 7 in M 40. Klaus Budde (3:02:52 Std.) erreichte Platz 4 in M 50 und Ulf Kasischke (3:31:03 Std.) in M 60. Pech hatten die Bönener Frauen. Man hatte Platz 2 in der Mannschaftswertung ins Auge gefasst. Aber wegen gesundheitlicher Probleme konnten Bettina Reisige-Muhr und Silke Kluge nicht alle drei Läufe absolvieren und kamen so nicht in die Serienwertung.

Laufsportfreunde Unna:

Leider konnten Daniel Matlok und Willi Riechert auf-

grund von gesundheitlichen Problemen beim letzten Lauf in Hamm nicht an den Start gehen und ihre gute Positionen verteidigen bzw. festigen. Zufrieden fuhren die LSF-Sportler dennoch heim. So gab es für Tina Ebbing eine neue persönliche Bestzeit, mit 1:39:53 Std. und Rang 6 in der AK W 30 über diese Distanz. Schnellster Läufer aus dem LSF-Kreis war diesmal Ralf Herdieckerhoff in 1:31:25 Std., gefolgt von Christian Grimm, in 1:34:46 Std. In der Teamwertung belegten die Damen in der Besetzung Tina Ebbing/Jarmila Brettschneider Bönig/Edelgard Brackelmann Rang 7.

TLV Rünthe:

Allén Grund zur Freude hatten die Läufer des TLV Rünthe. Vier von acht gestarteten Läufern liefen mit persönlicher Bestzeit über die Ziellinie. Besonders freuten sich die Läuferinnen. Alle drei angetretenen Frauen des TLV erzielten persönliche

Bestzeiten. Schnellste TLV-Läuferin war Iso Metzler. Nach 1:44:05 lief sie als 509 (8. W40) über die Ziellinie. In der Serienwertung erreichte sie damit ebenfalls den 8. Platz in der Altersklasse. Claudia Brandt erreichte als 812. (20. W35) das Ziel in 1:55:48 und erzielte damit in der Serienwertung den 16. Platz in der Altersklasse. Bettina Gerken querte als 646. (15. W35) in 1:48:51 die Ziellinie.

SuS Oberaden:

Im Rahmen der Bezirksmeisterschaften sicherte sich der SuS wieder eine Reihe von Podiumsplätzen. Bezirksmeister wurden Martina Moosburger (W45), 1:33:40; Gerd Schlaefke (M60), 1:30:38, und Hans-Peter Schwarz (M65), 1:30:27. Rang zwei erlief sich Willy Brand (M70), 2:30:31. Dritte Plätze gab es für Tanja Math (W30) 1:41:45, Sigrid Döbbe (W50), 1:42:00, und Horst Krieg (M75), 1:58:10.

LAUFSPORT

Platzierungen und Zeiten der Hammer Serie:

LF Bönen: Neue persönliche Bestzeiten gab es für Marcus Münstermann (1:32:46 Std.), Ulf Kasischke (1:37:04 Std.), Susanne Brinkmann (1:40:32 Std.), Rüdiger Budde (1:42:20 Std.), Corinna Stoepel (1:53:16 Std.) und Jürgen Flechsig (1:53:30 Std.). Ulf Kasischke erreichte damit in der Altersklasse M 60 Platz 4 und Susanne Brinkmann in W 35 Platz 6. Corinna Stoepel wurde Erste bei der weiblichen Jugend A.

Ingrid Tessarek lief in W 55 mit einer Zeit von 1:53:33 Std. auf Platz 2. Gute Platzierungen gab es auch für Bettina Reisige-Muhr (1:39:55 Std., Platz 5 in W 35), Dorothea Pfeffer (1:42:26, Platz 7 in W 45), Manuela Maletz (1:42:41 Std., Platz 7 in W 40) und Gisela Homeyer (2:03:51 Std., Platz 5 in W 55). Die übrigen Halbmarathon-Zeiten: Thomas Kohrt 1:29:05 Std., Jörg Holtmann 1:29:38 Std., Jochen von Glahn 1:33:44 Std., Michael Wöllert 1:34:54 Std., Thomas Freitag 1:38:22 Std., Walter Teumert 1:44:37 Std., Dieter Freitag 1:47:11 Std., Michael Daidok 1:48:05 Std., Simon Vulf 1:49:02 Std., Henner Homeyer 1:51:33 Std., Hartmut Stoepel 1:57:54 Std. und Klaus Homeyer 2:08:56 Std.

Die guten Halbmarathonergebnisse bedeuteten auch gute Platzierungen in der Serienwertung. Corinna Stoepel erreichte Platz 1 bei der weiblichen Jugend A. Ihre addierte Zeit aus allen drei Läufen: 4:01:08 Std. In der Serienwertung ihrer Altersklasse lagen auch noch andere Bönener ganz weit vorne. Katrin Walter (3:18:08 Std., kam auf Platz 4 in der weiblichen Hauptklasse, Susanne Brinkmann (3:36:54 Std.) auf Platz 5 in W 35, Dorothea Pfeffer (3:41:23 Std.) auf Platz 7 in W 45, Manuela Maletz (3:44:28 Std.) auf Platz 6 in W 40, Ingrid Tessarek (4:08:54 Std.) auf Platz 3 in W 55 und Gisela Homeyer (4:21:15 Std.) Platz 4 in W 55.

Laufsportfreunde Unna: Die Zeiten der LSF-Starter im Überblick: Ralf Herdiecker-

hoff 1:31:25 Std.; Christian Grimm 1:34:46; Dieter Hovemann 1:37:19; Martin Brackelmann 1:39:40; Günter Margraf 1:39:52; Tina Ebbing 1:39:53; Heinz Lammert 1:43:33; Edelgard Brackelmann 1:47:14; Jarmila Brettschneider-Bönig 1:47:15; Monika Schmitz 1:51:04; Viktoria Berntzen 1:51:34; Detlev Glasmeyer 1:51:50; Angelika Beckmann 1:56:39; Wilhelm Sommer 1:56:40 und Emanuel Dombrowe 1:54:27. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurde auch die Bezirksmeisterschaften Westfalen-Mitte über die Halbmarathon-Distanz ausgetragen. Hier belegte Heinz Lammert mit seiner Zeit Rang 2 in der AK M 65.

Jeweils 4. Plätze gab es für Jarmila Brettschneider-Bönig in der W 35 und Angelika Beckmann in der W 50. Edelgard Brackelmann wurde 6. in der W 45.

TLV Rünthe: Bei den Herren lief Thomas Eder persönliche Bestzeit. Mit einer Zeit von 1:36:30 erreichte er als 322. im Einlauf den 76. Platz in der Altersklasse M40 und in der Serienwertung den 51. Platz in seiner Altersklasse. Günter Waschk läuft zurzeit hinter seiner Form hinterher. Trotzdem reichte es noch für eine Zeit unter einer Stunde und dreißig Minuten. Er kam als 177. (17. M50) in 1:29:17 ins Ziel. In der Serienwertung bedeutete das den 11. Platz in der Altersklasse. Andreas Schulz, 391. (54. M45), benötigte 1:39:23 und belegt in der Serienwertung den 37. Platz in der Altersklasse. Frank Fein, 790. (90. M50), lief den Halbmarathon in 1:54:50 und wurde damit 67. in der Serienwertung für seine Altersklasse. Pech hatte Marco Hoppe. Er erlitt das gleiche Schicksal wie der Favorit für den Gesamtsieg Philipp Brouwer. Wegen einer Verletzung musste er nach einem Drittel der Strecke aufgeben. Mit dem Wettkampf wurde gleichzeitig die Bezirksmeisterschaft im Halbmarathon ausgetragen. Die Läufer vom TLV konnten sich nicht für einen Platz auf dem Siegerehrpöckchen qualifizieren. Am nächsten heran kam Iso Metzler, die sich in ihrer Altersklasse W40 mit dem 4. Platz begnügen musste.



TLV-Trio überzeugt

Der TLV Rünthe war mit dem Abscheiden seiner Mitglieder bei der Hammer Serie zufrieden. Vor allem das Damen-Trio (v.l.) Bettina Gerken, Iso Metzler und Claudia Brandt wusste zu überzeugen. Schnellste war Iso Metzler. Nach 1:44:05 Minuten lief sie als 509. (8. W40) über die Ziellinie. ■ Foto: TLV

SuS Oberaden: Mit besonderer Freude konnte der Vereinsstatistiker die Verbesserung von 4 Vereinsrekorden feststellen, die auf das Konto von Markus Marszalek (M35), Tanja Marth (W30) sowie der Frauenmannschaften der W30 (Marth-Benkö-Fuhrwerk) und W40 (Moosburger-Grandjot-Olschewski) gingen.

Auch in der Einzelwertung lieferten die Grün-Weißen ein überzeugendes Ergebnis ab. Tagessiege gab es für Gerd Schlaefke

und Hans-Peter Schwarz. Auf Rang zwei kam Martina Moosburger ein. Dritter wurde Horst Krieg.

Mit Hans-Peter Schwarz stellte der SuS Oberaden in der Endabrechnung der drei Läufe den Seriensieger in der M65. Hans-Peter benötigte für die 10, 15 und 21,1 km insgesamt 3:16:07. Rang zwei in ihrer Altersklasse erlief sich Martina Moosburger, 3:22:00. Horst Krieg landete in der M75 auf Rang drei, 4:12:25.

Stoepel gewinnt Serienwertung

LEICHTATHLETIK Beste A-Juniorin in der Gesamtwertung der Hammer Winterlauf-Serie
Lauffreunde Bönen mit guten Resultaten im Halbmarathon – Walter läuft fast Bestzeit

HAMM/BÖNEN ■ Mit dem Halb-Marathon ging am Sonntag die dreiteilige Hammer Winterlauf-Serie zu Ende. Für die Lauffreunde Bönen tat sie das mit sehr guten Ergebnissen. In der Addition der im Zwei-Wochen-Abstand ausgetragenen 10-, 15- und 21,1-Kilometer-Läufe war Corinna Stoepel ganz oben auf dem Treppchen. Sie gewann mit einer Gesamt-Laufzeit von 4:01:08 Std. die Gesamtwertung der A-Juniorinnen.

In der Serienwertung ihrer Altersklassen lagen auch andere Bönener weit vorne. Katrin Walter (3:18:08 Std.) kam auf Platz vier der weiblichen Hauptklasse, Susanne Brinkmann (3:36:54 Std.) auf

Platz fünf in der Klasse W35, Dorothea Pfeffer (3:41:23 Std.) auf Platz sieben in W45, Manuela Maletz (3:44:28 Std.) auf Platz sechs in W40, Ingrid Tessarek (4:08:54 Std.) auf Platz drei in W55 und Gisela Homeyer (4:21:15 Std.) auf Platz vier in W55. Schnellster Serienteilnehmer der Lauffreunde war Dirk Pfeffer mit 2:56:06 Std. Das bedeutete Platz 30 in der Gesamtwertung und Platz sieben in seiner Altersklasse M40. Klaus Budde (3:02:52 Std.) erreichte Platz vier in M50 und Ulf Kasischke (3:31:03 Std.) in M60.

Pech hatten die Frauen der Lauffreunde Bönen. Den zweiten Rang wollten sie in der Teamwertung holen,

doch wegen gesundheitlicher Probleme konnten Bettina Reisinge-Muhr und Silke Kluge nicht alle drei Läufe absolvieren und kamen so nicht in die Serienwertung. In der Besetzung Katrin Walter, Susanne Brinkmann und Dorothea Pfeffer belegten die Bönenerinnen nach Abschluss der drei Läufe Platz vier in der Frauen-Teamwertung.

Die Einzelzeiten beim dritten und letzten Teil der zum 32. Mal ausgetragenen Winterlauf-Serie konnten sich sehen lassen. Schnellster Bönener beim Halbmarathon über die 21,1km-Distanz war Dirk Pfeffer mit einer Zeit von 1:20:56 Std. (Platz acht in M40). Dies bedeutete Platz 37 von insgesamt 1052 Finis-

hern. Ihm folgte Klaus Budde auf Platz 87 mit einer Zeit von 1:24:38 Std. (Platz fünf in M50). In sehr guter Form zeigte sich bei den Damen Katrin Walter. Sie beendete das Rennen nach 1:30:40 Std. und wurde Dritte in der weiblichen Hauptklasse. Damit verfehlte sie ihre persönliche Bestzeit nur um vier Sekunden.

Neue persönliche Bestzeiten gab es für Marcus Münstermann (1:32:46 Std.), Ulf Kasischke (1:37:04 Std.), Susanne Brinkmann (1:40:32 Std.), Rüdiger Budde (1:42:20 Std.), Corinna Stoepel (1:53:16 Std.) und Jürgen Flechsig (1:53:30 Std.). Ulf Kasischke erreichte in der Altersklasse M60 Platz vier und Susanne Brinkmann in W35 Platz sechs. Corinna Stoepel wurde Erste bei der weiblichen Jugend A. Ingrid Tessarek lief in W55 mit einer Zeit von 1:53:33 Std. auf Platz zwei. Gute Platzierungen gab's auch für Bettina Reisinge-Muhr (1:39:55 Std., Platz fünf in W35), Dorothea Pfeffer (1:42:26, Platz sieben in W45), Manuela Maletz (1:42:41 Std., Platz sieben in W40) und Gisela Homeyer (2:03:51 Std., Platz fünf in W55).

Den ersten Halbmarathon seines Lebens absolvierte Khodr Harb in 1:49:48 Std. Hier die übrigen Halbmarathon-Zeiten der Lauffreunde: Thomas Kohrt 1:29:05 Std., Jörg Holtmann 1:29:38 Std., Jochen von Glahn 1:33:44 Std., Michael Wöllert 1:34:54 Std., Thomas Freitag 1:38:22 Std., Walter Teumert 1:44:37 Std., Dieter Freitag 1:47:11 Std., Michael Daidok 1:48:05 Std., Simon Vulf 1:49:02 Std., Henner Homeyer 1:51:33 Std., Hartmut Stoepel 1:57:54 Std. und Klaus Homeyer 2:08:56 Std. ■ **WA**



Pokale en masse für die Lauffreunde Bönen: Corinna Stoepel (2. v. r.) gewann die Gesamtwertung der A-Juniorinnen. Das Damen-Team mit Susanne Brinkmann, Katrin Walter und Dorothea Pfeffer (v. l.) wurden bei der Hammer Winterlauf-Serie Vierte. ■ Foto: pr

Gute Ergebnisse für Lauffreunde Bönen - Katrin Walter erreicht Platz drei in weiblicher Hauptklasse

A-Jugendliche Corinna Stoepel glänzt

Am vergangenen Sonntag fand in Hamm der letzte Lauf der „Hammer Winterlaufserie“ statt. Mit dabei waren auch die Läuferinnen und Läufer der Lauffreunde Bönen.

Die Laufserie setzt sich aus Läufen über 10 km, 15 km und 21,1 km (Halbmarathon) zusammen, die im Abstand von 14 Tagen stattfinden, und wurde in diesem Jahr zum 32. Mal ausgetragen. Die Wertung erfolgt durch die Addition der jeweils gelaufenen Zeit.

Schnellster Bönener beim Halbmarathon war Dirk Pfeffer mit einer Zeit von 1:20:56 Std. (Platz acht in M 40). Dies bedeutete Platz 37 von insgesamt 1.052 „Finishern“. Ihm folgte Klaus Budde auf Platz 87 mit einer Zeit von 1:24:38 Std. (Platz fünf in M 50).

In sehr guter Form zeigte sich Katrin Walter. Sie beendete das Rennen nach 1:30:40 Std. und wurde Dritte in der weiblichen Hauptklasse. Damit verfehlte sie ihre persönliche Bestzeit nur knapp.

Neue persönliche Bestzeiten gab es für Marcus Müntermann (1:32:46 Std.), Ulf Kasischke (1:37:04 Std.), Susanne Brinkmann (1:40:32 Std.), Rüdiger Budde (1:42:20 Std.), Corinna Stoepel (1:53:16 Std.) und Jürgen Flechsig (1:53:30 Std.). Ulf Kasischke erreichte damit in der Altersklasse M 60 Platz vier und Susanne Brinkmann in W 35 Platz sechs. Corinna Stoepel wurde Erste bei der weiblichen Jugend A.



Das Bild zeigt die Bönener Frauenmannschaft mit Susanne Brinkmann (1. von links), Katrin Walter (2. von links) und Dorothea Pfeffer (4. von links), sowie Corinna Stoepel (3. von links, Seriensielerin weibl. Jugend A). (Bild: Lauffreunde Bönen)

Ingrid Tessarek lief in W 55 mit einer Zeit von 1:53:33 Std. auf Platz zwei. Gute Platzierungen gab es auch für Bettina Reisinger-Muhr (1:39:55 Std., Platz fünf in W 35), Dorothea Pfeffer (1:42:26, Platz sieben in W 45), Manuela Maletz (1:42:41 Std., Platz 7 in W 40) und Gisela Homeyer (2:03:51 Std., Platz 5 in W 55). Den ersten Halbmarathon seines Lebens absolvierte Khodr Harb in 1:49:48 Std.

Hier die übrigen Halbmarathon-Zeiten: Thomas Kohrt 1:29:05 Std., Jörg Holtmann

1:29:38 Std., Jochen von Glahn 1:33:44 Std., Michael Wöllert 1:38:22 Std., Walter Teumert 1:44:37 Std., Dieter Freitag 1:47:11 Std., Michael Daidok 1:48:05 Std., Simon Vulf 1:49:02 Std., Henner Homeyer 1:51:33 Std., Hartmut Stoepel 1:57:54 Std. und Klaus Homeyer 2:08:56 Std..

Die guten Halbmarathonergebnisse bedeuteten auch gute Platzierungen in der Serienwertung. Corinna Stoepel erreichte Platz eins bei der weiblichen Jugend A. Ihre ad-

dierte Zeit aus allen drei Läufen: 4:01:08 Std.

In der Serienwertung ihrer Altersklasse lagen auch noch andere Bönener ganz weit vorne. Katrin Walter (3:18:08 Std.) kam auf Platz vier in der weiblichen Hauptklasse, Susanne Brinkmann (3:36:54 Std.) auf Platz fünf in W 35, Dorothea Pfeffer (3:41:23 Std.) auf Platz sieben in W 45, Manuela Maletz (3:44:28 Std.) auf Platz sechs in W 40, Ingrid Tessarek (4:08:54 Std.) auf Platz drei in W 55 und Gisela Homeyer (4:21:15 Std.) Platz

vier in W 55.

Schnellster Bönener Serienteilnehmer war Dirk Pfeffer mit 2:56:06 Std., Platz 30 in der Gesamtwertung und Platz sieben in M 40. Klaus Budde (3:02:52 Std.) erreichte Platz vier in M 50 und Ulf Kasischke (3:31:03 Std.) in M 60.

Pech hatten die Bönener Frauen. Man hatte Platz zwei in der Mannschaftswertung ins Auge gefasst. Trotz krankheitsbedingter Ausfälle langte es am Ende noch für den guten vierten Platz in der Frauen-Mannschaftswertung.

6 403 Kilometer in den Knochen

LEICHTATHLETIK Laufwart Korvin stellt Jahresbilanz der Lauffreunde Bönen vor
Katrin Walter und Dirk Pfeffer gewinnen die Jahreswertungen 3.3.06

BÖNEN ■ Katrin Walter und Dirk Pfeffer waren die erfolgreichsten Leichtathleten der Lauffreunde Bönen im Jahr 2005. Das geht aus der Jahreswertung hervor, die Laufwart Jürgen Korvin jetzt in der Jahreshauptversammlung vorstellte. Insgesamt legten die Lauffreunde 6403 Kilometer zurück – 4123 km die Männer und 2280 km die Frauen.

Eine Überraschung waren die Siege von Pfeffer und Walter nicht. Dirk Pfeffer lag bei allen Wertungsstrecken vorn. Die fünf Kilometer absolvierte er in 17:40 Minuten, die zehn Kilometer in 35:14 Min., die 15 Kilometer in 55:14 Min.; Halbmarathon (21,1 km) in 1:17:53 Std. und den Marathon (42,2 km) in 2:45:33 Std. Auf Platz zwei folgte Pfeffer in der Jahreswertung Klaus Budde und auf Platz drei Michael Wöllert.

Katrin Walter lieferte folgende Leistungen ab: 5 km in 19:54 Min., 10 km in 41:45 Min., 15 km in 1:04:27 Std., Halbmarathon in 1:35:00 Std. und Marathon in 3:43:58. Le-



16 schnelle Beine: Thomas Freitag, Dieter Freitag, Klaus Budde, Manuela Maletz, Michael Wöllert, Katrin Walter, Dorothea Pfeffer und Dirk Pfeffer (v. l.). ■ Foto: privat

diglich über die Marathon-Distanz musste sie Dorothea Pfeffer (3:26:58 Std.) und Manuela Maletz (3:43:47 Std.) den Vortritt lassen. Pfeffer und Maletz belegten in der Gesamtpunktwertung die Plätze zwei und drei.

Dirk Pfeffer absolvierte im Jahr 2005 insgesamt 20 Wettkämpfe und lief dabei 411,0 Wettkampf-Kilometer. Dieter Freitag lief 17 Wettkämpfe mit 276,6 km und Thomas Freitag 15 Wettkämpfe mit 198,3 km. Bei den Frauen lag

Katrin Walter mit 31 Wettkämpfen und 332,2 km vorn, gefolgt von Manuela Maletz mit 21 Wettkämpfen und 234,8 km und Dorothea Pfeffer mit 16 Wettkämpfen und 295,3 km.

Sechs Lauffreunde liefen im vergangenen Jahr erstmals Marathon: Manuela Maletz in 3:43:47 Std., Christine Uelzmann in 3:55:15 Std., Michael Wöllert in 3:2:32 Std., Carsten Kluge in 3:57:56 Std., Thomas Freitag in 3:53:18 Std. und Dieter Freitag in

4:19:21 Std. Einen Sonderpreis gab es für Manuela Maletz und Michael Wöllert, die auf Anhieb eine hervorragende Marathon-Zeit ablieferten.

Die Bönener haben seit verganginem Jahr einen neuen „Ultra“ – so der Jargon der Laufsportfreunde – in ihren Reihen: Dirk Pfeffer lief bei der Deutschen Meisterschaft über 100 Kilometer eine Zeit von 8:03:40 Stunden. Damit liegt er auf Platz 24 der deutschen Bestenliste des vergangenen Jahres. ■ WA

Dirk Pfeffer muss ersten Platz teilen

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen lassen sich von Schneetreiben nicht aufhalten
Starts beim City-Lauf in Unna und beim Lauf „Unter den Wassertürmen“ in Berge

BÖNEN ■ Heftiges Schneetreiben und Kälte setzten den Startern beim 21. Unnaer City-Lauf am Samstag mächtig zu. Besonders bei den Läufen für die Schülerinnen und Schüler ließen sich die Kinder jedoch nicht vom Wetter beeindrucken. In den sechs nach Altersklassen getrennten Läufen für die Jüngeren über 1400 Meter waren auch die Kinder der Lauffreunde am Start und erreichten einige gute Ergebnisse. Lena Maletz lief als jüngste Bönenerin in dem Lauf für die 9-Jährigen in 6:16 Min. auf Platz zwei der Mädchen-Wertung.

Weitere zweite Plätze erreichten Lea Kloosterboer (6:06 Min.) in der Altersklasse W10, Nora Rudlof (6:15 Min.) in W12 und Fee Heymann (6:14 Min.) in W14. Vierte Plätze gab es für Henriette Blank (6:34 Min., W10), Steffen Maletz (6:01 Min., M11) und Hannah Blank (6:33 Min., W13). Weitere einstellige Platzierungen erreichten Wanja-Sören Drees (6:07 Min., Platz 7 in M12), Vanessa Kröner (6:55 Min., Platz 7 in W9) und Pia Kloosterboer (6:55 Min., Platz 6 in W14). Marit Heinemann kam nach 6:50 Min. ins Ziel, Sara Gözütok nach 6:55 Min., Guiliano Wöllert nach 6:56 Min., Lynn Brinkmann nach 7:02 Min. und Lena Lüblinghoff nach 7:03 Min.

Über die Fünf- und Zehn-Kilometer-Distanz schlugen sich die erwachsenen Lauffreunde ähnlich gut. Ulf Kasischke gewann über 5 km die Altersklasse M60 in 21:58



Zufriedene Gesichter: die Jüngsten der Lauffreunde Bönen nach dem Unnaer City-Lauf.

Min. Corinna Stoepel siegte hier in der Klasse der weiblichen Jugend in 25:22 Min. Hartmut Stoepel lief in 24:22 Min. auf Platz zwei in M55. Katrin Walter, die vor drei Jahren an gleicher Stelle den ersten Gesamtsieg ihrer Laufkarriere gefeiert hatte, kam diesmal auf Platz zwei. Mit der Zeit von 42:16 Min. für den anspruchsvollen Rundkurs durch die Unnaer Innenstadt zeigte sie sich sehr zufrieden. Silke Kluge (46:35 Min.) wurde im Gesamteinlauf Fünfte und gewann damit ihre Altersklasse W35. Siegfried Schilling von den Lauffreunden absolvierte die 5 km-Walking-Strecke in einer Zeit von 38:02 Min.

Eine Woche zuvor, beim 5.

Lauf unter den Wassertürmen in Berge, waren die äußeren Bedingungen um einiges besser gewesen als in Unna. Eine sportliche Kuriosität gab es hier über die 5 km-Strecke. Der Bönener Dirk Pfeffer und Hermann Wenning von der LG Coesfeld, beide in der Altersklasse M40 startend, liefen zeitgleich nach 18:18 Min. über die Ziellinie. So gab es eben zwei Sieger. Katrin Walter wurde in 20:41 Min. drittbeste Frau. Für Susanne Brinkmann bedeuteten 21:39 Min. neue persönliche Bestzeit. Manuela Maletz benötigte 23:27 Min., Hartmut Stoepel 24:14 Min., Corinna Stoepel 25:19 Min., Guiliano Wöllert (Jahrgang 1996) wie sein Vater Michael 29:37 Min.

Schnellster Bönener über 1000 Meter war diesmal Marcus Voß, der seit Anfang des Jahres zu den Lauffreunden gehört. 36:43 Min. bedeuteten Platz zwei im Gesamteinlauf und Platz eins in M35. Einen weiteren Altersklassensieg steuerte Klaus Budde mit einer Zeit von 38:33 Min. in M50 bei. Simon Vulf (47:33 Min.) wurde Zweiter in M55.

Katrin Walter wagte einen Doppelstart und erreichte über zehn Kilometer nach 43:36 Min. als zweite Frau die Ziellinie. Die übrigen Zeiten der Lauffreunde: Marcus Münstermann 41:44 Min., Michael Wöllert 43:19 Min. (Doppelstart), Jörg Holtmann 43:20 Min. und Jürgen Flechsig 49:22 Min. ■ **WA**

15.3.06

„Auf jeden Fall gesund bleiben“

LAUFSPORT Lauffreunde starteten bei
Marathons auf Malta und in Steinfurt

BÖNEN ■ 20 Grad, Sonnenschein: Echtes Frühlingswetter erwischte Dieter und Thomas Freitag von den Lauffreunden Bönen, als sie jetzt beim Malta-Marathon an den Start gingen. Von Mdima nach Sliema führten die 42,2 Kilometer, für die Freitags war es die zweite Marathon-Teilnahme.

155 Finisher zählte die Ergebnisliste des eher klein besetzten Laufes. Thomas Freitag (Jahrgang 1982) erreichte nach 3:34:31 Stunden das Ziel und verbesserte sich so um fast 20 Minuten. Das bedeutete Platz 42 im Gesamtklassement. Die Zeit von 4:02:09 Stunden für Dieter Freitag (Jahrgang 1951) bedeutet eine Verbesserung um rund 17 Minuten – Platz 87. Der Streckenverlauf war einigermaßen abenteuerlich berichtet Dieter Freitag von nicht gesperrten Straßen und Wegen. Beim Ausweichen von Autos oder Fußgängern seien ihm vielleicht die 130 Sekunden verloren gegangen, die er für eine Zeit unter vier



Thomas und Dieter Freitag.

Stunden gebraucht hätte.

Den Marathon in Steinfurt am vergangenen Samstag hatte sich Dorothea Pfeffer als „Trainingsmarathon“ ausgesucht. Sie bereitet sich zurzeit intensiv auf die Teilnahme an den Deutschen 100-km-Straßenlaufmeisterschaften Ende April in Hanau-Roden vor. Eine schnelle Zeit war daher nicht eingeplant. Für sie blieb die Uhr im Ziel bei 3:52:30 Stunden stehen. Dies bedeutete immerhin noch Platz 7 in der Altersklasse W 45. Dorothea Pfeffer: „Jetzt noch ein Trainingsmarathon Anfang April in Bonn und auf jeden Fall gesund bleiben!“ ■ **WA**

Katrin Walter 21.

LEICHTATHLETIK Halbmarathon-DM

BÖNEN ■ Bei den 30. Deutschen Halbmarathonmeisterschaften startete am Wochenende auch die Bönener Ausnahmeläuferin Katrin Walter. „Wenn schon eine Deutsche Meisterschaft fast vor der Haustür stattfindet, dann ist es auch reizvoll, daran teilzunehmen,“ dachte sich Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Im Feld der Frauen belegte sie einen beachtlichen Platz im vorderen Mittelfeld. 219 Namen weist die Ergebnisliste aus, an 78. Stelle steht Katrin Walter mit einer Zeit von 1:33:34 Std. In der weiblichen Hauptklasse bedeutete dies Platz 21. Mit ihrer Zeit zufrieden zeigte sich Walter: „Ich bereite mich zur Zeit auf den Hamburg-Marathon Ende April vor. Das war gutes Training.“

27 03 06

Walter bei Halbmarathon-DM vorn dabei

LEICHTATHLETIK Sportlerin der Lauffreunde Bönen belegt in Herten den 21. Platz in der weiblichen Hauptklasse
Anspruchsvolle Strecke fordert junge Bönener Läufer bei der Cross-Kreismeisterschaft in Heessen

BÖNEN ■ Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen hat am Sonntag bei den 30. Deutschen Meisterschaften im Halb-Marathon in Herten-Bertlich einen guten Platz im vorderen Mittelfeld belegt. Im Feld der schnellsten deutschen Frauen kam sie in einer Zeit von 1:33:34 Stunden als 78. von 219 Sportlerinnen ins Ziel. In der weiblichen Hauptklasse bedeutete dies Platz 21. Aufgefüllt wurde das Starterfeld durch eine Vielzahl ambitionierter Hobby-Ausdauersportlerinnen und -sportler. „Wenn schon eine Deutsche Meisterschaft fast vor der Haustür stattfindet, dann ist es auch reizvoll, daran teilzunehmen. Ich bereite mich zur Zeit auf den Hamburg-Marathon Ende April vor. Da war Bertlich eine willkommene Gelegenheit, Tempo-Härte zu trainieren“, sagte Walter.

Deutsche Meisterin wurde mit einer Zeit von 1:14:36 Std. Viola Bor aus Heidelberg. Bei den Männern gewann Carsten Eich, Düsseldorf, in 1:04:38 Std. Den Titel hatte auch die für LG Braunschweig startende Hammerin Luminita Zaituc angepeilt. Sie musste sich jedoch um eine Sekunde geschlagen mit Platz zwei begnügen.

Tags zuvor hatten in Heessen die Cross-Kreismeisterschaften des Leichtathletik-Kreises Unna-Hamm stattgefunden. 245 Teilnehmer aus 14 Vereinen trafen sich bei einerseits strömendem Regen, aber andererseits frühlings-



Die jungen Lauffreunde meisterten die anspruchsvolle und regenweiche Cross-Strecke in Heessen. ■ Fotos: pr

haften Temperaturen im Heessener Wald. Ausrichter SC Eintracht Heessen hatte für eine gute Organisation gesorgt, die Streckenführung war dem Anlass entsprechend anspruchsvoll. Der Regen tat sein Übriges; aufgeweichte Wege verlangten von den Beteiligten vollen Ein-

satz. Gelaufen wurden Distanzen über 1150 Meter, 1850 Meter, 3300 Meter und 9900 Meter.

Die Geschwister Lena und Steffen Maletz belegten jeweils einen zweiten Platz in ihren Altersklassen. Lena (W9) benötigte für die 1150-Me-Strecke 4:22 Min.

und Steffen (M11) 3:53 Min. Über einen dritten Platz bei der weiblichen Jugend A freute sich Corinna Stoepel. Sie brauchte für die 3300 Meter 15:06 Min.

Hier die übrigen Zeiten der Bönener Kinder:

1150 Meter: Guiliano Wölbert 4:54 Min., Lea Klooster-

boer 4:30 Min., Lynn Brinkmann 4:31 Min., Sara Gözütk 4:49 Min., Marit Heinemann 4:41 Min., Janina Gersie 4:56 Min.

1850 Meter: Nora Rudloff 8:24 Min., Wanja-Sören Drees 8:03 Min., Falk Imgenberg 9:16 Min., Maximilian N. ka 9 Min., Pia Kloos-



Katrin Walter

terboer 9:00 Min., Mathias Lüblinghoff 7:43 Min., Sebastian Lüblinghoff 7:55 Min.

Über die 3300-Meter-Distanz traten vier erwachsene Lauffreunde an. Jeweils einen ersten Platz gab es für Christine Uelzmann mit 13:53 Min. in W35 und für Manuela Maletz mit 15:14 Min. in W40. Hartmut Stoepel benötigte 14:15 Min. und Bernd Uelzmann 19:35 Min.

Als einziger wagte sich Marcus Münstermann auf die lange Strecke von 9900 Metern. Mit einer Zeit von 40:55 Min. lief er auf Platz zwei in seiner Altersklasse M30. Hartmut Stoepel von den Lauffreunden: „Insbesondere bei den Kindern und Jugendlichen gab es starke Konkurrenz aus den anderen Vereinen. Aber es hat allen Spaß gemacht.“ ■ WA

DM-Halbmarathon:

Katrin Walter auf Rang 21



Katrin Walter: Zufrieden mit ihrer Zeit von 1:33,34 Std.

Leichtathletik: In Herten-Bertlich fanden die 30. Deutschen Meisterschaften im Halbmarathon statt. „Wenn schon eine Deutsche fast vor der Haustür stattfindet, dann ist es auch reizvoll, daran teilzunehmen“, dachte sich Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Im Feld der Frauen belegte sie dann einen Platz im vorderen Mittelfeld. Unter 219 Namen weist die Ergebnisliste sie an 78. Stelle in 1:33:34 Std aus. In der weiblichen Hauptklasse war sie 21. Mit ihrer Zeit zufrieden zeigte sich Walter: „Ich bereitete mich auf den Hamburg-Marathon Ende April vor und da war der Halbmarathon die richtige Vorbereitung.“

Mit oder ohne Stock?

BÖNEN ■ Wer einen Einstieg in moderates Ausdauertraining sucht, stellt sich häufig die Frage, ob Walking oder Nordic Walking die bessere Wahl ist. Walking bedeutet forciertes, zügiges Gehen mit betontem Armeinsatz. Die Bewegungen sind rund und weich, ein Fuß bleibt immer am Boden. Dadurch ist Walking gelenkschonender als zum Beispiel Laufen. Der Rücken wird weniger belastet. Richtig betrieben ist es eine sanfte, gesundheitsfördernde Ausdauersportart.

Das gilt auch für das Nordic Walking. Durch den Stockseinsatz werden jedoch Knie und Rücken zusätzlich entlastet. Und durch die Stockbewegung lösen sich Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich. Die Lauffreunde Bönen helfen am Dienstag, 4. April, 17 Uhr, mit einer ersten Information auf dem Sportplatz am Schulzentrum. Beide Ausdauersportarten sind Inhalt von jeweils sechswöchigen Kursen, die dienstags und donnerstags um 17 Uhr statt finden sollen. Weitere Einzelheiten werden vor Ort abgesprochen. Der Kurs kostet für Nicht-Vereinsmitglieder 30 Euro. Eine Voranmeldung ist nicht nötig. Nordic Walking-Stöcke stehen für die Dauer des Kurses kostenlos zur Verfügung. Infos: Heike Leineweber, Telefon 8196. ■ WA



Kampf mit dem Gegenwind: Dirk und Dorothea Pfeffer, Silke Kluge und Ulf Kasischke (v. l.) von den Lauffreunden Bönen starteten am Wochenende in Bonn. ■ Foto: pr

In Bonn purzeln persönliche Bestzeiten

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen
beim Rhein-Energie-Marathon am Start

BÖNEN ■ Beim. 6. Rhein-Energie Marathon und Halbmarathon in Bonn gingen jetzt vier Bönener Lauffreunde an den Start. Dorothea Pfeffer hatte für den Marathon gemeldet, Silke Kluge, Dirk Pfeffer und Ulf Kasischke für den Halbmarathon. Als Erster des Halbmarathon-Trios überquerte Dirk Pfeffer in hervorragenden 1:19:16 Std. die Ziellinie. Das bedeutete Platz 26 im Gesamt-Einlauf (von 2625 Männern) und Platz fünf in seiner Altersklasse M40. Mit dieser Zeit, die als Indikator für den am 7. Mai anstehenden Hannover-Marathon dienen sollte, war Dirk Pfeffer jedoch nicht ganz zufrieden.

Anders war es für Silke Kluge. Die Uhr stoppte für sie bei der neuen persönlichen Bestzeit von 1:35:48 Std. Damit belegte sie Rang 20 von 1172 Starterinnen. In der Altersklassen-Wertung W35 kam sie auf Platz sieben. Dem wollte Ulf Kasischke, der schon bei der Hammer Win-

terlauf-Serie mit guten Ergebnissen gegläntzt hatte, nicht nachstehen. Nur kurz nach Kluge überlief er die Ziellinie – auch er in neuer persönlicher Bestzeit. Mit 1:36:40 Std. kam er in der Altersklasse M60 auf den hervorragenden dritten Platz – gute Vorzeichen für den anstehenden Marathon in Dresden.

Für Dorothea Pfeffer war der Bonn-Marathon ein kleines Jubiläum. Bei ihrem zehnten Start über die 42,195 Kilometer wollte sie keine bestimmte Zeit erreichen; sie nutzte Bonn vielmehr als weitere Vorbereitung für die Deutschen 100 km-Straßenlauf-Meisterschaften Ende April. Einzig der starke Gegenwind, der allen Teilnehmern zu schaffen machte, war für sie ein harter Gegner. Um so erfreulicher für Pfeffer, dass sie locker mit einer guten Zeit von 3:46:14 Std. das Ziel erreichte. Von 384 Starterinnen kam sie auf Platz 78 und erreichte damit in der Altersklasse 45 Platz 21. ■ WA

Katrin Walter Bezirksmeisterin

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen bei „Rund um die Wibbeltkapelle“ viermal vorn
Walter gewinnt in Ahlen-Vorhelm souverän die Frauen-Konkurrenz

AHLEN/BÖNEN • 400 Läufer und 50 Walker folgten am Sonntag der Einladung der LG Ahlen und ließen sich auch nicht durch den heftigen Wind bremsen. Beim 14. Straßenlauf „Rund um die Wibbeltkapelle“ mit eingeschlossener Bezirksmeisterschaftswertung holte sich Katrin Walter den Frauen-Titel über zehn Kilometer.

Zuerst waren die Bambinis auf die 600-Meter-Strecke gegangen, dann folgten die Schüler und Schülerinnen über rund zwei Kilometer. Die Erwachsenen und Jugendlichen liefen fünf oder zehn Kilometer. Der 10km-Lauf war gleichzeitig als Bezirksmeisterschaft ausgeschrieben. Und bei der räumten die Lauffreunde ab: Katrin Walter, zuvor schon über die 5km am Start, wurde souverän in der guten Zeit von 41:50 min Bezirksmeisterin. Einen guten Eindruck hinterließ auch Marcus Münstermann, der mit 41:33 min Platz eins in der Klasse M30 belegte. Bei den „Oldies“ kam es zu einem Kopf-an-Kopf-Rennen zwischen Jürgen Flehsig (M50) in 47:05 min und Simon Vulf (M55) in 47:25 min. Für Flehsig bedeutete das persönliche Bestzeit.

Beim 5km-Lauf gingen vier Lauffreunde an den Start. Schnellste war hier Katrin Walter in 19:42 min, die damit auch die Frauen-Konkurrenz gewann. In guter Form präsentierte sich auch Christine Uelzmann in 21:34 min



Erfolgreich, nicht erschöpft: die Lauffreunde Bönen in Ahlen • Foto: pr

und Platz drei, ihr Mann Bernd schnupperte mit 30:22 min auch mal wieder „Wettkampf-Luft“. Dem Tempo der beiden schnellen Frauen konnte Hartmut Stoepel mit 22:28 min nicht ganz folgen.

Der Nachwuchs der Lauffreunde konnte sich gegen starke Konkurrenz behaupten, wobei Steffen Maletz mit Platz eins bei den Schülern C in 8:56 min ein beherztes Rennen von der Spitze aus

lief. Lea Kloosterboer errang bei den Schülerinnen C in 10:02 min den dritten Platz. Nora Rudloff kam trotz deutlicher Steigerung zum Ende des Rennens mit guten 9:35 min bei den Schülerinnen B

auf den undankbaren vierten Platz. Bei Marit Heinemann (10:37 min, Platz 6) und Michelle Wirth (10:56 min, Platz 8) bei den Schülerinnen C zeigt die Formkurve kontinuierlich nach oben. • WA

LF Bönen

gut in Schuss

LAUFSPORT

BÖNEN ■ Beim sechsten Rhein-Energie Marathon und Halbmarathon in Bonn gingen jetzt vier Bönener Lauf Freunde an den Start.

Dorothea Pfeffer hatte für den Marathon gemeldet, Silke Kluge, Dirk Pfeffer und Ulf Kasischke für den Halbmarathon. Als Erster des Halbmarathon-Trios überquerte Dirk Pfeffer in hervorragenden 1:19:16 Std. die Ziellinie. Das bedeutete Platz 26 im Gesamt-Einlauf (von 2625 Männern) und Platz fünf in seiner Altersklasse M40. Mit dieser Zeit, die als Indikator für den am 7. Mai anstehenden Hannover-Marathon dienen sollte, war Dirk Pfeffer jedoch nicht ganz zufrieden.

Anders war es für Silke Kluge. Die Uhr stoppte für sie bei der neuen persönlichen Bestzeit von 1:35:48 Std. Damit belegte sie Rang 20 von 1172 Starterinnen. In der Altersklassen-Wertung W35 kam sie auf Platz sieben. Dem wollte Ulf Kasischke, der schon bei der Hammer Winterlauf-Serie mit guten Ergebnissen gegläntzt hatte, nicht nachstehen. Nur kurz nach Kluge überlief er die Ziellinie - auch er in neuer persönlicher Bestzeit. Mit 1:36:40 Std. kam er in der Altersklasse M60 auf den hervorragenden dritten Platz - gute Vorzeichen für den anstehenden Marathon in Dresden.

Für Dorothea Pfeffer war der Bonn-Marathon ein kleines Jubiläum. Bei ihrem zehnten Start über die 42,195 Kilometer wollte sie keine bestimmte Zeit erreichen; sie nutzte Bonn vielmehr als weitere Vorbereitung für den die Deutschen 100km-Straßenlauf-Meisterschaften Ende April. Einzig der starke Gegenwind, der allen Teilnehmern zu schaffen machte, war für sie ein harter Gegner. Um so erfreulicher für Pfeffer, dass sie locker mit einer guten Zeit von 3:46:14 Std. das Ziel erreichte. Von 384 Starterinnen kam sie auf Platz 78 und erreichte damit in der Altersklasse 45 Platz 21.



Dirk Pfeffer

Katrin Walter pulverisiert Marathon-Bestleistung: In Hamburg nach 3:24:10 Stunden im Ziel

Nach einigen Kilometern freigelaufen

Nahezu pulverisiert hat Katrin Walter von den Laufreunden Bönen ihre bisherige Marathon-Bestleistung am vergangenen Sonntag beim Hamburg-Marathon.

Stand sie bisher mit einer Zeit von 3:24:10 Std., gelaufen in Essen im Herbst 2004, auf Platz 2 der ewigen Marathon-Bestenliste der Laufreunde, muss die Vereinsstatistik jetzt korrigiert werden. 3:13:59 Std. bedeuten einen neuen Vereinsrekord. Damit hält Walter alle Bestzeiten bei den Frauen der Laufreunde (5 km in 19:17 Min., 10 km in 40:26 Min., 15 km in 1:03:55 Std. und Halbmarathon in 1:30:36 Std.). Katrin Walter zeigte sich zufrieden mit der ihrer Leistung im hohen Norden: „Ich habe das Frühjahrs-training ganz auf den Marathon ausgerichtet. Nach der Hammer Winterlaufserie ha-



Zeigte beim Marathon in Hamburg eine exzellente Vorstellung: Katrin Walter (LF Bönen).

be ich den Trainingsumfang auf ca. 85 km pro Woche ausgedehnt und einmal wöchentlich einen langen Lauf über 35 km eingebaut. Es hat sich gelohnt.“

Die Zeit bedeutete Platz 56 von 3.126 Frauen, die in

Hamburg das Ziel erreichten, und Platz 14 (von 360) in der weiblichen Hauptklasse. Das Erstaunliche: Walter war in der zweiten Hälfte des Laufes 67 Sekunden schneller als in der ersten Hälfte. Dazu die Bönener Ausdauersportlerin: „Ich hatte bisher noch keine Erfahrungen mit einem Großstadtmарathon. Meine bisherigen vier Marathons bin ich in Essen um den Baldeneysee und im münsterländischen Steinfurt gelaufen, zwei eher kleine Veranstaltungen. Es hat einige Kilometer gedauert, ehe ich frei laufen konnte.“

Dass die Strecke voll war, bestätigte auch Marcus Münstermann von den Laufreunden. Münstermann: „Ich war jetzt zum fünften Mal in Hamburg am Start, kam aber diesmal überhaupt nicht in das Rennen hinein.“

Mit seiner Zeit von 3:43:50

Std. zeigte er sich daher nicht ganz zufrieden. „Als ich unterwegs merkte, dass es mir nicht gelang, das Training in Tempo umzusetzen, habe ich meine Ziele neu definiert.“

24 Stunden später schon Trainingslauf

Münstermann, mit 15 Marathons ein erfahrener Läufer: „Aber es hat trotzdem Spaß gemacht, in Hamburg dabei zu sein. Das Wetter war optimal, die Organisation war gut und das Publikum tat das Übrige.“

„Nach dem Lauf ist vor dem Lauf“, diese Läuferweisheit bestätigte Katrin Walter, die ihren Hamburg-Aufenthalt mit einem leichten Trainingslauf 24 Stunden nach dem Marathon abschloss.

HINTERGRUND

500 000 Zuschauer

- Der Spanier Julio Rey überquerte nach 2:06:52 Stunden in Hamburg die Ziellinie und unterbot damit den Streckenrekord in der Hansestadt. Rey gewann zum vierten Mal in der Hansestadt.
- Siegerin Robe Tola (ETH) egalisiert den Hamburger Streckenrekord in 2:24:35 Stunden.
- Insgesamt gingen am zurückliegenden Sonntag 17 132 Läufer am Start, 500 000 Menschen säumten den Straßenrand.

20466

Walter unterbietet Bestzeit

LEICHTATHLETIK
14. Platz in Hamburg

BÖNEN/HAMBURG ■ Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen hat ihre bisherige Marathon-Bestleistung am Sonntag beim Hamburg-Marathon nahezu pulverisiert. Stand sie bisher mit einer Zeit von 3:24:10 Std., gelaufen in Essen im Herbst 2004, auf Platz zwei der ewigen Marathon-Bestenliste der Lauffreunde, muss die Vereinsstatistik nun korrigiert werden: 3:13:59 Std. bedeuten neuen Vereinsrekord. Damit hält Walter alle Bestzeiten bei den Frauen.

„Ich habe das Frühjahrstraining ganz auf den Marathon ausgerichtet. Nach der Hammer Winterlaufserie habe ich den Trainingsumfang auf 85 Kilometer pro Woche ausgedehnt und einmal wöchentlich einen langen Lauf über 35 km eingebaut. Es hat sich gelohnt“, sagte Katrin Walter nach der Leistungsexplosion von Hamburg. Ihre 3:13:59 Std. bedeuteten Platz 56 von 3126 Frauen, die in Hamburg das Ziel erreichten, und Platz 14 (von 360) in der weiblichen Hauptklasse. Das Erstaunliche: Walter war in der zweiten Hälfte des Laufes 67 Sekunden schneller als in der ersten Hälfte.

Vor begeistertem Publikum lief Marcus Münstermann zum fünften Mal die sehenswerte Strecke durch Hamburg. Für ihn lief es allerdings nicht so gut; er kam nicht richtig ins Rennen. Mit seiner Zeit von 3:43:50 Std. zeigte er sich daher nicht ganz zufrieden. „Als ich unterwegs merkte, dass es mir nicht gelang, das Training in Tempo umzusetzen, habe ich meine Ziele neu definiert. Aber es hat trotzdem Spaß gemacht, in Hamburg dabei zu sein“, sagte Münstermann, der bereits 15 Marathons gelaufen ist. ■ **WA**

„Rad fahren kann ich besser“

LEICHTATHLETIK Zahlreiche Hammer beim Hamburg-Marathon am Start

HAMM ■ Die beste Leistung aus dem heimischen Raum beim größten deutschen Frühjahrsmarathon in Hamburg brachte zweifellos Katrin Walter aus Uentrop, die für die Lauffreunde Bönen an den Start geht. Nach optimaler Vorbereitung mit vielen langen Trainingsläufen unterbot sie ihre Bestzeit um 17 Minuten und passierte die Ziellinie nach 3:13:59 Minuten als 14. Frau der Hauptklasse von 361 Läuferinnen. Insgesamt war sie die 56. Frau von 3125 Finisherinnen.

Marcus Münstermann aus Hamm blieb mit 3:43:50 im Rahmen seiner letzten Resultate, obwohl er sich für den Hamburg-Marathon eine Steigerung vorgenommen hatte. Mit Hans Peiler war noch ein zweiter Starter aus Uentrop dabei. Den neuen LA-Abteilungs-Leiter des TuS Uentrop hatten die Veranstalter als Brems- und Zugläufer gewonnen. An ihn hielten sich die Teilnehmer, die eine Endzeit von 4:45 Stunden anpeilten. Hans Peiler löste diese Aufgabe auf die Sekunde genau, obwohl er als Einzeläufer sonst wesentlich schneller ist. Jörg Wenzel (CVJM) und Stefan Cebulla (DJK Arminia) begannen gemeinsam und passierten die Halbmarathonmarke nach 1:47 Stunde. Beide wurden dann langsamer. Jörg Wenzel hatte vor vier Wochen noch den Barcelona-Marathon bestritten und landete in Hamburg nach

3:47:22 im ersten Drittel. Stefan Cebulla lief nach längerer Pause 3:50:58.

Ihren ersten Start über die klassische Langstrecke hatte Karin Deska von der Leichtathletik Gemeinschaft Hamm (LGH) und kam nach guten 4:45:57 ins Ziel. Hans-Willi Holthoff (LGH), der schon zahlreiche Läufe in vielen Ländern absolviert hat, lief verhalten und kam nach einem Trainingslauf auf 4:33:40. Unter der begehrten Vier-Stunden-Marke blieben Hans-Joachim Lehmann (Radteam Hamm) mit 3:59:44 und Jens Imgenberg (HSE Hamm) mit 3:58:20. Der Vier-Stunden-Marke nähert sich Andrea Müser (VfL Mark), die in der Altersgruppe ab 40 Jahren auf 4:18:04 kam. Carsten Nillies vom Kanuring Hamm beteiligt sich seit mehr als 20 Jahren an Langstreckenläufen. In Hamburg beendete er den Marathon nach 4:02:31 Stunden.

Hans-Peter Schwarz startete früher für den damaligen OSC Hamm (heute LGH) und ist inzwischen mit mehr als 65 Jahren beim SuS Oberaden. Mit einer 3:11:18 Stunden gewann er in Hamburg diese Altersklasse mit deutlichem Vorsprung. Obwohl Ex-Radprofi Rolf Aldag (Ahlen) viel zu schnell angegangen war, lief er mit 2:42:57 bei seinem ersten Marathon erstaunlich schnell. „Das war brutal, Radfahren kann ich besser“, meinte er nach dem Zieleinlauf. ■ **gh**

Tolle Zeiten in Hamburg

LEICHTATHLETIK 18000 Marathonis

KREIS UNNA • Der Hamburg-Marathon zog am Wochenende über 18000 Läufer in seinen Bann - darunter auch einige aus den heimischen Vereinen.

Laufsportfreunde Unna:

Mit vielen positiven Eindrücken kehrten die Aktiven der Laufsportfreunde vom diesjährigen Conergy-Marathon Hamburg aus der Hansestadt zurück. Alle LSF-Starter erreichten gesund, bis auf die kleinen Marathonwehwehen, Krämpfe, Blasen oder blaue Zehennägel, das Ziel. Auch die gesamten Marathondebütanten blieben in ihrem erhofften Zeitkorridor. Bei den Spitzensportlern gab es bei den Männern durch Julio Rey (ESP) mit 2:06:52 Std. und bei den Frauen, durch Robe Tola (ETH) mit 2:24:35 Std. gleich zwei neue Streckenrekorde. Schnellster LSFer bei den Männern war Markus Müller mit einer Zeit von 3:25:37 Std., gefolgt von Jochen Wüstemann in 3:29:06 Std. (persönliche Bestzeit) und Martin Brackelmann in 3:34:47 Std. Schnellste LSF-Frau war Edelgard Brackelmann, die trotz Krämpfe das Ziel in 3:48:17 Std. erreichte. Die Anfänger-Trainingsgruppe um Anja Wolf, mit den Debütantinnen Martin Pörtner, Ute Rohmann, Rosi Zimmer erreichten in 5:19 Std. gemeinsam das Ziel. Waltraud Thebille konnte im Vorfeld aufgrund einer Verletzung nicht so voll trainieren und erreichte in 5:41 Std. das Ziel. Die Debütantengruppe um Thomas Wilmsen und aktiv im Lauf begleitet durch den Vorsitzenden Volker Viebahn, konnte das im Training Erlernte im Wettkampf auch voll umsetzen. So blieben die Uhren für Detlev Glasmeyer bei 4:15 Std., Kathrin Biermann und Christa Ulbricht bei 4:34 Std. und Gaby Biermann und Sabine Materna bei 4:42 Std. stehen. Andrea Hilleringmann ging leicht verletzt in den Lauf und absolvierte ihren ersten Marathonlauf in 4:50 Std. Der Kommentar von Volker Viebahn: „Ich konnte das Umfeld, die tolle Zuschauerunterstützung und die gesamte Atmosphäre einfach mehr genießen und hatte nicht wie sonst den Tunnelblick im Wettkampf.“ Die LSF-Aktiven waren am Samstag bei schweren Regenschauern angeheitert. Am Abend hatte der Verein für seine Aktiven und Partner eine Nudel- und Pizzaparty, um die Kohlenhydratspeicher für den Wettkampf zu füllen, organisiert.

Die Ergebnisse:



Die Laufsportfreunde Unna gingen den Hamburg-Marathon mit einer großen Gruppe an: (v.l. hinten) Waltraud Thebille, Anja Wolf, Gisbert Hupe, verdeckt Gaby Biermann, Ralf Duscha, Kathrin Biermann, Hans-Joachim Wolf, Burkhard Schulte, (mittlere Reihe) Ute Rohmann, Rosemarie Zimmer, Martina Pörtner, Andrea Hilleringmann, Jochen Wagner, Edelgard Brackelmann, Reinhard Klein, Sabine Materna, Christa Ulbricht, Volker Viebahn, kniend Martin Brackelmann und Jochen Wüstemann.



Start frei für den SuS Oberaden: Dieser Teil der Gruppe ging den Marathon locker an. Foto: SuS

Peter Beuche M 55, 4:27:54 Std.; Gaby Biermann W 45, 4:42:12; Kathrin Biermann W 45, 4:34:31; Martin Brackelmann M 45, 3:34:57; Edelgard Brackelmann W 45, 3:48:17; Ralf Duscha M 50, 4:19:55; Detlev Glasmeyer M 45, 4:15:01; Andrea Hilleringmann W 40, 4:50:26; Gisbert Hupe M 45, 3:35:38; Reinhard Klein M 50, 4:20:51; Sabine Materna 4:42:13; Marcus Müller M 35, 3:25:37; Martina Pörtner W 45, 5:19:27; Horst Richter M 45, 4:35:05; Ute Rohmann W 35, 5:19:28; Burkhard Schulte M 40, 4:40:34; Waltraud Thebille W 45, 5:41:01; Christa Ulbricht W 40, 4:34:30; Volker Viebahn M 55, 4:50:26; Joachim Wagner M 55, 4:12:33; Anja Wolf W 60, 5:09:04; Hans-Joachim Wolf M 65, 3:57:07; Jochen Wüstemann M 40, 3:29:06 und Rosemarie Zimmer W 55, 5:19:25 Std.

Lauf Team Unna:

Wie sehr sich Ausdauer und Fleiß schon im Training auszahlt, konnte Petra Delbrügger vom Lauf team Unna unlängst feststellen. Beim marathon in Hamburg lief Petra Delbrügger mit 3:37:03 Std. (netto) neue Bestzeit und neuen Vereinsrekord für die AK W45 aufstellte. Gemessen am gut dosierten Training ließen sich die guten Zeiten auch schon annäherungsweise vorher sagen. Blutblasen an beiden Füßen und eine alte Wadenverletzung, die sich im letzten Drittel der 42 Kilometer langen Strecke wieder bemerkbar machte, waren schon eine schmerzhaft Be-



Petra Delbrügger lief einen neuen LTU-Rekord.

einträchtigung. Ebenfalls am Start in Hamburg war Robert Venker (M35), der in seinem zweiten Marathon mit 4:31:46 Std. eine recht passable Zielzeit erreicht hatte. „Hauptsache dabei gewesen in Hamburg, bei dieser Atmosphäre“, wie er später selbstkritisch feststellte.

SuS Oberaden:

Bei idealem Marathonwetter waren 28 Läufer des SuS Oberaden in Hamburg vertreten. Der schnellste Grün-Weiße Andre Arendsee ver-

besserte mit neuer persönlicher Bestzeit von 2:52:18 Std (267.gesamt/70.M30) den 20 Jahre alten Vereinsrekord von Eberhard Schnabel um über zwei Minuten. Peter Schwarz setzte sich als Sieger der Altersklasse M65 mit einer super Zeit von 3:11:18 Std. (1192.gesamt) gegen die gesamte Konkurrenz durch und verbesserte gleichzeitig seinen Vereinsrekord. Auch mit der Mannschaft (Arendsee 2:52:18 Std - Marszalek 2:56:38 Std - Schröder 3:08:27 Std) wurde mit einer Zeit von 8:57:23 Min. ein neuer Vereinsrekord aufgestellt. Schnellste Frau war mit neuer persönlicher Bestzeit von 3:43:25 Std. (55.WHK/379.gesamt) Dorothee Bredow gefolgt von Sigrid Döbbe (W50) in 3:43:49 Std. Tanja Marth stellte einen neuen W30-Rekord mit 3:48:11 Std. auf. Weitere Vereinsrekorde fielen bei den Altersklassen Mannschaften W50 (Döbbe - Brochtrup - Hucks), M30 (Arendsee - Marszalek - Stehula) und M60 (Schwarz - Schlaefke - Matuschek). Zudem gab es insgesamt zwölf neue persönliche Bestzeiten. Alle Erfolge wurden abschließend gebührend in einer Hamburger Kneipe gefeiert.

Die Ergebnisse

Arendsee, Andre 70. M35 267 02:52:18, Marszalek, Markus 98. M35 401 02:56:38, Schröder, Heinz 155. M45 1004 03:08:27, Schwarz, Hans-Peter 1. M65 1192 03:11:18, Stehula, Jörg 499. M35 2261 03:23:17, Schlaefke, Gerd 20. M60 2458 03:25:16, Albrecht, Peter 951. M40 3840 03:36:37, Thielsch, Christian 730. M45 3991 03:37:48, Dellwig, Wolfgang 1.181. M40 4693 03:43:03, Bredow, Dorothee 55. WH 379 03:43:25, Döbbe, Sigrid 20. W50 388 03:43:49, Marth, Tanja 106. W30 492 03:48:11, Benkó, Marion 114. W35 498 03:48:19, Olschewski, Claudia-Sabine 128. W45 795 03:56:48, Mols, Torsten 1.714. M40 7097 03:56:54, Brochtrup, Doris 88. W50 1275 04:11:16, Matuschek, Manfred 102. M65 10113 04:21:35, Giunta, Martino 1.123. M50 10766 04:27:56, Silz, Werner 124. M65 10978 04:30:26, Taube, Michael-Peter 266. M60 11239 04:33:50, Fuhrwerk, Andrea 401. W35 2062 04:33:53, Hucks, Christa 159. W50 2061 04:33:53, Brigatt, Annegret 161. W50 2064 04:33:54, Seifert, Joachim 2.003. M45 11678 04:40:28, Weber-Grzeskowiak, Ruth 386. W45 2290 04:40:56, Lukas, Anja 526. W35 2739 04:59:31, Verfuß, Otto 704. M55 12588

04:59:31

Lauffreunde Bönen:

Nahezu pulverisiert hat Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen ihre bisherige Marathon-Bestleistung am vergangenen Sonntag beim Hamburg-Marathon. Stand sie bisher mit einer Zeit von 3:24:10 Std., gelaufen in Essen im Herbst 2004, auf Platz zwei der ewigen Marathon-Bestenliste der Lauffreunde, muss die Vereinsstatistik jetzt korrigiert werden. 3:13:59 Std. bedeuten einen neuen Vereinsrekord. Damit hält Walter alle Bestzeiten bei den Frauen der Lauffreunde (5 km = 19:17 Min.) 10 km = 40:26 Min., 15 km = 1:03:55 Std. und Halbmarathon = 1:30:36 Std.). Die Zeit bedeutete Platz 56 von 3126 Frauen, die in Hamburg das Ziel erreichten, und Platz 14 (von 360) in der weiblichen Hauptklasse. Das Erstaunliche: Walter war in der zweiten Hälfte des Laufes 67 Sekunden schneller als in der ersten Hälfte. Dass die Strecke voll war, bestätigte auch Marcus Münstermann von den Lauffreunden. Münstermann: „Ich war jetzt zum fünften Mal in Hamburg am Start, kam aber diesmal überhaupt nicht in das Rennen hinein.“ Mit seiner Zeit von 3:43:50 Std. zeigte er sich daher nicht ganz zufrieden.

Leipzig

Drei Läufer vom Lauf Team Unna starteten beim Marathon in Leipzig. Angelika Friedemann wurde mit 3:41:44 Std. Zweite der AK W50 und Elfte der Frauen gesamt. Etwas zu schnell ging Cornelia Mashiter (W45 / 9. Platz) ihren dritten Marathon an. Ab Kilometer 32 war „Gehen“ angesagt und ihr Freund Martin Gelfuß (M40) tat es ihr gleich: Sie finishten in 4,23 Std.

Dorothea Pfeffer 8.6. „schafft Hunderter“



...und sie hat's geschafft: Dorothea Pfeffer von den Lauffreunden Bönen hielt die 100 Kilometer bravours durch. (Bild: LFB)

Rodenbach in Hessen war Austragungsort der 20. Deutschen Meisterschaften im 100-km-Straßenlauf. Mit 250 Teilnehmer/innen aus allen Teilen Deutschlands waren die Meisterschaften über die Ultra-Distanz diesmal besser besetzt als in den Vorjahren. Und mit dabei Dorothea Pfeffer von den Lauffreunden Bönen.

Seit Januar hatte sich Dorothea Pfeffer auf diesen Tag vorbereitet, und auf den Tag genau war sie fit für ihren ersten 100er. Nach 9:21:19 Std. erreichte sie das Ziel. Das bedeutete Platz 14 im Gesamteinlauf aller Frauen und Platz 4 in ihrer Altersklasse W 45.

Dorothea Pfeffer: „Die Anspannung ließ nach dem Start schnell nach, ich fand gut in das Rennen hinein, mein geplantes Renntempo lag bei 5:30 Min. pro Kilometer.“ Bis zum Ende der 6. Runde hielt sie dies durch, und dann gab es, so Pfeffer, den „ultimativen Wolkenbruch“. Die Folge kommentiert sie so: „Mit der Feuchtigkeit kam die Kälte, kroch in die Muskulatur, und ich musste das Tempo ein klein wenig reduzieren. Aber ich hatte zu jedem Zeitpunkt des Rennens das Gefühl, es zu schaffen“, ergänzt sie.

Im Training hatte sie sich intensiv auf dieses Rennen vorbereitet. Aufbauend auf die Erfahrungen aus zehn Marathons gingen die Trainings-

läufe jetzt hin bis zu 46 km. Ihr höchstes Wochenpensum lag bei 130 km. „Das geht nur, wenn die ganze Familie dahinter steht“, stellte sie unmissverständlich fest. Und so war es selbstverständlich, dass ihre Familie (Dirk, Vanessa, Jana und Gilian) auch die Betreuung an der Strecke in Rodenbach übernahm. Ergänzt wurde die läuferische Logistik durch eine kleine Truppe der Lauffreunde Bönen, angeführt von Hartmut Stoepel und Bettina Reisinger-Muhr.

Rang 14 in deutscher Jahresbestenliste

Wo steht Dorothea Pfeffer mit einer solchen Zeit, das war natürlich die interessante Frage am Ende des Laufes. Für den Leichtathletikkreis Unna-Hamm bedeutet ihre Zeit einen neuen Rekord. Die bisherige Bestleistung stand bei 10:24:13 Std., gehalten von Alexandra Sommer vom TV Unna (1990). „In Deutschland liege ich zum jetzigen Zeitpunkt - wie bei dieser Meisterschaft - auf Platz 14 der vorläufigen Jahresbestenliste der Frauen und in der Welt auf Platz 22. Ich bin ja mal gespannt, wie sich diese Zahlen am Jahresende darstellen“, meint Pfeffer mit einem Schmunzeln im Gesicht.



Dorothea Pfeffer wurde nach 100 stressigen Kilometern im Ziel von ihrer Fangruppe der Lauffreunde Bönen begeistert empfangen. ■ Foto: LFB

Dorothea Pfeffer ^{6.5.} zeigt wahre Ausdauer

LAUFSPORT Bei Premiere gleich einen
Kreisrekord im 100km-Straßenlauf aufgestellt

BÖNEN ■ Rodenbach in Hessen war am Austragungsort der 20. Deutschen Meisterschaften im 100-km-Straßenlauf. Mit dabei auch Dorothea Pfeffer von den Lauffreunden Bönen.

Mit 250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus allen Teilen Deutschlands waren die Meisterschaften über die Ultra-Distanz diesmal besser besetzt als in den Vorjahren. Rodenbach ist in Läuferkreisen bekannt, die Veranstalter bieten eine gute Organisation und eine schnelle 10 mal zu durchlaufende 10-km-Runde durch den Rodenbacher Forst, durchgehend asphaltiert und weitgehend windgeschützt.

Seit Januar hatte sich Dorothea Pfeffer von den Lauffreunden Bönen auf diesen Tag vorbereitet, und auf den

Tag genau war sie fit für ihren ersten 100er. Nach 9:21:19 Std. erreichte sie das Ziel. Das bedeutete Platz 14 im Gesamteinlauf aller Frauen und Platz 4 in ihrer Altersklasse W 45.

Der Startschuss fiel um 7 Uhr. Die Bedingungen waren zunächst ideal, trocken, teils aufgelockerte Bewölkung und Temperaturen um die 5 Grad. Allerdings machte der ausklingende Monat April seinem Ruf alle Ehre. So mussten die Ultras im Verlauf der Meisterschaft Regen- und Graupelschauer über sich ergehen lassen.

Dorothea Pfeffer: „Die Anspannung ließ nach dem Start schnell nach, ich fand gut in das Rennen hinein, mein geplantes Renntempo lag bei 5:30 Min. pro Kilometer.“ Bis zum Ende der 6. Runde hielt sie dies durch, und dann gab es, so Pfeffer, den „ultimativen Wolken-

bruch“. Die Folge kommentiert sie so: „Mit der Feuchtigkeit kam die Kälte und kroch in die Muskulatur, und ich musste das Tempo reduzieren. „Aber ich hatte zu jedem Zeitpunkt des Rennens das Gefühl, es zu schaffen“, ergänzt sie.

Für den Leichtathletikkreis Unna-Hamm bedeutet Pfeffers Zeit einen neuen Rekord. Die bisherige Bestleistung stand bei 10:24:13 Std., gehalten von Alexandra Sommer vom TV Unna und gelaufen am 2. September 1990 bei einem der legendären 100-km-Läufe von Unna.

„In Deutschland liege ich jetzt wie bei dieser Meisterschaft auf Platz 14 der vorläufigen Jahresbestenliste der Frauen und in der Welt auf Platz 22. Ich bin ja mal gespannt, wie sich diese Zahlen am Jahresende darstellen“, meint Pfeffer mit einem Schmunzeln im Gesicht.

Gute Zeiten für S.S. Lauffreunde-Damen

LEICHTATHLETIK Silke Kluge holt sich
ersten Gesamtsieg ihrer Laufbahn

BÖNEN ■ Gute Ergebnisse bringen zur Zeit die Frauen der Lauffreunde Bönen nach Hause, und gemeint sind damit nicht nur Katrin Walter und ihr neuer Vereinsrekord über die Marathon-Distanz in 3:13:59 Std. sowie Dorothea Pfeffer mit ihrem herausragenden 100-km-Debüt in 9:21:19 Std. (WA berichtete). Die Reihe von guten Leistungen eröffnete Silke Kluge bei einem spontanen Start beim 18. Gelsenkirchener Volkslauf. Sie lief hier über zehn Kilometer mit 43:13 Min. eine neue persönliche Bestzeit und gewann damit die Gesamtwertung der Frauen. Die Freude bei Kluge war nach dem ersten Gesamtsieg ihrer Laufbahn entsprechend groß.

Ebenfalls eine neue persönliche Bestzeit – über die Marathon-Distanz – lieferte Manuela Maletz am Sonntag beim Rhein-Ruhr-Marathon in Duisburg ab. Sie verbesserte sich bei ihrem zweiten Marathon-Start um fast sechs

Minuten auf 3:37:55 Std. und kletterte damit in der „ewigen Marathon-Bestenliste“ der Lauffreunde-Frauen auf Platz vier empor. Die Zeit bedeutete Platz elf in der Altersklasse W40.

Eine herausragende Platzierung errang Ingrid Tessarek am gleichen Tag bei einem Halb-Marathon in Dresden. Bei dem in dem Oberelbe-Marathon integrierten Lauf mit Start in Pirna und Ziel in Dresden erreichte sie in 1:49:40 Std. Platz zwei in ihrer Altersklasse W55. Mit diesem Ergebnis hat sie Ausichten auf eine gute Platzierung in der westfälischen Bestenliste des Leichtathletikverbandes. Mit ihr am Start war Ehemann Günter Tessarek, der die 21,1 Kilometer lange Halbmarathon-Strecke nach 1:58:06 Std. beendete. 1:57:03 Std. erreichte Dr. Ralf Bartmann beim Halbmarathon in Duisburg, der parallel zum Rhein-Ruhr-Marathon stattfand. ■ WA



Silke Kluge gewann beim Gelsenkirchener Volkslauf in neuer persönlicher Bestzeit die 10 km-Gesamtwertung der Frauen.

Fast zehn Stunden lang unterwegs

LEICHTATHLETIK Dorothea Pfeffer wird 14. bei Deutscher Meisterschaft über 100 km

BÖNEN/RODENBACH ■ Dorothea Pfeffer von den Laufreunden Bönen hat am Samstag bei den Deutschen Meisterschaften im 100-Kilometer-Straßenlauf im hessischen Rodenbach den 14. Platz in der Frauen-Wertung belegt. Für die Strecke, etwa so lang wie die von Bönen nach Köln, benötigte Pfeffer 9:21:19 Std. In ihrer Altersklasse W45 belegte sie damit den vierten Platz. Ihre Zeit bedeutete auch einen neuen Rekord für den Leichtathletik-Kreis Unna-Hamm. Die bisherige Bestleistung stand bei 10:24:13 Std., gehalten von Alexandra Sommer vom TV Unna, gelaufen vor fast 16 Jahren. Deutsche Meisterin wurde in Rodenbach die Wittenerin Birgit Schönherr-Hoelscher mit der herausragenden Zeit von 7:48:33 Std.

Mit 250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus allen Teilen Deutschlands waren die Meisterschaften über die Ultra-Distanz diesmal besser besetzt als in den Vorjahren. Rodenbach ist in Läuferkreisen bekannt. Der Veranstalter bietet eine gute Organisation und eine schnelle, zehn Mal zu laufende Zehn-Kilometer-Runde durch den Rodenbacher Forst, durchgehend asphaltiert und weit gehend windgeschützt.

Der Startschuss fiel am

Samstag um 7 Uhr. Die Bedingungen waren zunächst ideal, trocken, teils aufgelockerte Bewölkung und Temperaturen um die 5 Grad. Allerdings machte der ausklingende Monat April seinem Ruf alle Ehre. So mussten die „Ultras“ etwa nach der Hälfte des Rennens einen Wolkenbruch, sowie Regen- und Graupelschauer über sich ergehen lassen. „Mit der Feuchtigkeit kam die Kälte und kroch in die Muskulatur, und ich musste das Tempo ein klein wenig reduzieren. Aber ich hatte zu jedem Zeitpunkt des Rennens das Gefühl, es zu schaffen“, sagte Pfeffer, die sich seit Januar intensiv auf ihren ersten „100er“ vorbereitete. Aufbauend auf den Erfahrungen aus zehn Marathon-Läufen gingen die Trainingsläufe zuletzt hin bis zu 46 km. Ihr höchstes Wochenpensum lag bei 130 km.

„Das geht nur, wenn die ganze Familie dahinter steht“, sagte sie. Und so war es selbstverständlich, dass ihre Familie (Dirk, Vanessa, Jana und Dilian) auch die Betreuung an der Strecke in Rodenbach übernahm. Ergänzt wurde die läuferische Logistik durch eine kleine Truppe der Laufreunde Bönen, angeführt von Hartmut Stoepel und Bettina Reisige-Muhr. ■ **WA**





Kamens Bürgermeister Hermann Hupe gab den Startschuss zum Zehn-Kilometer-Lauf am Bürgerhaus Methler. Mit 223 Teilnehmern gingen hier die meisten Läuferinnen und Läufer auf die anspruchsvolle Strecke.

Fotos (4): Wagner

Besucher-Rekord und Volksfeststimmung

HELLWEG-SERIE Über 750 Teilnehmer starten beim 34. Kamener Volkslauf
Katrin Walter aus Bönen ist die schnellste Frau über zehn Kilometer

Von André Wagner

KAMEN ■ Strahlender Sonnenschein bescherte dem TVG Kaiserau am Maifeiertag einen Rekordbesuch zum 34. Kamener Volkslauf in Kamen-Methler. „Wahnsinn. So viele Starter hatten wir seit zehn Jahren nicht mehr“, freuten sich die TVG-Vorsitzenden Werner Herrmann und Brigitte Blecher.

Beim Lauf der Hellwegserie gingen insgesamt 753 Teilnehmer am Start. Bereits zuvor waren über 700 Voranmeldungen beim TVG Kaiserau, der in diesem Jahr seinen 130. Geburtstag feiert, eingegangen, darunter mehr als 300 Kinder.

Über die Halbmarathon-Distanz sorgte Dirk Lehmann (LSF Unna) in überlegener Manier für einen Start-Ziel-Sieg in 1:20:51 Stunden. Martin Delbrügge (LT Unna) wurde in 1:25:44 Stunden Vierter, Heinrich Karlsohn (LSF Unna) landete mit 1:26:52 Stunden auf Rang fünf. In seiner Altersklasse (M 55) war Karlsohn nicht zu schlagen.



Über hundert fleißige Helfer hatten für die hungrigen Teilnehmer ein reichhaltiges Angebot an Speisen vorbereitet.

Im Rennen über zehn Kilometer mussten die Läufer aus Unna aber anderen Sportlern den Vortritt auf Treppchen lassen. Matthias Cramer aus Coesfeld siegte in 0:34:32 Minuten vor dem Werner Jürgen Teicher in 0:36:46 Minuten und Michael Tuns (Dülmen) in 0:36:58 Minuten. Auf Rang vier lief Fabian Gutsch (0:37:44 Minuten) vom Königsborner SV und gewann seine Altersklasse (M30). Daniel Matlock vom LSF Unna wurde in 0:37:52 Minuten Fünfter.

Als schnellste Frau absolvierte Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen den Rundkurs. Sie stoppte ihre Zeit bei 0:41:25 Minuten. Mit über fünf Minuten Rückstand wurde Beate Kolberg (TV Flerke/Welver) Zweite, auf Platz drei kam Frauke Krause aus Hamm.

Der „Jedermann-Lauf“ über fünf Kilometer war fest in Werner Hand. Bernd Kusel (LSF Werne) siegte in 17:03 Minuten vor seinem Teamkollegen Stefan Steinhart (17:23 Minuten). Drit-

ter wurde Dirk Mahltig (LG Unna) in 18:05 Minuten. Kerstin Kopka und Christiane Preuß (beide VfL Fröndenberg) mussten sich bei den Frauen nur der Dortmunderin Anette Marienberg geschlagen geben.

Natürlich durften auch viele Freunde des Walken nicht auf den Strecken über fünf und zehn Kilometer fehlen.

Rund um das Bürgerhaus Methler herrschte vor, während und nach den Rennen Volksfeststimmung. Dafür sorgten auch mehr als 300 Kinder und Jugendliche, die rund um den Sportplatz des SuS Kaiserau mit großer Begeisterung 400 und 800 Meter-Läufe absolvierten.

Für die Kleinsten stand das Spielfeld der Stadt Kamen kostenfrei zur Verfügung. Das umfassende Speisen-Angebot reichte von Kuchen bis zur Erbsensuppe.

„Wir sind sehr zufrieden mit der Veranstaltung. Wir bieten keine Spitzenläufe, sondern Breitensport. Das kommt gut an“, resümierten Werner Herrmann und Brigitte Blecher, die kaum einen der 34. Kamener Volksläufe verpasst haben.

Dirk Lehmann: „Die Konkurrenz war nicht groß“

INTERVIEW Halbmarathon-Sieger läuft erst seit 2002 für LSF Unna

Von André Wagner

KAMEN ■ Kaum war Dirk Lehmann als Sieger des Halbmarathons beim 34. Kamener Volkslauf in Methler durchs Ziel gelaufen, stellte sich der 37-jährige Elektroniker, der für die Laufsportfreunde Unna an den Start geht, den Fragen unserer Zeitung.

Frage: Sie haben den Halbmarathon mit großem Vorsprung, insgesamt über zwei Minuten, gewonnen. Haben Sie mit dieser Überlegenheit gerechnet?

Lehmann: „Am Start habe ich schon gesehen, dass die Konkurrenz diesmal nicht so groß ist. Viele starke Läufer waren wohl auch in Duisburg oder in Hannover am Start.“

Frage: Sind die gelaufenen 1:20:51 Ihre Bestzeit?

Lehmann: „Nein, meine persönliche Bestzeit liegt bei 1:18:32 Stunden. Dennoch bin ich sehr zufrieden. Das Rennen war meine Premiere 2005.“

Frage: Der 34. Kamener Volkslauf war also Ihr erster Wettkampf in diesem Jahr. Warum haben Sie die lange Pause eingelegt?

Lehmann: „Ich bin im November 2005 beim New York-Marathon gestartet. Danach wollte ich erst einmal



Gewann den Halbmarathon der Unnaer Dirk Lehmann.

ein wenig durchschnaufen.“

Frage: Wie sehen jetzt Ihre weiteren Ziele aus?

Lehmann: „In zwei Wochen starte ich beim Halbmarathon an der Glückauf-Kaserne in Unna-Königsborn. Mein persönlicher Höhepunkt steigt dann am 22. Oktober – der Mallorca-Marathon.“

Frage: Wie lange laufen Sie schon im Verein und wann trainieren Sie?

Lehmann: „Vor vier Jahren bin ich angefangen. Vorher habe ich bei RW Unna und in Hombach Fußball gespielt. Meistens trainiere ich morgens von 4.30 bis 6.30 Uhr, bevor ich zur Arbeit fahre.“



Zeit gestoppt: In 0:41:25 Minuten lief Katrin Walter aus Bönen, die schnellste Frau über zehn Kilometer, ins Ziel.



Eine große Gruppe der Lauffreunde ging bei der Traditionsveranstaltung der TVG Kaiserau an den Start. ■ Foto: privat

Katrin Walter gut erholt

LEICHTATHLETIK Sieg in Kaiserau über 10 Kilometer der Frauenwertung
Neue persönliche Bestzeit auf Halbmarathonstrecke für Jürgen Flechsig

BÖNEN/KAMEN ■ 753 Läufer und Walker, darunter eine große Gruppe der Lauffreunde Bönen, gingen bei der Traditionsveranstaltung der TVG Kaiserau am 1. Mai bei herrlichem Wetter über Strecken von 800 Metern, 5 Kilometern, 10 Kilometern und Halbmarathon an den Start.

Katrin Walter zeigte sich von ihrem schnellen Marathon in Hamburg gut erholt und gewann über 10 Kilometer die Frauenwertung in 41:25 Minuten. Kurz vor ihr überquerte Wolfgang Lödde-mann nach 41:15 Min. die Ziellinie (Platz 8 in M35). Die Altersklasse M55 war mit Simon Vulf in 45:48 Minuten, Dieter Freitag in 46:39 Minuten und Hartmut Stoepel in 47:46 Minuten stark vertreten, sie belegten hier die Plätze fünf bis sieben und liefen alle drei persönliche Jahresbestzeiten. Hartmut Drees nutzte den 10-Kilometer-Wettkampf als Aufbauauf und absolvierte diesen in 52:53 Minuten.

Michael Wöllert nutzte die Zeitgestaltung des Veranstalters und ging erst über fünf Kilometer und dann über zehn Kilometer an den Start. Über fünf Kilometer kam er in 20:30 Minuten auf einen guten 2. Platz. Die zehn Kilo-



Als Katrin Walter in Kaiserau an den Start ging, hatte sie den Hamburg-Marathon schon „aus den Knochen“. ■ Foto: Archiv

meter lief er etwas verhalten in 45:49 Minuten.

Über fünf Kilometer waren außerdem noch Wolfgang Hermann (22:58 Min.) und Corinna Stoepel (25:09 Min.) dabei. Auch für diese beiden gab es zweite Plätze, Corinna bei der weiblichen Jugend A und Wolfgang in M55.

Gisela Hohmeyer blieb beim Halbmarathon zum ersten Mal nach vier Jahren mit 1:58:27 Stunden wieder deutlich unter der Zwei-Stunden-Grenze und gewann ihre Klasse W 55. Für Jürgen Flechsig bedeuteten 1:50:59 Stunden auf der Halbmarathonstrecke eine neue per-

sönliche Bestzeit. Dieter Kaiser startete beim 10-km-Nordic-Walking und kam nach guten 1:15:28 Stunden ins Ziel.

275 Schülerinnen und Schüler lieferten sich spannende Wettkämpfe über die 800-m-Distanz auf schwerem Rasengelände. Der Trainingsfleiß der Lauffreundekinder zahlte sich durch Spitzenplätze aus.

Bei den Schülerinnen D starteten allein 59 Läuferinnen. In diesem großen Feld dominierten Lena Maletz mit 3:21 Minuten und Platz 1, Vanessa Kröner mit 3:33 Minuten und Platz 2 und Wibke Imgenberg mit 3:39 Minuten und Platz 4 das gesamte Feld.

Auch die Schülerinnen C der Lauffreunde Bönen waren erfolgreich. Sara Gözütok lief in 3:31 Minuten auf Platz 3, Lea Kloosterboer in 3:36 Minuten auf Platz 5, Katharina Budde in 3:38 Minuten auf Platz 7 und Leoni Melsheimer in 3:39 Minuten auf Platz 8.

„Alle drei zeigten mit hohem Tempo und einem beherzten Endspurt läuferisches Talent“, resümierte Trainer Hartmut Stoepel.

Auch Nora Rudlof – bei den Schülerinnen B gewann sie in 3:12 Minuten Platz 2 – stand dem nicht nach. Zufrieden war auch Steffen Maletz bei den Schülern C mit 3:14 Minuten und Platz 3. In dieser Klasse lief Giuliano Wöllert in 3:43 Minuten ins Mittelfeld. Bei den Schülern B starteten Wanja-Sören Drees (3:17 Min und Platz 3) und Falk Imgenberg (3:26 Minuten und Platz 5) gegen starke Konkurrenz.

Bei den Schülerinnen A lief Fee Heymann nach 3:10 Minuten auf Platz 2, das bedeutete gleichzeitig die schnellste Zeit der Bönener Kinder. Auch Pia Kloosterboer lief in dieser Klasse mit 3:25 Minuten eine hervorragende Zeit, die mit Platz 3 belohnt wurde. ■ WA

Einfach nur gelaufen

LEICHTATHLETIK 363 Athletinnen
beim 17. Frauenlauf am Start

HAMM • Während mancher Ehemann oder Freund beim Bundesliga-Ausklang als Passivsportler auftrat, zeigten sich am Samstag 363 Frauen und Mädchen rund um das Jahnstadion äußerst aktiv. Denn der Frauenlauf lockte wieder zahlreiche Langstrecklerinnen in den Hammer Osten. „363 Teilnehmerinnen ist eine gute Zahl. Ich hätte mir aber gewünscht, dass wir den Rekord und die 400er-Marke packen“, zog Gail Siegert, Vorsitzende des Veranstalters FriedenssportlerInnen Hamm, ihr Fazit.

Das Hauptaugenmerk der Aktiven lag auf den Rennen über fünf und zehn Kilometer. Schnellste über fünf Kilometer war mit der 15-jährigen Sarah Ebel vom SC Eintracht Hamm in 21:02 Minuten eine ganz Junge. Sie sah den Erfolg dann auch jugendlich locker: „Ich dachte mir, ich laufe einfach Mal mit. Und das klappte ganz gut.“ Sarah Ebel löste mit ihrem Erfolg Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen ab, die zuvor drei Mal über diese Distanz gewonnen hatte. Diesmal startete Walter über zehn Kilometer und siegte dort prompt auch in einer Zeit von 40:37 Minuten. Ganz zufrieden war sie damit aber nicht: „Ich hatte mir eigentlich eine Zeit unter 40 erhofft, doch auf den letzten zwei Kilometern hatte ich zu viel Gegenwind.“

Während sich die Siegerinnen über ihre Erfolge freuten, stand für die Vielzahl der Teilnehmerinnen das Dabeisein im Vordergrund. Die Veranstalter hatten sich deshalb im Vorfeld, während

und nach dem Lauf sehr viel einfallen lassen, um dem Ereignis seine besondere Atmosphäre zu verleihen. Dies wussten die Aktiven einmal mehr zu schätzen. „Ich bin seit 1998 dabei. Der Frauenlauf war mein erster Lauf und wird, wenn ich mit dem Laufen aufhöre, auch mein letzter sein“, sagte Mathilde Hofmeister aus Scheidingen. Die Veranstaltung sei einfach schön organisiert. Den Frauenlauf nicht missen möchte auch Helma Fischer. Nachdem die 63-Jährige aufgrund von Knieproblemen nicht mehr laufen kann, hat sie sich dem Walken verschrieben. Dort landete sie sogar auf dem ersten Platz.

Neben den Ehrungen für die Einzelerfolge gaben die Organisatoren auch wieder Sonderpreise aus. Die erfahrenste Teilnehmerin war Elisabeth Braun (Jahrgang 1927), als jüngste wurde Liridona Zena vom SC Westtinnen geehrt. Die U 10-Fußballerin hatte viele ihre Kameradinnen mitgebracht, und so sicherte sich der SCW mit 44 Starterinnen den ersten Platz in der Gruppenwertung. „Eigentlich sind sie Fußballerinnen und laufen nicht gerne, aber das machen sie für den Verein“, sagte SCW-Betreuer Stephan Puschmann.

Die FriedenssportlerInnen haben nicht nur ein Herz für Sport. Den Erlös des Laufs rundete der Veranstalter auf 1500 Euro auf. Einen Scheck mit dieser Summe überreichte Gail Siegert an Dr. Claudia Strunk von der Organisation „Pro Mamma“, um deren Kampf gegen den Brustkrebs zu unterstützen. ■ ps



Die Erstplatzierten des Zehn-Kilometer-Laufs: Petra Nolte, Juliane Mozar, Katrin Walter (von links). ■ Foto: Stallmeister

Frauenlauf wieder ein Erfolg

Sarah Ebel und Katrin Walter siegen bei den Rennen über fünf und zehn Kilometer

Hamm (ps). Das Wetter hielt, die Organisation verlief reibungslos und die Läuferinnen hatten wieder zahlreiche den Weg ins Jahnstadion gefunden. Der traditionelle Hammer Frauenlauf der FriedenssportlerInnen Hamm war wieder ein voller Erfolg. Auch, wenn die Vorsitzende des Veranstalters, Gail Siegert, nicht ganz zufrieden war: „363 Teilnehmerinnen ist eine gute Zahl. Ich hätte mir aber gewünscht, dass wir den Rekord und die 400er-Marke packen“, sagte Siegert.

Bei den Rennen über fünf und zehn Kilometer gingen die meisten Läuferinnen an den Start. Schnellste über fünf Kilometer war mit der 15-jährigen Sarah Ebel vom SC Eintracht Hamm in 21:02 Minuten eine ganz Junge. Sie sah den Erfolg dann auch jugendlich locker: „Ich dachte mir, ich laufe einfach mal mit, und das klappte ganz gut.“ Sarah Ebel löste mit ih-



Katrin Walter (rechts) trug sich über zehn Kilometer in die Siegerliste ein. Sarah Ebel über fünf. Fotos: Stallmeister

rem Erfolg Katrin Walter von den Laufreunden Bonen ab, die zuvor drei Mal über diese Distanz gewonnen hatte. Diesmal startete Walter über zehn Kilometer und siegte dort prompt auch in einer



Zeit von 40:37 Minuten.

Während sich die Siegerinnen über ihre Erfolge freuten, stand für die Vielzahl der Teilnehmerinnen das Dabei-sein im Vordergrund. Die Veranstalter hatten sich des-

halb im Vorfeld, während und nach dem Lauf sehr viel einfallen lassen, um dem Ereignis seine besondere Atmosphäre zu verleihen. Dies wussten die Aktiven einmal mehr zu schätzen. „Ich bin seit 1998 dabei. Der Frauenlauf war mein erster Lauf und wird, wenn ich mit dem Laufen aufhore, auch mein letzter sein“, sagte zum Beispiel Mathilde Hofmeister aus Scheidingen. Es sei einfach schön organisiert, so Hofmeister. Den Frauenlauf missen möchte ebenfalls Helma Fischer nicht. Nachdem die 63-Jährige aufgrund von Knieproblemen nicht mehr laufen kann, hat sie sich dem Walken verschrieben. Dort landete sich sie sogar auf dem ersten Platz.

Die FriedenssportlerInnen haben nicht nur ein Herz für Sport. 1500 Euro spendete der Verein der Organisation „Pro Mama“ zum Kampf gegen Brustkrebs.

MCG wieder „Bönens schnellste Schule“

SCHULSPORT Entscheidung zwischen den sechs Bönener Schulen so eng wie noch nie – Pestalozzi-Schule knapp geschlagen
Staffel der Lehrer als Höhepunkt – Thorben Pund-Müller verbessert den Wettbewerbsrekord über 1000 Meter

BÖNEN ■ 12.30 Uhr, Sportanlage am MCG, Dauerregen. Die Frisur sitzt. Zumindest bei den zahlreichen Schülern aller sechs Lehranstalten, die ihre Wettläufe über 800 und 1000 Meter bereits absolviert hatten. Entspannen konnten die Kinder aber noch nicht, denn sie wollten noch ihre Lehrer zum Sieg treiben. Erstmals mussten auch die Pädagogen für „Bönens schnellste Schule“, dem Vergleichswettkampf der Bönener Schulen, die Sportschuhe schnüren. Eine besondere Gaudi für Schüler, die insgesamt bereits zum fünften Mal um Platzierungen liefen.

Die Lehrer der Pestalozzi-Schule siegten. Trotzdem musste sich die Bönener Hauptschule mit dem zweiten Platz in der Gesamtwertung zufrieden geben. Oben auf dem Treppchen standen wie im Vorjahr die Gymnasialisten des MCG. „Dennoch war es ein voller Erfolg für die Pestalozzi-Schule“, lobte Ausrichter Hartmut Stoepel das erfolgreiche Engagement der Sportlehrer Tobias Oppermann und Eichner, denn im vergangenen Jahr war die Hauptschule weit abgeschlagen auf dem fünften Platz gelandet. Diesmal verpassten die Schüler und das Staffelduo mit dem designierten Rektor Ralf Goldschmidt und Sportlehrer Oppermann den Sieg äußerst knapp.

Mit 201 Punkten hatte das



Die Sieger von „Bönens schnellste Schule“: Ganz oben auf dem Treppchen das MCG, als Zweite die Pestalozzi-Hauptschule (l.) und als Dritte die Hellweg-Schule (r.). ■ Foto: Liesegang

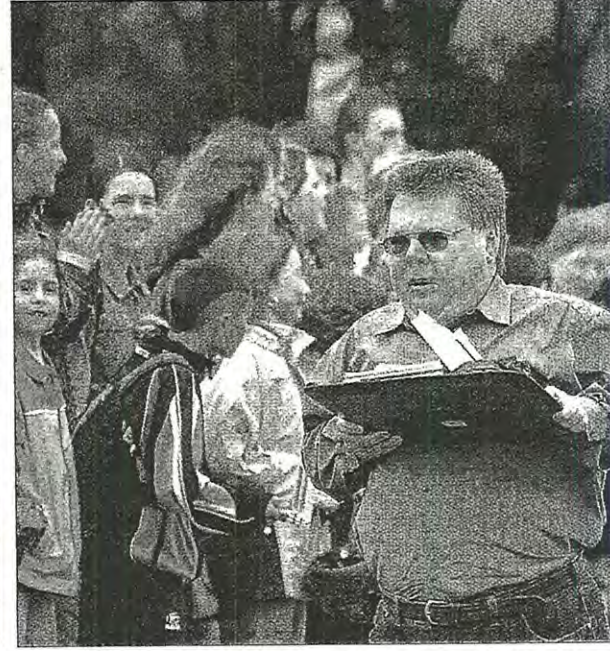
MCG mit nur drei Zählern mehr die Nase vorn. „Aber letztendlich zählt hier vor allem die Teilnahme“, freute sich Stoepel über die trotz „miesem“ Wetter große Beteiligung der Schulen. Und Spaß hatten schließlich alle.

Als ob er den knappen Ausgang des Wettbewerbs geahnt hatte, warf Rainer Hoffmann sein ganzes Gewicht in die Waagschale. Der Direktor des MCG startete in der abschließenden Lehrerstaffel. Und

„verlor zwar die Bildung“, wie Humboldt-Kollegin Sibylle Arlinghaus schmunzelte, war aber schnell genug für den zweiten Rang, der den Gesamtsieg seiner Schule sicherte. Die Lehrer liefen eine originelle Staffel: Passend zum Alltag transportierten sie Lehrbücher („die Bildung“) auf dem Tablett über den Parcours. Der Einsatz lohnte gleich doppelt – der sonst eher seltene Jubel ihrer Schüler ging ihnen runter wie Öl.

Begeistert versprach Arlinghaus sogar ein spezielles Training für die Wiederholung des Wettbewerbes im nächsten Jahr. Und Günther Dieckmann wird sich im nächsten Jahr warm machen, denn der Rektor der Ermelingschule holte sich gestern bei kühler Witterung eine leichte Zerrung. So lernten auch Lehrer noch etwas.

Ein sportliches Highlight lieferte Thorben Pund-Müller. Der Schüler der Pestalozzi-



MCG-Direktor Rainer Hoffmann hatte bei der Staffel mit seinem Bücherstapel zu kämpfen. ■ Foto: Liesegang

schule stellte die Bestmarke der Veranstaltung über 1000 Meter ein. Nach nur 3:04 Minuten lief er über den Zielstrich. Schnellstes Mädchen war Marlene Gebhard mit 3:33 Minuten. „Insgesamt war die Leistungsichte in diesem Jahr sehr hoch“, analysierte Stoepel. Nur 23 Punkte lagen zwischen dem Letzten, der Realschule (178), und dem MCG. „Das liegt auch an den Auswahlkriterien der Teilnehmer. Nicht al-

le haben die schnellsten Läufer geschickt“, sagte der Organisator – pro Klasse konnten jeweils zwei Mädchen und Jungen starten.

Die Pestalozzi-Schule tröstete sich mit fünf ersten Plätzen über ihren verpassten Gesamtsieg hinweg. Strahlen konnten auch Hartmut Stoepel und sein Ausrichtersteam. Lob gab es von allen Seiten. Beflügelt nahm der Laufreund schon am Nachmittag die Arbeit wieder auf. ■ ml

Auch die Lehrer müssen ran

SCHULSPORT „Bönens schnellste Schule“
findet am Freitag am Sportzentrum statt

BÖNEN ■ Am kommenden Freitag wird auf der Tartanbahn am Sportzentrum wieder „Bönens schnellste Schule“ gesucht. Alle sechs Bönener Schulen haben ihre Teilnahme zugesagt. Es ist bereits die fünfte Auflage des Wettbewerbs. Im vergangenen Jahr gewann das Marie-Curie-Gymnasium vor der Goetheschule und der Humboldt-Realschule.

Für die Klassen 1 und 2 sind Läufe über 800 m und für alle anderen über 1000 m zu absolvieren. Pro Schule und Jahrgang starten jeweils drei Mädchen und drei Jungen; jede Schule ist mit vier Jahrgängen vertreten. Ergänzt werden diese Jahrgangsstaffeln durch Schülstaffeln. Unter dem Stichwort „Olympia-Staffel“ geht es zunächst über 100 m, dann wird gesteigert auf 200 m, 400 m und 800 m. Neu ist in diesem Jahr die Beteiligung der Lehrerschaft, die in einer kurzen Pendelstaffel für ihre

Schule punkten kann. Wer in der Addition der Wertungspunkte vorne steht, darf sich dann „Bönens schnellste Schule“ nennen.

Der erste Startschuss fällt am Freitag um 10.15 Uhr, den Abschluss bilden die Lehrerstaffeln um 12.20 Uhr. Die Siegerehrung für die einzelnen Läufe beginnt um 12.30 Uhr. Wenig später wird die schnellste Schule mit einem Wanderpokal ausgezeichnet.

Motor der Veranstaltung ist Hartmut Stoepel, der bei den Lauffreunden Bönen für das Kinder- und Jugendtraining zuständig ist. „Wir hoffen auf spannende Wettkämpfe. Alle Bönener sind herzlich eingeladen, bei dieser Veranstaltung für eine gute Kulisse zu sorgen“, sagt Stoepel. Die Lauffreunde sorgen für den sportlich-organisatorischen Rahmen und für das leibliche Wohl. Bürgermeister Rainer Eßkuchen ist Schirmherr des Vergleichswettkampfs der Schulen. ■ WA

Dirk Pfeffer verpasst sein Ziel

LAUFSPORT Start in Hannover

BÖNEN ■ Zeitgleich fanden in Düsseldorf und in Hannover zwei große Stadtmarathonveranstaltungen statt.

In Hannover am Start waren Dirk Pfeffer und Ulf Kasischke von den Lauffreunden Bönen. Dirk Pfeffer (M40) wollte an seine gute Leistung aus dem Vorjahr anknüpfen. „Mein Ziel war eine Zeit um 2:45 Stunden“, so Pfeffer. Aber die äußeren Bedingungen waren dagegen. Es war einerseits sehr warm und andererseits sehr windig. So war Pfeffer mit seiner Endzeit von 2:51:29 Std. nicht so recht zufrieden. Ähnlich erging es Ulf Kasischke (M60). Er kam nach 3:45:01 Std. ins Ziel, hatte

aber eine neue persönliche Bestzeit im Auge, die er recht knapp um 93 Sekunden verpasste. Pfeffer lief mit seiner Zeit auf Platz 8 in der Altersklasse M 40 und Kasischke auf Platz 7 in M 60.

Bei ähnlichen Bedingungen ging Karl-Heinz Brock in Düsseldorf an den Start. Er nahm an diesem Lauf im Rahmen einer Studie des Herzzentrums der Universität Essen teil. So gab es für Brock umfassende medizinische Tests unmittelbar vor und nach dem Lauf und 24 Stunden später. „Meine Endzeit von 3:38:02 Std. entspricht meinem derzeitigen Trainingsstand“, zeigte sich Brock zufrieden.

17.5.06

Um 93 Sekunden an der Bestzeit vorbei

LEICHTATHLETIK Ulf Kasischke und Dirk Pfeffer bei Hannover-Marathon am Start
Karl-Heinz Brock von Lauffreunden als „Versuchskaninchen“ unterwegs

BÖNEN ■ Die Lauffreunde Bönen waren bei großen Marathon-Wettbewerben in Hannover und Düsseldorf am Start. In Hannover gingen Dirk Pfeffer und Ulf Kasischke auf die 42,195 Kilometer lange Strecke. Pfeffer (Altersklasse M40) wollte an seine gute Zeit von 2:45 Std. aus dem Vorjahr anknüpfen, doch die äußeren Bedingungen in Hannover waren nicht die besten. Es war einerseits

sehr warm und andererseits sehr windig. So war Pfeffer mit seiner Endzeit von 2:51:29 Std. nicht so recht zufrieden.

Ähnlich erging es Ulf Kasischke in der Klasse M60. Er kam nach 3:45:01 Std. ins Ziel. Er hatte eine neue persönliche Bestzeit angepeilt, die er recht knapp um 93 Sekunden verpasste. Pfeffer lief mit seiner Zeit auf Platz acht in der Altersklasse M 40 und

Kasischke auf Platz sieben in der M60.

Bei ähnlichen äußeren Bedingungen, aber unter anderen Vorzeichen, ging Karl-Heinz Brock in Düsseldorf an den Start. Er nahm an diesem Lauf im Rahmen einer Studie des Herzzentrums der Universität Essen teil. In die Studie einbezogen waren rund hundert Männer über 50 Jahre mit Ausdauersportenerfahrung. Die Essener Wissen-

schaftler wollten wissen, ob sich bei Marathonläufern auf Grund der extremen Ausdauerbelastung strukturelle Gefäßveränderungen finden lassen. So gab es für Brock umfassende medizinische Tests unmittelbar vor und nach dem Lauf sowie 24 Stunden später. „Meine Endzeit von 3:38:02 Std. entspricht meinem derzeitigen Trainingsstand“, zeigte sich Brock zufrieden. ■ WA

WA 16.05.2006

DONNERSTAG

18.6.

Bönener Frauen in Berlin

BÖNEN ■ 23 Läuferinnen und Walkerinnen der Bönener Lauffreunde waren am Wochenende beim größten deutschen Frauensport-Event dabei: dem 23. Berliner Frauenlauf. Insgesamt gingen über 11700 Frauen an den Start. Mehrere Sambabands und tausende Zuschauer sorgten für eine ausgelassene Stimmung und feuerten die Läuferinnen begeistert an. Die Bönenerinnen gingen über 10 und 5 Kilometer an den Start. Einige nutzten zudem das 10-km-Walking- beziehungsweise Nordic-Walking-Angebot. Für die Walkerinnen ein besonderes Ereignis, denn sie starteten erstmals vor einer solchen Kulisse. ■ WA

Uelzmann neue Kreismeisterin

LEICHTATHLETIK Bönenerin gewinnt die Halbmarathon-Wertung in Königsborn

BÖNEN ■ Bei zwei Traditionsveranstaltungen der heimischen Laufszene waren die Lauffreunde Bönen am Start: beim 17. Hammer Frauenlauf und beim 15. Glückauf-Halbmarathon in Unna-Königsborn, in den die Kreismeisterschaften (KM) eingebettet waren. Kreismeisterin wurde Bönens Christine Uelzmann (W35), Silber gab es für Silke Kluge (W35) und Bronze für Thomas Kohrt (M40) sowie Lothar Dieckmann (M60).

Insgesamt waren beim 15. Glückauf-Halbmarathon (mit 10 km-Lauf und -Walking) in Königsborn 14 Lauffreunde am Start. Die zeigten starke Leistungen. Susanne Brinkmann (Platz vier gesamt) schob sich mit persönlicher Bestzeit von 45:29 Min. über 10 km auf Platz acht der ewigen Bestenliste der Lauffreunde-Frauen. Das gleiche Kunststück gelang Christine Uelzmann (Platz 4 gesamt, 1. KM-Wertung) mit Halbmarathon-Bestzeit von 1:36:49 Std. Sie rangiert damit jetzt auf Platz fünf. Silke Kluge erreichte mit 1:37:32 Std. den fünften Gesamtplatz (2. KM-Wertung).

Den 10 km-Lauf der Frauen gewann Katrin Walter. Ihre 40:42 Min. waren nahe an der persönlichen Bestzeit. Die knackte ihr Vereinskollege Simon Vulf im Halbmarathon (M55). Er war diese Distanz noch nie so schnell gelaufen (1:42:36 Std.).

Bei der 44-köpfigen Bönener Delegation tags zuvor beim Hammer Frauenlauf

war die Altersspanne so groß wie selten: Zwischen Annie Dost und Wibke Imgenberg lagen 68 Lebensjahre. Gelauften wurde für einen guten Zweck; 1500 Euro kamen für die Organisation „Pro Mama“ (Kampf gegen Brustkrebs) zusammen. Dabei zu sein stand für die meisten Bönenerinnen im Vordergrund. Nur Katrin Walter lief auf Sieg und gewann den 10 km-Lauf in guten 40:37 Min. Sie verpasste damit ihre persönliche Bestleistung um elf Sekunden.

Katrin Walter gewinnt beide 10 km-Läufe

Über die 5 km-Distanz liefen sich warm für den Glückauf-Halbmarathon Christine Uelzmann in 24:42 Min (Platz 1, W35), Susanne Brinkmann in 26:34 Min. (Platz 3, W35) und Silke Kluge in 26:35 Min. (Platz 4, W35). Heidrun Engel gewann die Klasse W60 in 29:32 Min. Den Mädchen der Lauffreunde diente die Teilnahme als Vorbereitung für die Kreisstaffelmeisterschaft. Sie liefen daher nicht im Maximalbereich. Umso erstaunlicher war die Leistung von Lena Maletz über 5 km in 23:46 Min. (Platz 1, W9).

Den ersten Platz in der Gruppenwertung (größte Teilnehmerzahl) teilten sich die Lauffreunde mit dem SC Westtünnen. Beide waren mit 44 Teilnehmern gekommen. Insgesamt nahmen in Hamm 363 Läuferinnen teil. ■ **WA**



Mit 44 Starterinnen nahmen die Lauffreunde Bönen am Hammer Frauenlauf teil. ■ Foto: privat

Katrin Walter läuft neuen Clubrekord

BÖNEN ■ In hervorragender Form präsentiert sich zur Zeit Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Nach ihrem guten Abschneiden beim Hamburg-Marathon Anfang April (3:13:59 Std.) lieferte sie jetzt über 10 km eine neue persönliche Bestzeit - und damit einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde - ab. Sie erreichte beim 30. Altstadtlauf in Lippstadt eine Zeit von 39:52 Min. Dabei waren die äußeren Bedingungen - Dauerregen und kühle Temperaturen - alles andere als optimal. Walter verbesserte sich um gut eine halbe Minute. Sie wurde Gesamt-Zweite.

Ebenfalls zufrieden mit seinen Leistungen kann Ulf Kasischke sein. In seiner Altersklasse M60 läuft er vorne mit. Seine in Lippstadt gelaufenen 46:21 Min. brachten ihm den Altersklassensieg.

Katrin Walter in Top-Form

LEICHTATHLETIK Vereinsrekord und persönliche Bestzeit über 10 Kilometer

BÖNEN ■ In hervorragender Form präsentiert sich zurzeit Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Nach ihrem guten Abschneiden beim Hamburg-Marathon Anfang April (3:13:59 Std.) lieferte sie jetzt über 10 Kilometer eine neue persönliche Bestzeit und damit auch einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde ab. Beim 30. Altstadt-Lauf in Lippstadt erreichte sie eine Zeit von 39:52 Min. Dabei waren die äußeren Bedingungen - Dauerregen und kühle Temperaturen - alles andere als optimal. Walter verbesserte sich um gut eine halbe Minute. „Nachdem ich den Hamburg-Marathon gut verkraftet hatte, war eine 10-km-Zeit unter 40 Minuten eine neue Herausforderung. Ich freue mich sehr“, sagte Walter. Dass die gute Zeit in Lippstadt nicht für den Gesamtsieg reichte, tat der Freude keinen Ab-



Katrin Walter

bruch. Sie wurde in Lippstadt Zweite.

Ebenfalls zufrieden mit seiner Form ist Ulf Kasischke. In seiner Altersklasse M60 läuft er regelmäßig vorne mit. Seine in Lippstadt gelaufene Zeit von 46:21 Min. brachten ihm hier den Altersklassensieg. ■ WA

Mittwoch, 31. Mai 2006

In Lippstadt: Katrin Walter über 10 km mit exzellenter Zeit



Verbesserte den Vereinsrekord der LF Bönen über 10 Kilometer: Katrin Walter kam nach 39:52 Minuten ins Ziel.

Leichtathletik: In hervorragender Form präsentiert sich zur Zeit Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Nach ihrem guten Abschneiden beim Hamburg-Marathon Anfang April (3:13:59 Std.) lieferte sie jetzt über 10 km eine neue persönliche Bestzeit - und damit einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde - ab. Sie erreichte beim 30. Altstadtlauf in Lippstadt am zurückliegenden Freitag eine Zeit von 39:52 Min. Dabei waren die äußeren Bedingungen - Dauerregen und kühle Temperaturen - alles andere als optimal. Walter verbesserte sich um gut eine halbe Minute. Ihr Kommentar: „Nach dem ich den Hamburg-Marathon gut verkraftet hatte, war eine 10-km-Zeit unter 40 Minuten eine neue Herausforderung. Ich freue mich sehr.“ Dass die gute Zeit in Lippstadt nicht für den Gesamtsieg reichte, tat der Freude keinen Abbruch. Die Ergebnisliste weist immerhin Platz 2 für sie aus.

Ebenfalls zufrieden mit seinen derzeitigen Leistungen kann Ulf Kasischke sein. In seiner Altersklasse M 60 läuft er regelmäßig vorne mit. Seine in Lippstadt gelaufene Zeit von 46:21 Min. brachten ihm hier den Altersklassensieg.



Die Lauffreunde gehörten in Drensteinfurt zu den teilnehmerstärksten Vereinen. ■ Foto: pr

Walter läuft allen davon

LEICHTATHLETIK 42 Bönener Lauffreunde bei Wälster-Lauf in Drensteinfurt aktiv
Katrin Walter mit neuem Streckenrekord über die 10 km-Distanz

BÖNEN ■ Einen neuen Teilnehmerrekord meldeten die Veranstalter beim 6. Wälster Lauf in Drensteinfurt. Die Ergebnislisten weisen 337 Namen aus, 42 von ihnen waren für die Lauffreunde Bönen am Start. Katrin Walter war wieder nicht zu stoppen. Sie gewann den Zehn-Kilometer-Lauf trotz Dauerregen mit einem neuen Streckenrekord von 40:53 Minuten. tags zuvor hatte sie in Lippstadt mit 39:52 Min. zum ersten Mal über 10 km die 40-Minuten-Grenze unterboten.

Erste Plätze in ihrer Altersklasse gab es in Drensteinfurt zudem für Christine Uelzmann (Altersklasse W35) in 44:47 Min. und Simon Vulf (M55) in 44:52 Min. Beides sind persönliche Bestzeiten. Thomas Freitag absolvierte den Lauf in 42:43 Min.

Schnellste Bönenerin über fünf Kilometer war Silke Kluge in 21:35 Min. (Platz 1 in W35). Weitere Altersklassensiege gab es hier für Ulf Kasischke (22:18 Min., M60), Manuela Maletz (23:19 Min., W45) Hartmut Stoepel (23:23 Min., M55) und Corinna Stoepel (25:55 Min., weibl. Jugend A). Die übrigen Zeiten: Dominik Stoepel 23:10 Min., Rüdiger Budde 23:24 Min., Gerard Kloosterboer 23:52 Min., Jennifer Stoepel 29:00 Min., Daniela Stoepel 29:07 Min., Bernd Uelzmann 30:00 Min. und Manuela Blank 30:01 Min. Die 5 km-Walking-Strecke absolvierte Regina Drees in 36:08 Min.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung standen für den „Teammanager“ Hartmut Stoepel die Jüngsten. Svenja und Lena Heinemann und

Bennet Brinkmann schnuperten beim Bambini-Lauf erstmals Wettkampf-Luft.

Über 1000 Meter belegte Vanessa Kröner in 4:12 Min. den ersten Platz bei den Schülerinnen D. Bei den A-Schülerinnen siegte Lena Frey in 9:37 Min. über die 2000 Meter und freute sich so über den ersten Pokal ihrer „Läuferkarriere“. Zweite Plätze belegten Steffen Maletz (Schüler C/4:00 Min.) über 1000 Meter und Nora Rudlof (Schülerinnen B/8:40 Min.) über 2000 Meter. „Bronze“ holten sich Lea Kloosterboer (Schülerinnen C/4:09 Min.) über 1000 Meter sowie Hannah Blank (Schülerinnen B/9:02 Min.) und Tim Grundmann (Schüler A/7:49 Min.) über 2000 Meter.

Einen guten Platz vier belegten in der jeweiligen Al-

tersklasse Wibke Imgenberg (Schülerinnen D/1000 m/4:35 Min.), Iva Bartmann (Schülerinnen C/1000 m/4:15 Min.), Wanja-Sören Drees (Schüler B/2000 m/8:34 Min.) und Sebastian Lübblinghoff (Schüler A/2000 m/7:49 Min.).

Beim Citylauf in Haltern war am Freitag eine kleine Gruppe der Lauffreunde am Start. Die Familie Freitag startete über 5 km, Ulf Kasischke über 10 km. Karin Freitag verbesserte ihre Bestzeit auf 27:20 Min. und gewann damit Platz zwei in der Altersklasse W50. Ihr Ehemann stand ihr in Nichts nach und verbesserte sich auf 22:24 Min. (Platz 2/M55). Schnellster „Freitag“ war Sohn Thomas mit 20:26 Min. Ulf Kasischke gewann in 46:10 Min. Platz drei in M60. ■ WA

Spaß bei den Lauffreunden

LAUFSPORT Im Fort-Fun-Abenteuerland schlugen sich die Bönener Läufer sehr erfolgreich
Das Angenehme mit dem Sportlichen verbunden – Walter siegt in Gütersloh

BÖNEN ■ Das Angenehme mit dem Sportlichen zu verbinden gelang am Pfingstwochenende den Lauffreunden Bönen: Acht Läufe mit klingenden Namen wie „Funny-Fuchs-Lauf“, „Goldgräber-“ und „Wildwestlauf“ standen auf Einladung des TuS Valmetal im Freizeitpark Fort Fun auf dem Plan. Auf 550 (Bambini-Lauf), 1350 und 2700 Metern sowie auf acht und zehn Kilometern legten sich die Vereinsmitglieder ins Zeug. Zum Teil sehr erfolgreich: Bennet Brinkmann siegte mit 3:03 Minuten beim Bambini-Lauf der Fünfjährigen.

Lena Maletz (W9) und Lea Kloosterboer erreichten Platz eins über 1350 Meter mit 5:46 und 5:36 Minuten. Das schnellste Lauffreunde-Mädchen auf der 1350-Meter-Strecke war Nora Rudlof mit 5:29



Sport und Spaß verbanden die Lauffreunde mit einem Besuch im Fort Fun. ■ Foto: privat

Min. (Platz 4 in W12). Einen guten zweiten Platz in der Mannschaftswertung, honoriert mit zwölf Freikarten für Fort Fun, erreichten mit ihren Zeiten Nora Rudlof, Lea Kloosterboer und Lena Maletz. Über die ebenfalls an-

spruchsvolle 2700-Meter-Strecke liefen Corinna Stoepel (13:13 Min.) und Janine Harbach (14:16 Min.) auf Platz 1 bzw. 2 bei der weiblichen Jugend A. Den Davy-Crocket-Lauf über 2700 Meter gewann Katrin Walter bei den

Frauen in 10:13 Min.

Der Hauptlauf über zehn Kilometer forderte durch das bergige Profil und den morastigen Boden alles von den Läufern und war der läuferische Höhepunkt des Tages. Auch hier lief es insbesondere bei den Frauen rund. Die Doppelstarterin Katrin Walter wurde im Gesamteinlauf mit 42:59 Min. Zweite und gewann ihre Altersklasse. Zusammen mit Silke Kluge (45:49 Min., Platz 1 in W 35) und Susanne Brinkmann (49:32 Min., Platz 2 in W 35) gewannen sie die Frauen-Mannschaftswertung. Bereits zwei Tage später, am 5. Juni, ging Katrin Walter beim Gütersloher Pfingstlauf erneut an den Start. Sie gewann hier das Fünf-Kilometer-Rennen der Frauen in schnellen 19:39 Minuten. ■ WA

Bönener Mädchen die schnellsten

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen
beim 3. Dolberger Landschaftslauf

BÖNEN ■ Trotz großer Hitze belegten die Lauffreunde Bönen am Wochenende beim 3. Dolberger Landschaftslauf vordere Plätze. 16 Bönenerinnen und Bönener waren an den Start gegangen. Zur Auswahl standen ein Bambini-Lauf, die 2000 Meter für Schüler sowie 5,1 und 10 Kilometer für Jugend und Erwachsene.

Die Bönener Mädchen gewannen in allen Altersklassen. Lena Maletz wurde bei den Schülerinnen D über 2000 Meter in 8:53 min Erste, Lea Kloosterboer holte sich in 8:37 min den Sieg bei den C-Juniorinnen. Nora Rudlof erspurtete sich mit 8:35 min

den Spitzenplatz bei den B-Juniorinnen. Fee Heymann holte sich bei den Schülerinnen A Rang eins, knapp gefolgt von ihrer Freundin Pia Kloosterboer. Steffen Maletz und Giuliano Wöllert kamen bei den Schülern C auf die Plätze zwei und drei.

Auf der anspruchsvollen, weil welligen 5,1 km-Strecke gingen die meisten Läufer an den Start. Wieder war Katrin Walter mit 20:59 min nicht zu schlagen. Den Sieg in der Altersklasse W40 holte sich Manuela Maletz, die ihren Trainingsumfang nach der Marathon-Saison deutlich zurückgeschraubt hat, in 24:28 min. ■ WA



Gute Ergebnisse trotz großer Hitze: die Lauffreunde Bönen beim Dolberger Landschaftslauf. ■ Foto: pr

Dienstag, 1. August 2006

Silke Kluge stellt neue Bestzeit auf

LAUFSPORT Auf Norderney die 43 Minuten über zehn Kilometer unterboten

BÖNEN ■ Am 15. Juli fand auf der Nordseeinsel Norderney der 18. City-Abendlauf des TuS Norderney statt. Kurz entschlossen entschied sich Silke Kluge von den Lauffreunden Bönen zur Teilnahme am 10 km-Lauf. Das sie noch eine Startnummer bei den wenigen möglichen Nachmeldungen bekam, war dabei glücklich. Der Lauf ist wegen seiner tollen Atmosphäre sehr beliebt und die auf 1200 Teilnehmer begrenzte Anzahl ist immer sehr schnell erreicht.

Es waren zwei Runden durch die City und an der Strandpromenade entlang zu durchlaufen. Die Stimmung hätte kaum besser sein können: Entlang der Strecke standen viele Zuschauer, die die Athleten anfeuerten.

Nach der ersten Runde war klar, dass Silke im Sog der schnellen Läufer auch sehr gut unterwegs war. Doch würde sie das Tempo halten können? Im Ziel blieb die Uhr für sie bei 42:09 Minuten stehen. Damit unterbot sie ihre alte Bestmarke von 43:13 Minuten mehr als deutlich. In der Frauenwer-



Silke Kluge

tung belegte sie den fünften Rang und in der Altersklasse W35 den ersten Platz.

Dazu Silke: „Ich wollte immer irgendwann mal unter 43 Minuten laufen, dass es in der entspannten Urlaubsatmosphäre so gut geklappt hat, finde ich einfach riesig.“ In der „ewigen Bestenliste“ der Lauffreunde Bönen kletterte sie mit ihrer Zeit auf den dritten Platz über 10 Kilometer. Vor ihr liegen nur noch Katrin Walter und Bettina Reisige-Muhr.

Erholung am Möhneseesee

Lauffreunde Bönen verbringen zwei sportliche Wochen im Feriendorf Wamel
Erste Ferienfreizeit ein voller Erfolg – Teilnehmer und Betreuer zeigen sich zufrieden

BÖNEN ■ „Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah!“ – Getreu diesem Motto hatten sich 20 junge Lauffreunde und vier Betreuer um Hartmut Stoepel das Feriendorf Wamel am Möhneseesee als Ferienziel ausgewählt. Die Befürchtung der Kinder, die Ferienfreizeit würde ein intensives Trainingslager werden, erfüllte sich dabei nicht. Ziel der Freizeit war es vielmehr, durch Spiel, Sport, Spaß und kulturelle Angebote Abwechslung, Entspannung und Erholung zu bieten. So ganz ohne „Lernen“ ging es aber doch nicht: Natürlich luden der Möhneseesee und der Arnsberger Wald dazu ein, den Kindern die gegenseitige Abhängigkeit von Mensch und Natur zu veranschaulichen.

In kleinen Gruppen, aufgeteilt auf einfache Ferienhäuser, galt es jedoch zunächst, den Alltag zu organisieren. Der Küchendienst, das Aufräumen und das Saubermachen – ohne Unterstützung der Eltern – wurde mit Bravour gemeistert.

Die ersten Tage waren übrigens noch geprägt von der großen Euphorie der Fußballweltmeisterschaft. Die Trauer über die Niederlage gegen Italien wurde allerdings schnell durch ein abwechslungsreiches Programm, unterstützt durch das gigantische Wetter, in gute Laune umgewandelt. Am Anfang der Freizeit stand ein Familientag mit Eltern und Geschwistern auf dem Programm. Für die 70 Akteure wurde der Appetit auf Ge-



In den ersten Tagen grassierte noch das WM-Fieber. ■ Foto: pr

grilltes durch die Teilnahme an „Olympischen Spielen“ angeregt. Abgerundet wurde der schöne Tag mit gemeinsamen Singen am Lagerfeuer. Die Gitarrenbegleitung und musikalische Unterstützung übernahm stimmungsgewaltig der Vorsitzende der Lauffreunde Bönen, Dieter Maletz.

Eine Schlauchboot- und Kanutour mit Badespaß auf beziehungsweise in der Ruhr und ein Besuch in der War-

steiner Bilsteinhöhle bei 7 Grad Celsius Innentemperatur waren ein cooles Erlebnis und brachten eine willkommene Abkühlung.

Der Besuch im Wildpark Völlinghausen mit Handfütterung von Sauen und Hochwild beeindruckte besonders die Jüngeren. Das die Rückwanderung durch den Arnsberger Wald von einem intensiven Platzregen begleitet wurde, tat der guten Stim-

mung keinen Abbruch. „Wir wurden nass bis auf die Haut“, so Freizeitorganisator Hartmut Stoepel.

Das neu eröffnete Strandbad „Uferlos“ mit Karibik-Atmosphäre am Möhneseeseeufer wurde an den ganz heißen Tagen natürlich auch nicht verschmäht. Den kulturellen Anforderungen wurde im Landschaftsinformationszentrum in Möhneseesee-Günne und bei einer Altstadtwanderung in Soest Rechnung getragen. Eine Radtour zum idyllisch im Arnsberger Wald gelegenen Jagdschloss St. Meinolf mit Führung rundete den kulturellen Teil ab.

Neue sportliche Erfahrungen machten die Kids an der Kletterwand in Möhneseesee-Eltingen. Auch hier zeigten sie Ausdauer. Für die Teamleitung um Hartmut Stoepel im Sicherungsdienst war es erstaunlich, dass die Kinder zweieinhalb Stunden nahezu pausenlos in den verschiedensten Schwierigkeitsgraden „die Wand hoch gingen“.

Eine besondere Attraktion der Freizeit war die selbst gebaute Wasserrutsche. Der Rutschrekord von 30 Metern (einschließlich Wiese) wurde am Familientag von einem angereisten Vater aufgestellt. Der letzte Abend verlangte noch einmal alles von den Kindern. Bei einer Nachtorientierungswanderung durch den Arnsberger Wald mussten sich die Kinder, aufgeteilt in kleinen Teams, im Wald nach Vorgabe von Richtung und Entfernung zurechtfinden. Zum Glück kamen alle sicher ans Ziel. ■ WA

LF Bönen:

Ohne Stoppuhr Tempogefühl beweisen

12.8.

Leichtathletik: Am kommenden Donnerstag, 17. August, treffen sich die Lauffreunde Bönen um 18 Uhr an der Ermelingschule in Lenningsen zu ihren diesjährigen Vereinsmeisterschaften.

Angeboten werden Wettbewerbe über ein Kilometer (Kinder und Jugendliche - Laufen), 5 und 10 Kilometer (Laufen und Walken). Bei den Lauffreunden wird jedoch nicht der Schnellste Vereinsmeister. Vielmehr kommt es darauf an, das eigene Leistungsvermögen genau einzuschätzen. Es geht darum, die Zeit, die man gehen oder laufen will, vorherzusagen und so nah wie möglich an die Schätzung heranzukommen. Vor dem Start wird die Stoppuhr abgelegt. Die Vereinsmeisterschaft sichert sich der oder diejenige mit der geringsten Differenz zur angegebenen Zeit.

Dazu Dieter Maletz, Vorsitzender der Lauffreunde Bönen: „Tempogefühl ist gefragt, nicht Tempohärte. Wir nutzen die Vereinsmeisterschaften auch, um an diesem Tag ein klein wenig unseren Vereinsgeburtstag zu feiern. In diesem Monat werden wir 23 Jahre alt.“ Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt, versprechen die Lauffreunde.

Das Zeitgefühl zählt

LEICHTATHLETIK Vereinsmeisterschaft
der Lauffreunde Bönen am Donnerstag

12.8.

BÖNEN ■ Am kommenden Donnerstag treffen sich die Lauffreunde Bönen um 18 Uhr an der Ermelingschule zu ihren Vereinsmeisterschaften. Angeboten werden Wettbewerbe über 1 km (Kinder und Jugendliche - Laufen), 5 km und 10 km (Laufen und Walken). Bei den Lauffreunden wird jedoch nicht der Schnellste Meister. Vielmehr kommt es darauf an, das eigene Leistungsvermögen genau einzuschätzen. Wer ohne Stoppuhr der Zeit, die er oder sie vorausgesagt hat, möglichst nahe kommt, landet weit oben. Je weiter, desto geringer die Differenz zwischen Vorhersage und tatsächlicher Zeit ist. „Tempogefühl ist gefragt, nicht Tempohärte“, sagt Vorsitzender Dieter Maletz. Rund um die Meisterschaft feiern die Lauffreunde ihren 23. Geburtstag. ■ WA

Durch richtige Einschätzung zum Vereinstitel

LAUFSPORT Lauffreunde Bönen
schlagen ungewöhnliche Wege ein

BÖNEN ■ Auf ungewöhnliche Weise kürten die Lauffreunde Bönen ihre Vereinsmeister. Treff war Ermelingschule in Lenningen; sonst Start und Ziel des Traditionslaufes „Rund um Flierich“.

Gewinner war derjenige, der seine Zeit am besten einschätzen konnte, also nicht unbedingt der Schnellste. Vereinsmeister wurde der oder diejenige mit der geringsten Differenz zur angegebenen Zeit. „Niemand muss sich überanstrengen und außerdem hat wirklich jeder die Chance, Vereinsmeister zu werden“, kommentierte Vorsitzender Dieter Maletz das ungewöhnliche Verfahren. Da außerdem niemand sofort seine benötigte Zeit erfuhr, war es spannend bis zum Schluss.

Überwiegend im Vereinsdress trugen die rund 80 Teilnehmer ihre geschätzte Zeit in bunte Listen ein und stellten sich anschließend zur kurzen Gymnastik auf. Nach dem Kommando „Uhren ab“ ging es dann los.

Die Erwachsenen konnten zwischen einer fünf und einer zehn Kilometer langen Strecke wählen.

Ein überraschendes Ergebnis gab für die Frauen über 5 km: Christine Uelsmann, Brigitte Fliescher und Edeltraud Wandt verpassten ihre angepeilte Zeit um jeweils 6 Sekunden und durften sich

über eine Vereinsmeister-Urkunde freuen.

Bei den Männern über 5 km teilten sich Peter Fleßenkemper und Werner Selent bei einer Abweichung von nur 1 Sekunde den ersten Platz. Ihnen folgten Claus Gersie und Hartwig Heine mann mit 7 Sekunden.

Dorothea Pfeffer stand diesen exakten Leistungen in der Frauen-Wertung über 10 km nicht nach, mit einer gelaufenen Zeit von 56:42 Min. war sie 2 Sekunden langsamer als geplant. Auf Platz 2 folgte Susanne Brinkmann mit 13 Sekunden und auf Platz 3 Britta Bartmann mit 23 Sekunden.

Vereinsmeister über 10 km Männer wurde Jörg Holtmann mit einer Differenz von 7 Sekunden, knapp gefolgt von Thomas Kohrt mit 8 Sekunden. Platz 3 teilten sich Lothar Kotulla und Walter Teumert (Differenz 18 Sekunden).

Bei den Kindern und Jugendlichen - es gab eine gemeinsame Wertung für Mädchen und Jungen - ging es ebenfalls außerordentlich knapp zu. Gelaufen wurde hier eine Strecke von 1 km. Matthias und Sebastian Lüblichhoff kamen gemeinsam auf Platz 1, der eine war 1 Sekunde schneller und der andere 1 Sekunden langsamer. Lea Kloosterboer folgte mit einer Zeitdifferenz von 2 Sekunden nur ganz knapp dahinter.

Laufen nach der inneren Uhr

19.8

LEICHTATHLETIK 100 Läufer und Walker bei Vereinsmeisterschaften

Lauffreunde Bönen liefen um fünf Titel. Abweichungen entscheidend für Platzierung

BÖNEN ■ Irgendwie war es wie immer, wenn die Lauffreunde Bönen an den Start gehen. Nach Stretching und Warmtraben nahmen die Sportler ihre Strecke in Angriff. Wie immer entschied die Stoppuhr die Vereinsmeisterschaften am Donnerstagabend.

Doch nicht wie sonst der Schnellste wurde Vereinsmeister, sondern der mit der genauesten inneren Uhr. Die Läufer und Walker mussten vor dem Wettkampf eine Sollzeit angeben, diese dann möglichst genau einhalten.

Sekundengenau traf diesmal keiner der knapp 100 Teilnehmer ein. Alle Starter waren entweder zu schnell oder zu langsam. Bei den Schülern und Schülerinnen, die gemeinsam über tausend Meter starteten, siegten die Brüder Lüblinghoff. Mathias und Sebastian verpassten die geschätzte Zeit nur um jeweils eine Sekunde. Lea Klosterboer um zwei. Die „Routiniers“ Steffen Maletz und Nora Rudloff, bei „echten“ Rennen sehr erfolgreich, spurten vorneweg, aber zu schnell.

Einen Tag nach dem 21. Ge-



Bei den Vereinsmeisterschaften der Lauffreunden Bönen gab die innere Uhr den Takt vor. ■ Foto: Liesegang

ERGEBNISSE

1000 m Mädchen/Jungen

1. Lüblinghoff, Mathias 4:14 (-1)
1. Lüblinghoff, Sebastian 4:06 (+1)
3. Klosterboer, Lea 4:07 (+2)

5 km Frauen (Laufen und Walken)

1. Uelsmann, Christine 24:28 (+6)
1. Fliescher, Brigitte 38:11 (+6)
1. Wandt, Edeltraud 48:05 (+6)

5 km Männer (Laufen und Walken)

1. Fleßenkemper, Peter 27:29 (-1)
1. Selent, Werner 27:31 (-1)

3. Gersie, Claus 28:42 (+7)

3. Heinemann, Hartwig 28:37 (+7)

10 km Frauen (Laufen)

1. Pfeffer, Dorothea 56:42 (+2)
2. Brinkmann, Susanne 56:41 (+13)
3. Bartmann, Britta 59:21 (+23)

10 km Männer (Laufen)

1. Holtmann, Jörg 45:03 (-7)
2. Kohrt, Thomas 44:52 (-8)
3. Kotulla, Lothar 55:37 (-18)
3. Teumert, Walter 55:12 (+18)

burtstag veranstalteten die Bönener ihre ungewöhnliche Vereinsmeisterschaft. Gründungsmitglied Dieter Maletz war dementsprechend in Feierlaune.

Der Vorsitzende sang „Marschlieder“, bevor er sich auf die fünf Kilometer lange Walkingstrecke machte. Entsprechend beflügelt verpasste er die Meisterschaft. Hier zeigten die Herren das bessere Zeitgefühl. Peter Flessenkemper war mit 27:29 Minuten ebenso gerade eine Sekunde zu schnell wie Werner Selent (27:31 Min.). Die Frauen „verschätzten“ sich um sechs Sekunden. Christine Uelsmann, Brigitte Fliescher und Edeltraud Wandt teilen sich den Titel.

Dorothea Pfeffer zeigte mit ihrer Vereinsmeisterschaft über 10 Kilometer, warum sie über die Langstrecke sehr erfolgreich startet. Zeitgefühl ist wichtig, um die Kräfte im Rennen richtig einzuteilen. Pfeffer verpasste ihr Soll um zwei Sekunden.

Der beste Mann über die lange Strecke war Jörg Holtmann. 45:03 Minuten benötigte der Bönener, 45:10 wollte er laufen. ■ ml

29.8.06

Jeder der 80 Teilnehmer hatte Chance bei den Vereinsmeisterschaften der Lauffreunde Bönen

Laufen und Zeit einschätzen

Die Lauffreunde Bönen trafen sich an der Ermelingschule in Lenningsen zu ihren Vereinsmeisterschaften 2006.

Gewinner an der Ermelingschule war derjenige, der seine Zeit am besten einschätzen konnte, also nicht unbedingt der Schnellste. „Niemand muss sich überanstrengen und außerdem hat wirklich jeder die Chance, Vereinsmeister zu werden“, kommentierte Vorsitzender Dieter Maletz das ungewöhnliche Verfahren. Überwiegend im Vereinsdress trugen die rund 80 Teilnehmer ihre geschätzte

Zeit in bunte Listen ein.

Die Erwachsenen konnten zwischen einer fünf und einer zehn Kilometer langen Strecke wählen. Ob dabei gelaufen oder gewalkt wurde, spielte keine Rolle. Ein überraschendes Ergebnis gab es für die Frauen über 5 km: Christine Uelsmann, Brigitte Fliescher und Edeltraud Wandt verpassten ihre angepeilte Zeit um jeweils sechs Sekunden, wurden Vereinsmeister.

Bei den Männern über 5 km teilten sich Peter Fleßenkemper und Werner Selent bei einer Abweichung von nur einer Sekunde den ersten Platz. Ihnen folgten Claus Gersie

und Hartwig Heinemann mit 7 Sekunden. Dorothea Pfeffer stand diesen exakten Leistungen in der Frauen-Wertung über 10 km nicht nach, mit einer gelaufenen Zeit von 56:42 Min. war sie zwei Sekunden langsamer als geplant. Auf Platz zwei und drei folgten Susanne Brinkmann und Britta Bartmann.

Vereinsmeister über 10 km Männer wurde Jörg Holtmann mit einer Differenz von 7 Sekunden, gefolgt von Thomas Kohrt, Lothar Kotulla und Walter Teumert.

Bei den Kindern und Jugendlichen - es gab eine gemeinsame Wertung für Mäd-



LFB-Vorsitzender Dieter Maletz (li.) zog ein positives Resümee.

chen und Jungen - ging es ebenfalls über die 1-km-strecke außerordentlich knapp zu. Matthias und Sebastian Lüblinghoff kamen gemeinsam auf Platz eins, der eine

war eine Sekunde schneller und der andere eine Sekunde langsamer. Lea Kloosterboer folgte mit einer Zeitdifferenz von zwei Sekunden nur ganz knapp dahinter.

Viele Treppchenplätze für Lauffreunde

FUSSBALL Bönener Frauen- und Mädchenstaffel siegen beim 13. Ahlener Staffellauf
Lauffreunde mit insgesamt 15 Staffeln am Start – Teilnehmerrekord

BÖNEN ■ Mit einem großen und leistungsstarken Team präsentierten sich die Lauffreunde Bönen beim 13. Ahlener Staffellauf. Sie trugen dazu bei, dass der Lauf mit fast 300 Teilnehmern einen neuen Teilnehmerrekord verzeichnete.

Der Schülernachwuchs startete über 3x2 Kilometer. Bei den D-Schülerinnen belegten

Lena Maletz, Vanessa Kröner und Wibke Imgenberg mit sehr guten 28:39 min und durch einen energischen Endspurt von Imgenberg den ersten Platz. Bei den Schülerinnen C belegten Lea Klosterboer, Iva Bartmann und Henriette Blank in 27:50 min Rang zwei. Bei den Schülerinnen B kamen Hannah Blank, Nora Rudlof und Lea

Klosterboer (28:09 min) als Dritte ins Ziel. Gleiches gelang den Schülerinnen A Pia Klosterboer, Fee Heymann und Hannah Blank (28:25 min). Bei den Schülern C liefen Giuliano Wöllert, Timo Rinkewitz und Steffen Maletz in 28:34 min auf Platz zwei.

Nora Rudlof (8:38 min) und Mathias Lübblinghoff mit (7:51 min) liefen die schnellsten

Einzelzeiten der Lauffreunde über die 2 km-Distanz.

Den Abschluss der Laufveranstaltung bildeten die 56 Erwachsenen-Staffeln über 3x5 Kilometer. Die 1:03:52 Std. des Bönener Dreigestirns Christine Uelzmann, Bettina Reisige-Muhr und Silke Kluge war von niemandem zu unterbieten. Es verwies LV Oelde und SpVgg Dolberg auf die Plätze. Nur knapp verpasste die zweite Frauenstaffel (Manuela Maletz, Corinna Stoepel, Christine Uelzmann bei ihrem zweiten Einsatz) als Vierte (1:13:08 Std.) das Treppchen.

Die Männerstaffel mit Michael Wöllert (Doppelstart) und Marcus Münstermann kam auf gute 1:03:01 Std. Die Männer-Oldie-Staffel mit Jochen von Glahn, Gerd Klosterboer und Dieter Freitag lief ein beherztes Rennen mit 1:08:15 Std. Dicht dahinter reihten sich Dominik Stoepel, Hartmut Stoepel und Marcus Münstermann (Doppelstart) mit 1:09:49 Std. ein. Die einzige Mix-Staffel mit Jennifer Stoepel, Daniela Stoepel und Bernd Uelzmann komplettierten den positiven Gesamteindruck, den die Lauffreunde Bönen hinterließen. ■ **WA**



Versammelte Mannschaft: Mit 15 Staffeln starteten die Lauffreunde in Ahlen. ■ Foto: privat

17. 09. 08

Neuer Vereinsrekord

LAUFSPORT Katrin Walter läuft zehn Kilometer in 39:13 Minuten

BÖNEN ■ Für einen Start beim Münster-Marathon am Sonntag hatten sich vier Lauffreunde entschieden. Und zwei brachten neue persönliche Bestzeiten mit nach Hause. Ulf Kasischke und Marcus Münstermann nutzten die guten Bedingungen in Münster, um sich in der „Königsdisziplin“ der Ausdauersportler zu verbessern. Für den 64-jährige Kasischke bedeutete die Zeit von 3:37:59 Std. immerhin Platz 6 in der Altersklasse M 60. Marcus Münstermann lief die die Strecke in 3:25:04 Std. Ulf Kasischke holte bei seinem

letzten Marathon in M 60 noch eine persönliche Bestzeit. Ebenfalls mit ihrer Zeit zufrieden zeigten sich Simon Vulf (3:50:51 Std.) und Michael Daidok (4:05:33 Std.). Nahezu zeitgleich mit dem Marathon in Münster startete der 22. Bergkamener Volkslauf. Hier gingen über 5 km Michael Wöllert (19:54 Min.), Hartmut Stoepel (23:49 Min.), Eva Daidok (26:04 Min.) und Corinna Stoepel (26:40 Min.) an den Start. Michael Wöllert nutzte den Bergkamener Lauf zu einem Doppelstart. Die 10 km lief er etwas verhaltener in 44:29



Für die Lauffreunde Bönen erfolgreich: Ulf Kasischke und Katrin Walter. ■ Foto: pr

Min. Erwähnenswert auch die Zeit von Dieter Kaiser, der sich dem Nordic Walking verschrieben hat. Er beendete den 10-km-Walking-Wettbewerb nach 1:13:50 Std.

Das herausragende Ergebnis der Lauffreunde lieferte je-

doch Katrin Walter beim 3. Westenholzener A-bendlauf am Freitag, dem 8. September, ab. Sie verbesserte den von ihr gehaltenen 10-km-Vereinsrekord der Lauffreunde Bönen um 39 Sek. deutlich auf 39:13 Min. ■ WA

Lauffreunde Bönen wieder auf vielen Strecken aktiv - Beim dritten Westenholzener Abendlauf:

Katrin Walter stellt neuen Vereinsrekord über 10 km auf

Nach der etwas ruhigeren Phase im Hochsommer füllt sich nach und nach der Wettkampfkalendar der Lauffreunde Bönen wieder.

Für einen Start beim Münster-

Marathon am zurückliegenden Sonntag hatten sich vier Lauffreunde entschieden. Für den 64-jährige Ulf Kasischke bedeutete die Zeit von 3:37:59 Std. Platz 6 in der Altersklasse M 60. Münster-

mann lief die zweite Hälfte des Rennens gut drei Minuten schneller als die erste Hälfte. Die Uhr blieb für ihn bei 3:25:04 Std. stehen. Beide stellten damit neue persönliche Bestzeiten auf. Ebenfalls

mit seiner Zeit zufrieden zeigten sich Simon Vulf (3:50:51 Std.) und Michael Daidok (4:05:33 Std.).

Das herausragende Ergebnis der Lauffreunde lieferte jedoch Katrin Walter beim drit-

ten Westenholzener Abendlauf am vergangenen Freitag ab. Sie verbesserte den von ihr gehaltenen 10-km-Vereinsrekord der Lauffreunde Bönen um 39 Sek. deutlich auf 39:13 Minuten.

HELLWEGE ANZEIGER

AS. 8.1 LF Bönen mächtig aktiv LAUFSPORT

BÖNEN ■ Nach der etwas ruhigeren Phase im Hochsommer füllt sich nach und nach der Wettkampfkalender der Lauffreunde Bönen 1985 e.V. wieder.

Für einen Start beim Münster-Marathon hatten sich vier Lauffreunde entschieden. Und zwei brachten neue persönliche Bestzeiten mit nach Hause. Ulf Kasischke und Marcus Münstermann nutzten die guten Bedingungen in Münster, um sich in der „Königsdziplin“ der Ausdauersportler zu verbessern. Für den 64-jährige Kasischke bedeutete die Zeit von 3:37:59 Std. immerhin Platz 6 in der Altersklasse M 60. Marcus Münstermann hatte sich den Lauf sorgfältig eingeteilt. Er lief die zweite Hälfte des Rennens gut 3 Minuten schneller als die erste Hälfte. Die Uhr blieb für ihn bei 3:25:04 Std. stehen.

Ulf Kasischke kommentiert seine Zeit: „Im nächsten Jahr starte ich in der Altersklasse M 65. Das bei meinem letzten Marathon in M 60 noch eine persönliche Bestzeit heraus kam, freut mich besonders.“ Ebenfalls mit seiner Zeit zufrieden zeigten sich Simon Vulf (3:50:51 Std.) und Michael Daidok (4:05:33 Std.).

Nahezu zeitgleich mit dem Marathon in Münster startete der 22. Bergkamener Volkslauf. Hier gingen über 5 km Michael Wöllert (19:54 Min.), Hartmut Stoepel (23:49 Min.), Eva Daidok (26:04 Min.) und Corinna Stoepel (26:40 Min.) an den Start. Michael Wöllert nutzte den Bergkamener Lauf zu einem Doppelstart. Die 10 km lief er etwas verhaltener in 44:29 Min. Erwähnenswert auch die Zeit von Dieter Kaiser, der sich dem Nordic Walking verschrieben hat. Er beendete den 10-km-Walking-Wettbewerb nach 1:13:50 Std.

Das herausragende Ergebnis der Lauffreunde lieferte jedoch Katrin Walter beim 3. Westenholzener Abendlauf am Freitag, dem 8. September, ab. Sie verbesserte den von ihr gehaltenen 10-km-Vereinsrekord der Lauffreunde Bönen um 39 Sek. deutlich auf 39:13 Min. Dazu Katrin Walter: „Nach der persönlichen Bestzeit mit 3:13:59 Std. über die Marathondistanz beim Hamburg-Marathon im April diesen Jahres konzentriere ich mich nun auf die kürzeren Strecken. Jetzt möchte ich mich noch über 5 km verbessern.“ Hier steht ihre Bestzeit - und damit der Vereinsrekord - bei 19:17 Min., gelaufen im Juli 2003.



Ulf Kasischke und Katrin Walter wussten für die LF Bönen zu überzeugen.



Daniel Heilf, Kaija Kötter und Elisa Rühle auf dem Weg ins Ziel beim ersten Hammer City-Lauf. Foto: Mroß

Gelungene Premiere

LEICHTATHLETIK Erster Lauf durch die City fand viel Anklang
Organisatoren gehen von einer Wiederholung im nächsten Jahr aus

HAMM ■ Die „1 Active Hammer Meile“ wurde gemeinsam vom Active-Sport-Shop und dem SC Eintracht Hamm ausgerichtet. Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann schickte pünktlich mit seinem Startschuss die ersten Schülerinnen und Schüler auf den Rundkurs durch die Hammer Innenstadt. Im Anschluss daran folgten die beiden Hauptläufe über fünf und zehn Kilometer. Bei schönem Wetter und sommerlichen Temperaturen nahmen knapp 200 Läuferinnen und Läufer aus Hamm und der Umgebung an den drei Läufen teil und wurden dabei von zahlreichen Zuschauern lautstark angefeuert. Mit dabei waren auch einige Gäste aus Frankreich, die sich mit voller Freude auf die 10km-Strecke begaben. Neben einem Starterpaket für jeden gemeldeten Läufer gab es für jeden Finisher eine Urkunde, sowie Medaillen und Sachpreise für die Kinder. Die Bestplatzierten erhielten zu-

vom Active-Sport-Shop war die Veranstaltung ein voller Erfolg. „Ich finde, das Konzept ist einfach gut. So ein Lauf durch die Innenstadt ist immer etwas Besonderes. Sicherlich kann man an einigen Stellen noch etwas verbessern, aber das ist bei jeder neuen Veranstaltung so“, meinte der Organisator. Auch Dietmar Ulrich vom SC Eintracht Hamm zeigte sich zufrieden und bedankte sich vor allem bei der großen Anzahl freiwilliger Helfer, die den aktiven Läufern immer den richtigen Weg wiesen. „Ohne ein so gut funktionierendes Team sind solche Veranstaltungen einfach nicht möglich“, weiß Dietmar die Leistungen seiner Helfer zu schätzen. „Ein Dank gilt ebenso den Helfern der Johanniter und der Polizei, wie auch den motorisierten Verkehrsteilnehmer, die besondere Rücksicht auf die Läuferinnen und Läufer genommen haben“, bedankte sich Dietmar weiter.

angetan. „Endlich gibt es auch einen City-Lauf in Hamm, wie es ihn in anderen Orten schon lange gibt.“, war die Meinung eines Teilnehmers. „Ich fand die Streckenführung des Parcours sehr interessant. Zuerst läuft man im großen Bogen über Süd- stasse, Ostenwall und Antonistraße um den Marktplatz herum, dann geht es zur Abwechslung in den Nordring, bevor man am alten Museum zurück auf den Marktplatz läuft. Diese Mischung ist etwas Besonderes“, äußerte sich ein anderer. „Die Strecke ist ganz okay, bis auf den Hügel“, meinte eine Läuferin, die damit, wie viele andere, den kleinen Anstieg vom Park zum Nordenwall meinte.

Einige erzählten, dass sie immer wieder von vielen Zuschauern unterstützt wurden. „Besonders die Zuschauer im Cafe Central, die einen guten Blick auf den Lauf hatten, haben mich in jeder Runde aufs Neue angefeuert.“, erzählte

gab es auch noch andere Meinungen. „So ein Rundparcours ist einfach nichts für mich. Da muss ich immer meine Runden mitzählen und das ist einfach nur schrecklich“, sagte ein Teilnehmer. Wieder andere fanden den Kurs etwas zu verwinkelt.

Über die 5km-Distanz gewann Tim Kinitz von der LG Hamm in 15:20 Minuten deutlich vor seinen Mitstreitern. Beste Läuferin auf dieser Strecke war Katharina Walter von den Lauffreunden Bönen, die das Ziel nach 17:59 Minuten erreichte. Beim 10km-Lauf gewann Jürgen Teicher aus Werne in 34:14 Minuten vor Hermann Wenning vom Netzwerk Suchthilfe Hamm. Den Sieg bei den Frauen sicherte sich hier die Jugendliche Juliane Mozar aus Hamm in tollen 39:46 Minuten. Die Organisatoren sind sicher, dass es auch im kommenden Jahr einen Lauf durch die Hammer City geben wird. ■ dk

Walter bricht neuen Rekord

LAUFSPORT 39:13 Minuten auf 10 Kilometern bedeuten die neue Bestzeit

BÖNEN ■ In blendender Verfassung zeigt sich Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen. Erst vor kurzem hatte sie mit 39:13 Minuten einen neuen Vereinsrekord über die 10-Kilometer-Distanz aufgestellt. Jetzt verbesserte sie auch den Vereinsrekord über 5 Kilometer. Beim 5. Uentrop Herbstlauf kam sie nach 18:54 Minuten ins Ziel, 23 Sekunden schneller als bisher. Dass sie mit dieser Zeit auch die Frauenwertung gewann, war dann für sie eher Nebensache.

Die Bönener Ausdauersportler waren in Uentrop wieder einmal mit einer größeren Truppe am Start und erreichten auch die eine oder andere gute Platzierung. Bettina Reisinge-Muhr gewann über 5 Kilometer mit 21:07 Minuten Platz eins ihrer Altersklasse W 35. Weitere erste Plätze gewannen über diese Distanz Hartmut Stoepel in M 55 mit 23:10 Minuten, Manuela Maletz in W 40 mit 23:21 Minuten, Dorothea Pfeffer in W 45 mit 23:33 Minuten, Fee Heymann in W 14 mit 25:06 Minuten und Daniela Stoepel bei der weibliche Jugend B mit 27:04 Minuten.

Die übrigen Zeiten: Gerard Kloosterboer 23:21 Minuten, Corinna Stoepel 25:35 Minuten, Michael Flory 25:52 Minuten, Birte Wierike 33:41 Minuten. Für Kloosterboer bedeutete das eine neue persönliche Bestleistung.

Katrin Walter wagte in Uentrop einen weiteren Start über 10 Kilometer. Die Endzeit von 42:07 Minuten ist nach dem schnellen 5 Kilo-

meter-Lauf kurz vorher durchaus beachtlich.

Schnellster Bönener über 10 Kilometer war diesmal Marcus Münstermann. 41:29 Minuten bedeuteten Platz eins in M 30 und ebenfalls eine neue persönliche Bestleistung. Erste Plätze gab es weiter für Susanne Brinkmann in W 35 mit 47:13 Minuten und Ingrid Tessarek in W 55 mit 53:27 Minuten.

Manfred Engel lief nach einer langen krankheitsbedingten Unterbrechung mit 53:59 Minuten auf Platz zwei in M 65. Michael Wöllert kam nach 42:25 Minuten und Simon Vulf nach 47:13 Minuten ins Ziel.

Für die jüngeren Lauffreunde ging es über eine Distanz von annähernd 1 000 Metern. Lea Kloosterboer gewann in 3:45 Minuten die Mädchenwertung. Auf Platz vier bei den Jungen lief Steffen Maletz in 3:50 Minuten. Lena Maletz lief 4:01 Minuten, Timo Rinkewitz 4:04 Minuten, Marit Heinemann 4:14 Minuten, Lynn Brinkmann 4:18 Minuten und Giuliano Wöllert 4:21 Minuten. Leider gab es in diesem Lauf keine differenzierte Altersklassenwertung.

Einen Tag zuvor waren Karin und Dieter Freitag bei einem Volkslauf in Marl am Start. Karin Freitag wagte sich zum ersten Mal an einen 10-Kilometer-Lauf heran und erreichte mit 1:00:38 Stunden. Platz zwei in W 50. Dieter Freitag lief über die Halbmarathondistanz von 21,1 Kilometern eine Zeit von 1:50:07 Stunden. ■ WA



Die Lauffreunde gingen beim 5. Uentrop Herbstlauf an den Start. ■ Foto: pr



Schuhe getauscht

Die Frauen der Lauffreunde tauschten jetzt die Lauf- gegen die Wanderschuhe und nahmen den Rothaarsteig in Angriff. Mit dem Zug ging es nach Winterberg Ziel sollte Willingen sein, in 23,5 km Entfernung. Ein kleines Highlight reihte sich an das andere: ein Besuch der Ruhrquelle, Kaffeetrinken in Küstelberg, eine 500 Jahre alte Linde, der Panoramablick vom Clemensberg (838 m). NRWs höchster Berg, der Langenberg (843 m), wurde natürlich nicht ausgelassen. ■ pr

29.9.06

Viel schneller als der Rest

LEICHTATHLETIK Katrin Walter gewinnt
zum dritten Mal den Soester Stadtlauf

BÖNEN ■ Bestes Wetter, rund 2000 Starter und hervorragende Stimmung an der Strecke: Auch der 16. Stadtlauf von Marathon Soest wurde wieder ein voller Erfolg. Tausende von Zuschauern feuerten die zahlreichen Sportler fast jeden Alters an, und nicht nur die Sieger des Hauptlaufs bekamen ihren verdienten Beifall. Bei den Damen lief dabei Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen ein einsames Rennen an der Spitze.

Zum vierten Mal nahm sie am Laufspektakel in der Soester Innenstadt teil, zum dritten Mal war sie siegreich, in 39:34,7 Minuten legte sie die zehn Kilometer des Hauptlaufs zurück. Über 70 Sekunden hatte sie im Ziel Vorsprung auf Luciene Cramer, die Vorjahressiegerin

aus Warstein, die allerdings durch eine schmerzhaftes Fußverletzung gehandicapt war.

„Das war schon etwas hier. Die Bedingungen sind klasse, die Zuschauer ganz toll. Ich bin jetzt zum vierten Mal hier, habe zum dritten Mal gewonnen, nachdem ich im vergangenen Jahr Dritte geworden war, weil ich wegen eines Bandscheibenvorfalles Trainingsrückstand hatte. Im nächsten Jahr starte ich wieder“, sagte eine strahlende Katrin Walter.

Wesentlich spannender verlief ein von der Taktik geprägtes Rennen der Herren über die zehn Kilometer. In der letzten Runde setzte sich Hermann Wenning von seinen Konkurrenten ab. Nach 34:49,7 Minuten durfte er jubeln.



Freuten sich miteinander: Katrin Walter (m.), Siegerin der Damen-Konkurrenz des Soester Stadtlaufs, mit Vorjahressiegerin Luciene Cramer (l.) und Ilte Böning (r.)

Viel schneller als der Rest ^{4 10-}

LEICHTATHLETIK Katrin Walter gewinnt zum dritten Mal den Soester Stadtlauflauf
Athletin der Lauffreunde Bönen distanziert Vorjahressiegerin um 70 Sekunden



Freuten sich miteinander: Katrin Walter (m.), Siegerin der Damen-Konkurrenz des Soester Stadtlauflaufs, mit Vorjahressiegerin Luciene Cramer (l.) und Ute Böning (r.). ■ Foto: Rusche

SOEST ■ Bestes Wetter, rund 2000 Starter und hervorragende Stimmung an der Strecke: Auch der 16. Stadtlauflauf von Marathon Soest wurde wieder ein voller Erfolg. Tausende von Zuschauern feierten die zahlreichen Sportler fast jeden Alters an, und nicht nur die Sieger des Hauptlaufs bekamen ihren verdienten Beifall. Bei den Damen lief dabei Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen ein einsames Rennen an der Spitze.

Zum vierten Mal nahm sie am Laufspektakel in der Soester Innenstadt teil, zum dritten Mal war sie siegreich, in 39:34,7 Minuten legte sie die zehn Kilometer des Hauptlaufs zurück. Über 70 Sekunden hatte sie im Ziel Vorsprung auf Luciene Cramer, die Vorjahressiegerin

aus Warstein, die allerdings durch eine schmerzhafte Fußverletzung gehandicapt war.

„Das war schon etwas hier. Die Bedingungen sind klasse, die Zuschauer ganz toll. Ich bin jetzt zum vierten Mal hier, habe zum dritten Mal gewonnen, nachdem ich im vergangenen Jahr Dritte geworden war, weil ich wegen eines Bandscheibenvorfalles Trainingsrückstand hatte. Im nächsten Jahr starte ich wieder“, sagte eine strahlende Katrin Walter.

Wesentlich spannender verlief ein von der Taktik geprägtes Rennen der Herren über die zehn Kilometer. In der letzten Runde setzte sich Hermann Wenning von seinen Konkurrenten ab. Nach 34:49,7 Sekunden durfte er schließlich die Arme jubelnd in die Höhe reißen. ■ ru

Lauffreunde sammeln Titel

LEICHTATHLETIK Bönener feiern Siege in Soest, Bestwig und Oberaden

BÖNEN ■ Erfolgreiche Tage liegen hinter den Lauffreunden Bönen. Nicht nur beim 16. Soester Stadtlauf, bei dem Katrin Walter die Damen-Konkurrenz beherrschte (WA berichtete), trug die Beste das Trikot der Lauffreunde. Auch beim „Waldmarathon“ im sauerländischen Bestwig war am Ende eine Bönenerin ganz vorn: Bettina Reisinger-Muhr war die Schnellste über die Halbmarathon-Distanz. Für die 21,1 Kilometer durch Wald benötigte sie 1:40:54 Std.

Katrin Walter derzeit in überragender Verfassung

Katrin Walter glänzte nicht nur mit ihrem dritten Sieg in Soest, sondern auch bei der Kreismeisterschaft in Oberaden. Dort holte sie sich in 18:41 Min. den Titel der Kreismeisterin über 5000 Meter und verbesserte nebenbei ihren Vereinsrekord. Die Bönener Klubfarben Blau und Gelb dominierten im Römerbergstadion: Neben Walter waren in Oberaden 27 weitere Lauffreunde am Start. Die Statistik konnte sich sehen lassen: neun Kreismeistertitel, etliche persönliche Bestzeiten, dazu Walters neuer Vereinsrekord.

Bei den Schülerinnen der Klasse W10 über 2000 Meter belegten die Bönenerinnen gegen elf Kontrahentinnen alle Podestplätze: Lea Kloosterboer gewann in 8:11 Min. vor Lena Maletz (8:24 Min.) und Henriette Blank (8:32 Min.). Ihre gute Form unterstrichen

über die gleiche Distanz Fee Heymann (Platz 1 in W14/8:34 Min.), Hannah Blank (Platz 1 in W13/8:37 Min.) und Nora Rudlof (Platz 2 in W12/8:12 Min.).

Weitere gute Zeiten liefen über 2000 Meter Steffen Maletz (8:18 Min.), Falk Imgenberg (9:06 Min.), Giuliano Wöllert (10:06 Min.), Iva Bartmann (8:50 Min.), Vanessa Kröner (9:02 Min.), Katharina Budde (9:05 Min.), Lynn Brinkmann (9:07 Min.), Leoni Melsheimer (9:09 Min.) und Wibke Imgenberg (9:10 Min.). Auf der 3000-Meter-Strecke gab Mathias Lübblinghoff seinen Einstand und erreichte dort in 12:05 Min. den dritten Platz in seiner Altersklasse M14.

Für die erwachsenen Lauffreunde sind Bahnläufe eher die Ausnahme. Trotzdem bewiesen sie auf ungewohntem Tartan-Untergrund und der recht kurzen Distanz ihre läuferischen Qualitäten. Christina Uelzmann wurde in neuer persönlicher Bestzeit von 21:06 Min. in der Klasse W35 Kreisbeste über 5000 Meter. Das schaffte auch Ingrid Tesarek in 24:42 Min. in der Klasse W55. Ulf Kasischke musste sich bei starker Konkurrenz in der Klasse M60 mit dem dritten Platz (21:59 Min.) begnügen, ebenso wie Michael Wöllert (19:58 Min.) in der M40. Gisela Homeyer (W55) und Manuela Maletz (W40) gewannen ihre Klassen über 3000 Meter in 13:55 bzw. 13:51 Min. ebenso wie Michael Flory (M40/13:39 Min.). ■ **WA**





Sportliche Familie: Steffen, Lena und Manuela Maletz kehrten reich dekoriert vom Lauf aus Unna-Lünern zurück. ■ Foto: pr

Lena Maletz zeigt die Hacken

LEICHTATHLETIK Talentierte Neunjährige lässt in Unna-Lünern viele Ältere stehen
Lauffreunde Bönen nur mit kleiner Delegation beim Hellweg-Lauf am Start

BÖNEN ■ Nicht so zahlreich wie in den Vorjahren waren die Lauffreunde Bönen beim Hellweg-Lauf in Unna-Lünern vertreten. Doch nicht nur die Bönener kamen am Sonntag mit weniger Startern als üblich. Allgemein verzeichnete Veranstalter TVE Lünern/Stockum einen starken Starterschwund gegenüber dem Rekordjahr 2005. Das lag daran, dass der Lauf diesmal mitten in den Herbstferien lag und dass er diesmal nicht den traditionell gut besuchten Abschluss der Hellweg-Laufserie bildete. Insgesamt nahmen 525 Starter am Lauf in Bönens Nachbarschaft teil.

Für eines der besten Ergebnisse aus Sicht der Lauffreunde sorgte Neuzugang Michael Schelter. Er benötigte für die fünf Kilometer 20:47 Min. und wurde damit Zweiter sei-

ner Altersklasse M35. Gemeinsam liefen die talentierte neunjährige Lena Maletz und ihre Mutter Manuela nach 23:29 Minuten über den Zielstrich. Für Lena bedeute das Platz eins bei den Schülerinnen D und für Manuela Rang zwei in der W40-Klasse. Steffen Maletz (elf Jahre) rundete mit 25:28 Min. und Platz 2 bei den Schülern C das Familienergebnis ab.

Ulf Kasischke erreichte bei starker Konkurrenz über 10 Kilometer den dritten Platz in seiner Klasse M60. Seine Zeit: 45:43 Min. Der wieder erstarkte Manfred Engel gewann mit 49:51 Min. in der M65. Klaus Homeyer (M55) lief eine Zeit von 52:43 Min. Simon Vulf, der den Halbmarathon (21,1 Kilometer) in Unna zu einem eher ruhigen Trainingslauf für den kom-

menden Marathon um den Baldeney-See in Essen nutzte. Die Uhr blieb für ihn nach 2:06:45 Std. stehen. Erwähnenswert ist auch die Zeit von Dieter Kaiser, der den Walking-Wettbewerb über 10 Kilometer nach 1:15:38 Std. abschloss.

Den Fünf-Kilometer-Lauf gewann Tim Voß (Jg. 90) von der LG Unna in 16:22 Minuten. Erste Frau wurde Elisabeth Kebedies (Jg. 66) vom TV Werne mit 20:41 Minuten. Bester des Zehn-Kilometer-Laufs war Mathias Kamp (Jg. 68) von der LT Bittermark Dortmund (36:57 Minuten). Beste über diese Distanz war Eva Heitmann (Jg. 68) von der DSD Düsseldorf. Den Halbmarathon gewann der Wuppertaler Dirk Meier (Jg. 67) in 1:20:05 Std. Uta Doy-scher (Jg. 68) vom Bunert

Running Team sicherte sich in 1:28:43 Std. den Titel bei den Frauen. Ältester Läufer war der 78-jährige Horst Krieg vom SuS Oberaden, jüngste Läuferin Lotta Herzog (Jg. 2004). Die weiteste Anreise hatte Ian Morgan aus Newcastle in Nordengland hinter sich. Die meisten Starter stellten die Lauffsportfreunde Unna mit 41 Läufern.

Der Bönener Michael Wöllert hatte sich am gleichen Tag für einen Start beim Köln-Marathon entschieden. Nach der Hälfte des Rennens hatte er noch eine Endzeit von 3:15 Std. im Visier. Aber nach der Läuferweisheit, dass ein „Marathon erst nach 30 Kilometern anfängt“, musste er seine Ziele korrigieren und beendete die 42,195 Kilometer nach 3:31:07 Stunden. ■ WA

44. Essener Marathon - Hans Fabian feiert Jubiläum - Katrin Walter läuft weiter von Sieg zu Sieg

Bönener in glänzender Verfassung

Bei der 44. Auflage des Marathon-Laufs in Essen präsentierten sich die Teilnehmer der Lauffreunde Bönen in glänzender Verfassung. Gleich fünf Bönener trugen sich in die Ergebnislisten ein.

Mit den großen Veranstaltungen in Berlin, Köln oder Frankfurt können und wollen die Essener Veranstalter zwar nicht mithalten, jedoch gilt der Kurs um den Baldeneysee landschaftlich als schönste Marathonstrecke in ganz Deutschland. Zweimal müssen die Läufer den See beim ältesten Marathon des Landes umrunden, um auf die geforderten 42 km zu kommen. Neben den Lauffreunden Bönen erwarteten die rund 1900 Starterinnen und Starter einmal mehr perfekte äußere Bedingungen.

Für die Lauffreunde Bönen zählt der Marathonlauf in der Nachbarschaft zu den beson-

deren Attraktionen in der Laufsaaison und so gingen die Lokalmatadoren hochmotiviert auf die Strecke. Mit fünf Eintragungen in die Ergebnislisten und gleich drei neuen persönlichen Bestleistungen trugen sich die Lauffreunde in die Vereinsstatistik ein.

Schnellster Bönener war Klaus Budde mit einer Endzeit von 3:20:03 Stunden. Die neuen persönlichen Bestzeiten gingen auf die Konten von Marcus Münstermann (3:21:00 Std.), Simon Vulf (3:44:38 Std.) und Dieter Freitag (3:54:35 Std.). Hans Fabian feierte unterdessen ein kleines Jubiläum: Der 55-jährige beendete in Essen seinen 55. Marathon mit einer Zeit von 3:52:51 Stunden. In der vereinsinternen Marathon-Statistik der Lauffreunde liegt er damit auf Rang zwei. Angeführt wird diese Statistik von Manfred Engel, der bereits 77 Marathons absolvierte.

Von einer Bestzeit zur



Dank läuferischen Höchstleistungen trugen sie sich in die Rekordlisten der Lauffreunde Bönen ein (v. li.): Simon Vulf, Dieter Freitag, Hans Fabian, Klaus Budde und Marcus Münstermann.

nächsten läuft zur Zeit die 26-jährige Katrin Walter. Beim 10-km-Citylauf in Coesfeld am vergangenen Samstag ver-

besserte sie den Vereinsrekord der Lauffreunde um 25 Sekunden auf 38:52 Minuten. Bei starker Konkurrenz be-

deutete die Zeit den Sieg in der weiblichen Hauptklasse. Im Gesamteinlauf reichte die Zeit zum dritten Platz.



Zweimal um den Essener Baldeney-See: die Bönener Lauf-
freunde Simon Vulf, Dieter Freitag, Hans Fabian, Klaus Budde
und Marcus Münstermann (v. l.). ■ Foto: pr

19.10.

In der Herbstsonne um den Baldeney-See

LEICHTATHLETIK Fünf Lauffreunde bei
Essen-Marathon – Neuer Rekord von Walter

BÖNEN ■ Mit fünf Startern waren die Lauffreunde Bönen am Sonntag beim 44. Marathon rund um den Baldeney-See vertreten. Schnellster Bönener war Klaus Budde mit einer Zeit von 3:20:03 Std. Neue persönliche Bestzeiten liefen Marcus Münstermann (3:21:00 Std.), Simon Vulf (3:44:38 Std.) und Dieter Freitag (3:54:35 Std.). Hans Fabian, in diesem Jahr 55 Jahre alt geworden, beendete in Essen nach 3:52:51 Std. seinen 55. Marathon. In der Statistik der Lauffreunde liegt er damit auf Platz zwei. Angeführt wird die Tabelle deutlich von Manfred Engel, der die 42,195 Kilometer 77-mal lief.

Etwa 1900 Läuferinnen und Läufer hatten sich am Sonntag bei der ältesten Marathon-Veranstaltung Deutschlands auf die herbstlich-schöne Strecke gemacht.

Von einer Bestzeit zur anderen läuft derzeit die 26-jährige Katrin Walter. Beim Citylauf in Coesfeld über zehn Kilometer verbesserte sie den Vereinsrekord der Lauffreunde um 25 Sekunden auf 38:52 Min. Bei starker Konkurrenz bedeutete dies den Sieg in der weiblichen Hauptklasse und Platz drei im Gesamteinlauf der Frauen. Ebenfalls am Start war hier der Bönener Michael Flory. Die Uhr blieb für ihn bei 51:18 Min. stehen.

Am Wochenende findet der „Lauf unter den Wassertürmen“ des TSV Berge statt – für die Lauffreunde ein Pflichttermin. Der 10-Kilometer-Lauf ist die offene Kreismeisterschaft Unna/Hamm. Start ist am Sonntag um 11.15 Uhr. Teilnehmen dürfen alle, die kommen; in die Meisterschaftswertung kommen indes nur Starter aus den 29 Kreisvereinen. ■ WA

Training der Lauffreunde Bönen

BÖNEN ■ An drei Tagen in der Woche führen die Lauffreunde Bönen regelmäßiges Training durch. Montags findet zwischen 17 und 18 Uhr ein altersgetrenntes Kinder- und Jugendtraining (3 bis 7 Jahre sowie 8 bis 18 Jahre) in der MCG-Dreifachhalle statt. Dienstags ist von 18 bis 20 Uhr Lauf- und Walkingtraining für Erwachsene am benachbarten Sportplatz. Donnerstags können die 8- bis 18-Jährigen in der Halle der Humboldt-Realschule trainieren (18 bis 19 Uhr). Von 18 bis 20 Uhr ist am Sportplatz Lauf- und Walkingtraining für Erwachsene. ■ **WA**

Klaus Budde legt beste Zeit hin

LEICHTATHLETIK Bönener in Essen
Katrin Walter mit neuem Vereinsrekord

BÖNEN ■ Herbstzeit, das ist auch die Zeit der Marathonläufe in Deutschland. Am vergangenen Sonntag, dem 15. Oktober, gab es die 44. Auflage des Essen-Marathon.

Mit den großen Veranstaltungen in Berlin, Köln oder Frankfurt, kann und will der Lauf jedoch nicht mit halten. Die Strecke rund um den Baldeneysee, die zwei Mal zu durchlaufen ist, trägt keine großen Teilnehmerzahlen. Dafür ist der Essen-Marathon der älteste und - so sagen es viele - der schönste Landschaftsmarathon in Deutschland. Auch das Sonnenwetter hat der Ausrichter TuSEM Essen wohl gepachtet. In diesem Jahr gab es wieder ideale Wetterbedingungen für die rund 1900 Starterinnen und Starter.

Für die Lauffreunde Bönen ist der Marathonlauf fast vor der Haustür immer besonders attraktiv. Fünf Bönener Namen weist die Ergebnisliste aus, und drei neue persönliche Bestleistungen können in die Vereinsstatistik einge-

tragen werden. Schnellster Bönener war Klaus Budde mit einer Endzeit von 3:20:03 Std. Neue persönliche Bestzeiten liefen Marcus Münstermann mit 3:21:00 Std., Simon Vulf mit 3:44:38 Std. und Dieter Freitag mit 3:54:35 Std. Hans Fabian, in diesem Jahr 55 Jahre alt geworden, beendete in Essen seinen 55. Marathon mit einer Zeit von 3:52:51 Std. In der Marathon-Statistik der Lauffreunde liegt er damit auf Platz zwei. Angeführt wird diese Statistik deutlich von Manfred Engel mit 77 Marathons.

Von einer Bestzeit zur anderen läuft im Augenblick die 26-jährige Katrin Walter. Beim 10-km-Citylauf in Coesfeld am Samstag verbesserte sie den Vereinsrekord der Lauffreunde auf 38:52 Min. um immerhin 25 Sek. Bei starker Konkurrenz bedeutete dies den Sieg in der weiblichen Hauptklasse und Platz drei im Gesamteinlauf der Frauen. Ebenfalls am Start war hier Michael Flory. Die Uhr blieb für ihn bei 51:18 Min. stehen.



Das Team der Lauffreunde Bönen um Klaus Budde beteiligte sich am Essen-Marathon. ■ Foto: LF

Vorhang auf für den Sport

SPORTGALA Am 18. November in der Aula – Ehrungen in zehn Kategorien
Sonderpokal für Ehrenamtliche – Vorführung der TuS-Sportakrobatinnen

BÖNEN ■ Zum zweiten Mal wird der Gemeindefortsportverband (GSV) Bönen am 18. November eine Sportgala in der Aula veranstalten. Zentraler Punkt des Abends wird wie im Vorjahr die Ehrung von Sportlern in insgesamt zehn Kategorien sein. Neben Ehrungen für Einzelsportler (getrennt nach Geschlecht und Altersgruppe) und Mannschaften (nach Altersgruppe) wird es in diesem Jahr auch eine Kategorie „Funktionär“ geben. Das ist eine Lehre aus der Premieren-Veranstaltung des Vorjahres, als der verdiente Ehrenamtliche Werner Wannemüller in ein- und derselben Kategorie wie der Spitzensportler Jochen Lang nominiert war.

Sonst hat sich das Konzept der Sportgala gegenüber dem Vorjahr kaum geändert: Die Nominierten müssen einem Bönener Sportverein angehören; die Klubs müssen Sportlerinnen oder Sportler nominieren.

Marko Varchmin, Moderator bei Antenne Unna, wird wieder durch den Abend führen. Der beginnt um 18.30 Uhr (Einlass um 18 Uhr) mit der Eröffnungsansprache des GSV-Vorsitzenden Rudolf Mäkler und einem Grußwort von Bürgermeister Rainer Eßkuchen. Die Sportgala ist nur für geladene Gäste. Es wird ein Büffet geben und nach Abschluss des offiziellen Teils wieder Gelegenheit zum Tanzen. Das Rahmenprogramm steht noch nicht bis ins Detail fest. Geplant ist bereits eine Vorführung der Sportakrobatinnen der TuS Bönen.

Nicht in jeder der zehn Ehrungsklassen wurden mindestens drei Sportler nominiert. So hat die vom TV Rot-Weiß Bönen benannte Jil-Felice Neumann in der weiblichen Jugend keine Konkurrenz. „Die Vereine denken vielleicht noch, dass man die Deutsche Meisterschaft gewonnen haben muss, um nominierungswürdig zu sein. Dabei wollen wir auch Leis-

tungen auf tieferer Ebene honorieren“, sagte Mäkler. Eine sechsköpfige Jury aus Ortsvorstehern und Sportausschussmitgliedern wird Ende Oktober die Gewinner bestimmen. ■ sst



Bönener Sportgala

Die Nominierten im Überblick:

Einzelsportler

Frauen: Karin Heike (Altenbögge 04/Sportschießen), Dorothea Pfeffer (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik)

Männer: Jens Berkenkamp (TTF Bönen/Tischtennis), Sven Bendlin (TV RW Bönen/Tennis)

Weibl. Jugend: Jil Neumann (TV RW Bönen/Tennis)

Männl. Jugend: Fabian Manz (TuS Bönen/Ringen), Daniel Wetjen (TV RW Bönen/Tennis), Heiko Raatz (TTF Bönen/Tischtennis)

Schülerinnen: Christina Aust

(RFV Nordbögge-Lerche/Reitsport), Viktoria Diekel (TTF Bönen/Tischtennis), Nora Rudlof (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik)

Schüler: Karsten Wegner (TuS Bönen/Ringen), Sören Lambardt (RFV Nordbögge-Lerche/Reitsport), Marvin Manz (TuS Bönen/Ringen)

Mannschaften

Senioren: VSG Bönen (Hallenboccia), RSV Altenbögge (Handball/Herren), TV RW Bönen (Tennis/Damen)

Jugend: TuS Bönen (Sportakrobatik/Mädchen), TV RW Bönen (Tennis/U15-Mädchen), TTF Bönen (Tischtennis/Jungen)

Schüler: TuS Bönen (Sportakrobatik/Mädchen), MCG-Team/TTF Bönen (Tischtennis/Jungen)

Ehrenpokal

Funktionäre: Elke Ischen (DLRG Bönen), Walter Wiggermann (VfK Nordbögge), Hubert Gerbrich (SpVg Bönen)

Barbara Langenbach gewinnt westfälischen Titel

VERL ■ Wieder spät in der Saison wurden die westfälischen Halbmarathonmeisterschaften über 21,097 Kilometer in Verl ausgetragen. Nachdem Barbara Langenbach von der Leichtathletik Gemeinschaft Hamm (LGH)

schon den westfälischen Titel über 5 000 Meter auf der Bahn gewonnen hatte, war sie jetzt erneut in der Altersklasse ab 50 Jahren erfolgreich. Mit ihrer Zeit von 1:34:20 Stunde ließ sie Gisela Schneider-Endruweit (MC

Menden), vor einigen Jahren eine der besten deutschen 100-Kilometer-Läuferinnen, um mehr als drei Minuten hinter sich.

In der gleichaltrigen Männerklasse (ab 50 Jahren) lief Manfred Otto (LGH) mit

1:42:46 Stunde auf den 23. Platz. Katrin Walter aus Uentrop, die in Diensten der Lauffreunde Bönen steht, wurde achte Frau insgesamt und Fünfte in der Hauptklasse, wobei sie sich in Verl 1:28:09 Stunde steigerte. Ge-

genüber dem vergangenen Jahr hat sie sich um fast sieben Minuten verbessert.

Überhaupt hat Katrin Walter bisher eine erfolgreiche Saison, denn auf den meisten Langstrecken lief sie neue persönliche Bestzeiten bis hin

zum Hamburg-Marathon im April.

Aus dem Kreis Unna/Hamm belegte Martina Moosburger (SuS Oberaden) bei den 45-Jährigen den dritten Platz in einer Zeit von 1:35:33 Stunde. ■ gh

2. Bönener Sportgala

Kürzer, professioneller, feierlicher

BÖNENER SPORTGALA Gemeindefortsportverband kürt die Sportlerinnen und Sportler des Jahres in voll besetzter Aula
Sonderpreise für Ehrenamtliche – GSV-Vorsitzender Mätkler: Sportgala als gesellschaftliches Ereignis etablieren

BÖNEN ■ Kurzweiliger, professioneller und feierlicher kam sie daher, die zweite Auflage der Bönener Sportgala. Die Organisatoren des Gemeindefortsportverbandes (GSV) hatten das Programm gestrafft und sich auf den Sport und seine Protagonisten konzentriert. Dadurch blieb am Samstagabend in der Aula mehr Zeit für den sport- und vereinsübergreifenden Austausch in lockerer Runde. Auch dazu ist die Sportgala gedacht. Und natürlich zum Tanzen bis tief in die Nacht.

Das Primat des Sports beehrte die Gala jedoch der Anwesenheit zweier Gewinner bei der Kür der „Sportler des Jahres“, die im Zentrum des von Marko Varchmin beschwingt moderierten Programms stand. Sowohl Herren-Sieger Jens Berkenkamp als auch Jungen-Sieger Heiko Raatz mussten für zweites bzw. erstes Tischtennis-Regionalliga-Team der TTF Bönen zur selben Zeit wichtige Spiele bestreiten. Für beide wird die Auszeichnung ein kleiner Trost sein für bittere 7:9-Niederlagen.

Alle anderen Sieger waren da: Bei den Damen wurde die Langstrecken-Läuferin Dorothea Pfeffer als Sportlerin des Jahres Nachfolgerin ihrer Vereinskollegin Katrin Walter, bei den Mädchen gewann die Tennis-Spielerin Jil-Felice Neumann vom TV Rot-Weiß Bönen und bei den Schülerinnen die Tischtennis-Spielerin Viktoria Diekel, die bei den TTF Bönen trainiert. In der Kategorie „Schüler“ setzte sich das achtfache Ringer-Talent Karsten Wegner von der TuS Bönen durch.



Frauen vorn: Die Mannschaftspreise gewannen die Tennis-Damen des TV RW Bönen und die Sportakrobatinnen der TuS Bönen. ■ Foto: Stock

In den Mannschaftskategorien hatten die Männer nichts zu lachen. Bei den Erwachsenen setzten sie in einem Kopf-an-Kopf-Rennen zweier in diesem Jahr höchst erfolgreicher Teams die seit der Jugend zusammen spielenden und 2006 in die Verbandsliga aufgestiegenen Tennis-Damen des TV RW Bönen vor den Handballern des RSV Altenböge durch. Die hatten Bezirksliga-Aufstieg und Kreispokal-Sieg in die Waagschale zu werfen. Die Pokale für Schüler- und

Jugend-Teams gingen an die erfolgreichen Sportakrobatinnen der TuS Bönen. Was diese zu leisten im Stande sind, davon konnten sich die Gäste in der Aula gleich zu Beginn des Abends ein Bild machen: Die Gruppe von Trainerin Christel Oberdörfer zeigte trotz beengten Raums vor der Bühne ein eindrucksvolles Programm.

Die Rangfolge in allen Ehrungskategorien hatte eine Jury des Gemeindefortsportverbandes bestimmt. Sie bestand aus den Ortsvorstehern Doris

Cyplik, Jürgen Kolar, Ulrich Pohlmann, den Vorsitzenden des Ausschusses für Familie, Sport und Kultur Detlef Pilz und Thomas Köster, Rudolf Mätkler und Detlev Renk vom GSV sowie Marko Varchmin.

Keine Rangfolge gab es bei den in diesem Jahr erstmals vergebenen Sonderpreisen. Einen schmucken Ehrenpokal für verdiente Ehrenamtliche bekamen Elke Ischen (DLRG Bönen), Walter Wiggemann (VfK Nordböge) und Hubert Gerbrich (SpVg Bönen). Eine Auszeichnung für vorbildli-

che Kooperation zwischen Schule und Sportverein ging an Marie-Curie-Gymnasium und TTF Bönen. Das Tischtennis-Schul-Team, geschlossen bei den TTF Bönen aktiv, wurde in Berlin Deutscher Meister der Schulen.

Etlliches war bei der zweiten Auflage der Sportgala gegenüber dem Vorjahr verbessert. Auch mehr Gäste waren da: Bereits kurz nach dem offiziellen Einlass waren die meisten Stühle der Aula besetzt. Enttäuschend war indes, dass wie 2005 nicht alle

dem GSV angeschlossenen Vereine Vorschläge für die Wahl der Sportlerinnen und Sportler des Jahres eingereicht hatten. Auch reichte die Zahl der Vorschläge nicht für drei Nominierungen in jeder Klasse aus. Der zweiten Auflage soll nach den Worten des GSV-Vorsitzenden Rudolf Mätkler im November 2007 die dritte Auflage folgen: „Wir sind sehr zufrieden. Wir wollen die Sportgala als gesellschaftliches Ereignis und als Highlight im trüben November etablieren.“ ■ sst

EHRUNGEN

Einzelportler

Männer: 1. Jens Berkenkamp (TTF Bönen/Tischtennis), 2. Sven Bendlin (TV RW Bönen/Tennis) – Ehrung durch Horst Urban, Fraktionssprecher der Bürgergemeinschaft Bönen

Frauen: 1. Dorothea Pfeffer (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik), 2. Karin Heike (SV Altenböge 04/Sportschießen) – Ehrung durch Ulrich Gloger, Fraktionsvorsitzender Bündnis 90/Die Grünen

Männl. Jugend: 1. Heiko Raatz (TTF Bönen/Tischtennis), 2. Fabian Manz (TuS Bönen/Ringen), 3. Daniel Wetjen (TV RW Bönen/Tennis) – Ehrung durch Ulrich Pohlmann, Ortsvorsteher von Osterbönen

Weibl. Jugend: 1. Jil-Felice Neumann (TV RW Bönen/Tennis) – Ehrung durch Heinz Schlockermann, Ortsvorsteher Bramley-Fliech-Lenningsen

Schüler: 1. Karsten Wegner (TuS Bönen/Ringen), 2. Marvin Manz (TuS Bönen/Ringen), 3. Sören Lambardt (Ruf Nordböge-Lerche/Reitsport) – Ehrung durch Jürgen Kolar, Ortsvorsteher Bönen

Schülerinnen: 1. Viktoria Diekel (TTF Bönen/Tischtennis), 2. Nora Rudlof (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik), 3. Christina Aust (Ruf Nordböge-Lerche/Reitsport) – Ehrung durch Doris Cyplik, Ortsvorsteherin Nordböge



Bönener Sportgala

Mannschaften

Senioren: 1. Damen-Team des TV RW Bönen (Tennis), 2. Herren-Team des RSV Altenböge (Handball), 3. Mixed-Team der VSG Bönen (Hallen-Boccia) – Ehrung durch Ludger Töpfer, Vorstandsmitglied des Kreissportbundes Unna

Jugend: 1. Sportakrobatinnen der TuS Bönen, 2. Jugend-Team der TTF Bönen (Tischtennis), 3. U15-Team des TV RW Bönen (Tennis) – Ehrung durch Rudolf Mätkler, Vorsitzender des Gemeindefortsportverbandes Bönen

Schüler: 1. Sportakrobatinnen der TuS Bönen – Ehrung durch Detlef Pilz, Vorsitzender des Ausschusses für Familie, Sport und Kultur

Sonderpreise

Ehrenamt: Elke Ischen (DLRG Bönen), Walter Wiggemann (VfK Nordböge), Hubert Gerbrich (SpVg Bönen) – Ehrung durch Rainer EBkuchen, Bürgermeister Bönen

Kooperation Schule/Verein: Tischtennis-Mannschaft des Marie-Curie-Gymnasiums/TTF Bönen – Ehrung durch Edelgard Blümel, Fachbereichsleiterin der Gemeinde Bönen

Top-Platzierungen in Massen

SPORTGALA Die Nominierten der 2. Bönener Sportgala im Überblick

BÖNEN ■ Am Samstag, 18. November, werden im Rahmen der 2. Bönener Sportgala Bönens Sportler des Jahres geehrt. Der WA stellt die Nominierten vor. Heute: die Einzelsportlerinnen und -sportler.

Männer

Sven Bendlin (TV RW Bönen/Tennis): Der Jugendwart und Spitzenspieler des Klubs wurde in diesem Jahr Bezirksmeister im Doppel und holte mit dem Team Bronze bei der Deutschen Meisterschaft im Beach-Tennis.

Jens Berkenkamp (TTF Bönen/Tischtennis): Die Nummer eins des zweiten Regionalliga-Teams belegte Platz 12 beim westdeutschen Endranglistenturnier und holte in seiner letzten Jugend-Saison Podiumsplätze bei Deutschen und Westdeutschen Titelkämpfen.

Frauen

Karin Heike (SV Altenböge 04/Sportschießen): Sie gehört seit Jahren zu den ernsthaften Kandidatinnen auf Medaillen und vordere Plätze bei hochkarätigen Meisterschaften. Heike nahm schon mehrfach an Deutschen Meisterschaften teil.

Urothea Pfeffer (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik): Sie belegte bei der Deutschen Meisterschaft über 100 Kilometer den 14. Platz. Ihre Zeit von 9:21,19 Std. war Rekord im Kreis Unna/Hamm. Sie liegt damit auf Platz 18 der deutschen und auf Rang 47 der Weltjahresbestenliste.

Mädchen

Jil-Felice Neumann (TV RW Bönen/Tennis): Sie führte die U15-Mädchen der Rot-Weißen als ungeschlagene Spitzenspielerin zu Kreismeisterschaft und Aufstieg in die Bezirksklasse. Auch bei Einzelturnieren war sie sehr erfolgreich und wurde u. a. Zweite bei der U15-Kreismeisterschaft.

Schüler

Karsten Wegner (TuS Bönen/Ringen): Der Achtjährige gehört zu den Zukunftshoffnungen der Bönener Ringer. Er hat jeden seiner mehr als 20 Turniere in diesem Jahr gewonnen. Er wurde in beiden Stilarten je Landes- und Westfalenmeister und holte etliche weitere Turniersiege.

Sören Lambardt (RuF Nordbögge-Lerche/Reitsport): Sören und sein Pferd „Akteur“ sind ein starkes Team. Lambardt ritt in zehn Turnieren des Jahres 13-mal unter die besten Vier. Insgesamt holte er 20 Platzierungen. Seine größten Erfolge feierte er in der A-Kategorie, oft in der Dressur.

Marvin Manz (TuS Bönen/Ringen): Seit Jahresbeginn gehört der 10-Jährige zum D-Landeskader. Warum, zeigte er mit guten Platzierungen, darunter der Doppel-Sieg bei der Westfalenmeisterschaft sowie Silber und Bronze bei Landestitelkämpfen. Dazu kamen Siege bei Einzelturnieren.



**Bönener
Sportgala**

Jungen

Fabian Manz (TuS Bönen/Ringen): Er holte in diesem Jahr Gold bei der Landesmeisterschaft im Freistil und Silber in Griechisch-Römisch. Zuvor hatte er in beiden Stilarten die Westfalenmeisterschaft gewonnen. Er steht im C-Kader des NRW-Verbandes und hat mit gerade 14 Jahren einen Stammplatz beim Landesliga-Spitzenreiter TuS Bönen.

Daniel Wetjen (TV RW Bönen/Tennis): Er wurde Kreismeister der U15-Junioren und gewann zudem jedes seiner Spiele in der Jugend-Meisterschaft. Als Spieler des zweiten Herren-Teams kassierte er nur eine Niederlage. In der kommenden Saison wird Wetjen im Kader der Ersten stehen.

Heiko Raatz (TTF Bönen/Tischtennis): Er gehört bereits in seinem ersten Jugend-Jahr zu den besten deutschen Spielern. Auf dem bundesweiten Top48-Turnier kam er jüngst unter die besten 24. Er wurde in diesem Jahr Westdeutscher Jugendmeister im Doppel und Fünfter im Einzel. Er steht im Kader des ersten Regionalliga-Teams der Herren.

Schülerinnen

Christina Aust (RuF Nordbögge-Lerche/Reitsport): Sie hat mit „Northern“ „Top-Gun“ durch herausragende Leistungen die interne Klub-Wertung gewonnen und dabei die mehr als 20 Jahre alte, für alle Altersklassen geltende Bestmarke geknackt. Sie erreichte auf 14 Turnieren 46 Platzierungen, darunter 35 unter den besten Vier. Die größten Erfolge feierte sie in der L-Klasse.

Viktoria Diekel (TTF Bönen/Tischtennis): Die für TTV Ense in der höchsten Nachwuchsklasse, der Mädchen-Verbandsliga, spielende und unter Trainer Walter Darenberg in Bönen trainierende Diekel hat Bezirksendrangliste und Bezirksmeisterschaft gewonnen.

Nora Rudlof (Lauffreunde Bönen/Leichtathletik): Drei Siege und drei zweite Plätze holte die B-Schülerin 2006 über Strecken von 1000 bis 10.000 Meter. Sie siegte in Flierich, Dolberg und am Möhnesee. Dazu hat Rudlof zum vierten Mal in Folge ihre Altersklasse bei „Bönens schnellste Schule“ gewonnen – eine bisher einmalige Leistung.

Nur Tim Voß bietet Jonas Beverungen Paroli

LAUFSPORT Rekordmarke bei der 22. Barbara-Runde in Oberaden geknackt

OBERADEN ■ Die Rekordmarke ist gebrochen. Bei der 22. Barbara-Runde des SuS Oberaden im Rahmen der Hellweg-Serie füllten knapp über 900 Teilnehmer das Römerbergstadion.

Allein 430 Schülerinnen und Schüler machten sich in den Schnupperläufen auf den Weg. Die Barbara-Runde über zehn Kilometer gewann wie im Vorjahr Jonas Beverungen aus Lüchtringen. Bei den Frauen war Katrin Walter aus Bönen erfolgreich.

Pünktlich um 14.30 Uhr wurde der Start angeschossen. Nach knapp zehn Kilometern bog Vorjahressieger Jonas Beverungen zur Schlussrunde ins Römerbergstadion ein - dicht gefolgt von Tim Voß (LG Unna). Beverungen, der noch der B-Jugend angehört, zog das Tempo an. Voß versuchte zu verfolgen, trat aber auf die In-



Sieger Jonas Beverungen (re.) tröstet den Unnaer Tim Voß, der kurz vor dem Ziel verletzt aufgab.

nenkante und zog sich dabei eine Zerrung zu. Er musste das Rennen aufgeben, so dass Beverungen einen ungefährdeten Sieg in 34:24 Minuten entgegenlief. Den Streckenrekord (31:48 Minuten) verfehlte der 16-Jährige dabei klar. Als fairer Sportsmann zeigte sich Beverungen

dann kurz nach der Zielankunft. Sofort lief er zu seinen Konkurrenten Tim Voß hinüber, um sich nach dessen Wohlergehen zu erkundigen. „Es war ein harter Zweikampf. Ich hatte mir für das Finish aber noch ein paar Kräfte gespart. Die Strecke war optimal“, meinte Jonas

Beverungen. Als schnellste Frau erreichte Katrin Walter (LF Bönen) nach guten 39:03 Minuten das Ziel. Schnelleste Läufer des heimischen Kreises wurde erneut Volkhard Braucks (VfL Kamen) als Gesamtvierter in 36:11 Minuten. Für den SuS Oberaden sprangen Klassensiege durch Martin Kaminski (M45) in 38:56 Minuten, Gerd Schlaefke (M60) in 41:08 Minuten, Hans-Peter Schwarz (M65) in 42:36 Minuten und Horst Krieg.

Bei der Siegerehrung in der Römerbergsporthalle erhielten die Gesamtsieger aus der Hand vom Abteilungsvorstand Siegfried Dragon und Vertretern der IGBE und SPD, die die aus Kohle gestifteten Barbara-Statuen gestiftet hatten, ihre Ehrung. Allen weiteren Klassensiegern wurden die begehrten Kohlepreise ausgehändigt und Urkunden an die Teilnehmer verteilt.

■ awa

Jonas Beverungen wiederholt über zehn Kilometer Vorjahressieg - Katrin Walter schnellste Frau

Neuer Rekord: Über 900 Aktive bei idealen Bedingungen

Ein herrlich Lauftag am Römerberg. Bei der diesjährigen 22. Barbara-Runde des SuS Oberaden gingen am letzten Samstag bei idealen Wetterverhältnissen knapp über 900 Aktive.

Dabei wurde die bisher höchste Teilnehmerzahl (748 aus dem Vorjahr) deutlich übertroffen. Die meisten Starter zählte der Veranstalter beim nach DLV-Richtlinien vermessenen 10km-Straßenlauf, an dem 366 Aktive aus über 80 Vereinen teilnahmen. Die 10km-Walkingstrecke bewältigten 106 Aktive und in den drei Schnupperläufen gingen insgesamt 430 Schülerinnen und Schüler an den Start. Mit über 60 Aktiven stellten Leichtathleten und Laufteffteilnehmer des gastgebenden SuS Oberaden die größte Gruppe, aber auch die Nachbarvereine Laufsportfreunde Unna, LaufTeam Unna, LG Unna, TVG Kaiserau, TLV Rünthe und VfL Kamen beteiligten sich mit vielen Aktiven.

Zu erwähnen ist besonders, dass die Sportfreunde aus Höxter-Lüchtringen ebenso mit einem Bus angereist waren wie eine 28-köpfige Gruppe aus Bergkamen's Partnerstadt Hettstedt, die als Gäste der Oberadener Leichtathleten nach dem Lauf im Sportheim gemeinsam noch ein paar Stunden verbrachten.

Pünktlich um 14.30 Uhr wurde der Start zur Barbara-Runde angeschossen, von wo aus die Aktiven auf die 10km-Rundstrecke durch den Seseke-Landschaftspark geschickt

wurden. Als Sieger konnte sich wie im Vorjahr Jonas Beverungen (LF Lüchtringen) feiern lassen, der nach 34:24min die Ziellinie im Römerbergstadion überquerte. Bemerkenswert ist, dass Beverungen, einer der besten Läufer in Westfalen, noch der B-Jugend angehört. Als schnellste Frau erreichte Katrin Walter (W20/LF Bönen) nach guten 39:03min das Ziel. Schnellster Läufer des heimischen Kreises wurde erneut Volkhard Braucks (VfL Kamen) als Gesamtvierte in 36:11min.

Für den SuS Oberaden sprangen Klassensiege durch Martin Kaminski (M45) in 38:56min, Gerd Schlaefke (M60) in 41:08min, Hans-Peter Schwarz (M65) in 42:36min und Horst Krieg (M75) in 51:18min heraus. Schnellste SuSlerin wurde Sigrid Döbbe (2. W50) in 46:36



Laufen statt einkaufen: 366 Aktiven nahmen am zurückliegenden Samstag die Chance wahr und gingen beim 10-Kilometer-Lauf (hier der Beginn) in Oberaden an den Start. (Bild: SuS)

min. Weiterhin gab es noch zwei Vereinsrekorde durch den ältesten Teilnehmer Horst Krieg (M75) in 51:18min und die M70-Mannschaft (Horst Krieg/51:18, Werner Wlosik/51:20; Willy Brandt/1:03:41 - 2:46:19 Std). Bei der Siegerehrung in der Römerbergsporthalle er-

hielten die beiden Gesamtsieger aus der Hand vom Abteilungsvorsitzenden Siegfried Dragon und Vertretern der IGBE und SPD, die die aus Kohle gefertigten Barbara-Statuen gestiftet hatten, ihre verdiente Ehrung. Allen weiteren Klassensiegern wurden die begehrten Kohlepreise

ausgehändigt und Urkunden an die Teilnehmer verteilt.

Um 13.15 Uhr, 13.30 Uhr und 13.45 Uhr konnte Oberadens Jugendsportwart Dieter Gill mit seiner Mannschaft die neue Rekordzahl von insgesamt 430 Schülerinnen und Schülern von vielen Bergkamenener Schulen (Vorjahr 263) auf die ausgeschriebenen Schnupperstrecken über 540m (72), 1.150m (211) und 1.900m (147) schicken.

Jüngster Teilnehmer war der dreijährige Jonas Leonhard aus Greven, die weitesten Anreisen hatten Teilnehmer aus Hettstedt, Aachen und sportliche Drillinge aus Höxter-Lüchtringen. Bei der von der Stadt Bergkamen unterstützten Schulwertung gab es für die Sieger der Willy-Brandt-Schule mit 144 Startern einen wertvollen Pokal und einen damit verbundenen Geldpreis. Für alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen wurden neben Preisen aus einer reich bestückten Tombola auch Siegerehrungen durchgeführt und Urkunden ausgegeben.

Besonderen Dank richtete der Jugendsportwart an die zahlreichen Sponsoren, die zur Freude aller Kinder eine reichhaltige Tombola möglich gemacht hatten.

Um 14.35 Uhr schickte die Leiterin des Oberadener Walkingtreffs, Brenda Eichert, 110 Walker und Nordic Walker auf die 10km-Runde, die gut gelaunt die angebotene Strecke absolvierten. In der Sporthalle gab es die verdienten Urkunden sowie Preise aus der Tombola.

HINTERGRUND

Flotte Auswertung dank neuer Software

- Mit einem Helferaufgebot von fast 90 Personen, darunter mehrere Mitglieder des Deutschen Roten Kreuzes, die nicht nur für den warmen Tee am Ziel verantwortlich waren, Teilnehmer des Lauftreff Bergkamen und der Polizei, wurde die Veranstaltung wie immer fast reibungslos abgewickelt.
- Mit Hilfe eines neu erworbenen Laufprogramms

gab es in diesem Jahr bei der Auswertung keine schwerwiegenden Probleme mit der Computertechnik.

- Bereits ab 10.30 Uhr wurden Stadion, Sporthalle und Sportheim auf die Veranstaltung vorbereitet. Während der Wettbewerb setzten sich im Stadion über 20 SuS-Kampfrichter am Start und im Zieleinlauf bei Erfassung von

Startnummern und gelauenen Zeiten tatkräftig und gewissenhaft ein.

- Bei dem großen Andrang hatten auch die zahlreichen Helfer an den drei Meldestellen und das Computerteam im Wettkampfbüro viele Arbeiten zu erledigen. Zudem waren in der Cafeteria und an Würstchen- und Getränkeständen weitere fleißige Helfer im Einsatz.

Walter siegt in Oberaden

BÖNEN ■ Katrin Walter von den Lauffreunden Bönen hat am Samstag die zehn Kilometer lange „Barbara-Runde“ des SuS Oberaden im Römerbergstadion mit mehr als einer Minute Vorsprung vor Gudrun Rodloff (LG Hamm) gewonnen. Die Bönenerin benötigte für die Strecke 39:03 Minuten. Die Organisatoren verzeichneten bei der 22. Auflage der Barbara-Runde, die im Rahmen der Hellweg-Serie stattfindet, mit etwas mehr als 900 Starterinnen und Startern eine neue Rekord-Teilnehmerzahl. Bei den Herren gewann Jonas Beverungen (Lüchtringen) in 34:24 Minuten. ■ WA



*Souveräner Sieg in Oberaden:
Katrin Walter.*



Ein großes Starterfeld machte sich über die 5000 Meter auf den Weg beim 18. Unnaer Kurparklauf. Als Erster kam Hermann Wenning (LG Coesfeld) ins Ziel. Bei den Frauen triumphierte erneut Seriensielerin Bettina Reisinge-Muhr. ■ Fotos (5): Wagner

„Nur ein paar Teile mehr in der Waschmaschine“

LAUFSPORT Wetter schockt Läufer und den TVU-Vorsitzenden Dreischer nicht

UNNA ■ Seit gut einem Jahr ist Ulrich Dreischer 1. Vorsitzender im TV Unna 1861 e.V. Zuvor fungierte der 54-Jährige zehn Jahre lang als Abteilungsleiter der Leichtathleten. Klar, dass Dreischer auch beim 18. Unnaer Kurparklauf vor Ort war. Der Hellweger Anzeiger sprach mit ihm.



Ulrich Dreischer

HA: Herr Dreischer, ganz privat hier im Kurpark?

Dreischer: Nach wie vor bin ich den Leichtathleten sehr verbunden. Es ist eine Herzensangelegenheit. Aber in verantwortlicher Position bin ich nicht mehr, ich fotografiere nur ein bisschen für unsere Internetseite.

HA: Sind Sie mit der Resonanz zufrieden?

Dreischer: Sie ist geringer als im letzten Jahr, angesichts der durchwachsenen Wetterverhältnisse aber zufrieden stellend. Außerdem mussten wir uns mit vielen Parallel-Wettkämpfen, wie z.B. die Westfälischen Crossmeisterschaften, konkurrieren.

HA: Was ist das Besondere am Kurparklauf?

Dreischer: Der Wechsel der Bodenbeläge von Asphalt zu Pflaster, von Schotter zu Naturboden ist charakteris-

tisch für den Kurparklauf. Durch den Regen war die Strecke abseits der befestigten Wege zum Teil stark aufgeweicht und lieferte echte Crosslaufbedingungen. So landete das eine oder andere Teil mehr in der Waschmaschine. Durch den Crosslauf-Charakter übt der Kurparklauf eine starke Anziehungskraft auf die Allround-Läufer und nicht auf die ausgesprochenen Straßenläufer aus.

HA: Der Zuspruch der Kinder- und Jugendlichen war wieder enorm.

Dreischer: Es ist schön, den Nachwuchs hier zu haben. Der Kurparklauf entwickelte sich ja aus Kinder- und Jugendläufen. Erst als wir die Strecke auf 5.000 und 10.000 Meter vermessenen hatten, stieg der Zulauf bei den Erwachsenen an. ■ awa

Ex-Radstar Markus Voß läuft allen auf und davon

LAUFSPORT Über 5 000 Meter siegt erneut Bettina Reisinge-Muhr aus Bönen

Von André Wagner

UNNA ■ Zum Auftakt der Hellwegserie nahmen am Montag rund 300 Sportler 18. Kurparklauf des TV Unna teil.

Besonders auf die Strecke über 5000 Meter wagten sich viele Leichtathleten. Es entwickelte sich ein Dreikampf zwischen Dirk Mahltig (LG Unna), Tim Hövelmann aus Aplerbeck und Hermann Wenning von der LG Coesfeld. Nach drei großen Runden setzte sich aber klar der Münsterländer in 17:45 Minuten durch. Lokalmatador Mahltig, der im Vorjahr den Lauf gewann, musste sich mit dem dritten Platz hinter Hövelmann begnügen. „Die Konkurrenz war in diesem Jahr sehr groß. Im nächsten Jahr greife ich wieder ganz vorne an“, erklärte Dirk Mahltig im Ziel. „Es war schön wie immer, auch wenn es etwas matschig und rutschig zugeht – halt ein echter Crosslauf“, so der



Radsportfreunde unter sich: Reinhold Böhm (li.) vom RSV Unna und 10km-Sieger Markus Voß.

Leichtathlet von der LG Unna weiter.

Konkurrenzlos blieb einmal mehr Bettina Reisinge-Muhr (Lauffreunde Bönen). Die Siegerin der vergangenen Jahre war nach 21:28 als Erste im Ziel. „Mein siebter oder achter Sieg“, konnte die Seriensielerin ihre Erfolge im Kurpark nicht genau beziffern. „Es war mir aber zu warm“, haderte die Bönene-

rin mit den hohen Temperaturen.

Auch beim 10km-Lauf stellten die Lauffreunde Bönen den Sieger. Markus Voß gewann überlegen in 38:56 Minuten. „Ich habe mich gut gefühlt und bin zurzeit einfach gut drauf“, freute sich der ehemalige Radrennfahrer über seinen ersten Platz. Beste Frau über die lange Distanz war Martina Huber von

der TVG Kaiserau in 47:16 Minuten.

Bei den Schülerinnen und Schülern mussten insgesamt acht Läufe durchgeführt werden, um den großen Andrang zu bewältigen. Nahezu alle benachbarten Vereine hatten Athleten und Athletinnen geschickt. Der Wanderpokal für die erfolgreichste Mannschaft ging wie im vergangenen Jahr erneut an die TG Holzwickede, die sich jedoch bei Punktgleichheit mit der LG Unna nur dank der zahlreicheren Einzelsiege durchsetzte.

„Unsere Bilanz fällt durchweg positiv aus. Das Wetter hat uns einige Nachmeldungen gekostet. Mein Dank gilt unserem eingespielten Helferteam“, resümierte TVU-Abteilungsleiter Johannes Freitag. Das 30-köpfige ehrenamtliche Team um Freitag mit Melanie Neitzel und Peter Pähler stellte dank einer präzisen Vorbereitung einen nahezu optimalen Ablauf des 18. Unnaer Kurparklauf sicher.



Start frei zum 10 Kilometer-Lauf im Kurpark. Am Ende war Martina Huber (TVG Kaiserau) die schnellste Frau.

Rund 300 Starter beim 18. Kurparklauf des TV Unna - Bettina Reisige-Muhr läuft wieder allen davon

Wanderpokal geht wie im Vorjahr an TG Holzwickede

Vom Jüngsten, dem knapp 4-jährigen Gabriel Wagenblaß aus Bönen, bis zum 71-Jährigen Willy Brand vom SuS Oberaden nahmen rund 300 Läufer/innen am diesjährigen Kurparklauf des TV Unna teil.

Keine Steigerung gegenüber dem Vorjahr, angesichts der bescheidenen Wetterverhältnisse jedoch für die Verantwortlichen des TVU um Abteilungsleiter Johannes Freitag durchaus zufriedenstellend. Pünktlich zum ersten Start um 12.00 Uhr hatte auch der Wettergott ein Einsehen und der Dauerregen des Vormittags endete. Allerdings war die Strecke abseits der befestigten Wege zum Teil stark aufgeweicht und lieferte echte Crosslaufbedingungen, sicherlich auch ein Grund dafür, dass der Kurparklauf eine starke Anziehungskraft auf die Allround-Läufer und nicht die ausgesprochenen Straßenläufer ausübt.

Über 5 km siegte Hermann Wenning von der LG Coesfeld in 17:45 Minuten. Bettina Reisige-Muhr (Lauffreunde Bönen), die Siegerin der vergangenen Jahre, war auch diesmal bei den Frauen nicht zu schlagen. Sie benötigte 21:38 Minuten für die 5 km. Ebenfalls von den Lauffreunden kam der Sieger des 10 km-Laufes, Marcus Voß, der in 38:56 Minuten überlegen gewann. Beste Frau war hier



Der Nikolaus (Dieter Mörchel) bewies gutes Stehvermögen: Bei jedem Start, wie hier bei den 5000 Metern, lief er ein Stück mit und anschließend verteilte er an jeden Teilnehmer, jede Teilnehmerin eine kleine Überraschung und kostenlosen Tee. (Bild: Karl Dittrich)

Martina Huber von der TVG Kaiserau in 47:16 Minuten.

Bei den Schülerinnen mussten insgesamt acht Läufe durchgeführt werden, um den großen Andrang zu bewältigen. Nahezu alle benachbarten Vereine hatten Athleten und Athletinnen geschickt. Schnellster Junge über die kleine Runde (750m) war der 8-jährige Melvin Kopka vom VfL Fröndenberg, schnellstes Mädchen die 9-jährige Lena Maletz von den Lauffreunden Bönen.

Der Wanderpokal für die erfolgreichste Mannschaft ging

wie im vergangenen Jahr erneut an die TG Holzwickede, die sich jedoch bei Punktgleichheit mit der LG Unna nur dank der zahlreicheren Einzelsiege durchsetzte.

Das TV-Team um Johannes Freitag, Melanie Neitzel und Peter Pähler konnte dank vieler ehrenamtlicher Helfer und präziser Vorbereitung einen nahezu optimalen Ablauf sicherstellen. Die mittlerweile erprobte 'EDV' sorgte dafür, dass die Siegerehrungen bereits kurz nach den Zielankünften in allen Klassen erfolgen konnten.



Auf dem Siegerpodest: (v.li.) Yassin Taria, Corinna Stoepl, Christina Preuß und Melanie Wolff. (Bilder: TVU/ecki)



auffreunde schickten ihren Nachwuchs in den Schülerläufen ins Rennen.



Über fünf Kilometer waren die TuS-Läufer erfolgreich. ■ Fotos: pr

Starke Vorstellungen beim Kurparklauf

LAUFSPORT Bönener Teilnehmer in Unna erfolgreich. Bei den Lauffreunden jeder Zweite auf dem „Ersten“ Nachwuchs dominiert die Schülerläufe. Hartl und Beckmann für die TuS auf fünf Kilometern stark

N ■ Außerordentlich erfolgreich schnitten die Läufer beim 18. Kurparklauf in Unna am Wochenende. Konkurrenzlos in der Bewertung über 5000 Meter blieb einmal mehr Bettina Reisinger mit 21:28. Sie hat diesen Lauf inzwischen schon sieben Mal gewonnen. Ihr Kommentar: Wechsel der Bodenbeläge von Asphalt zu Pflaster, Schotter zu Naturboden charakteristisch für den Kurparklauf. Durch den Reiz war die Strecke zum Teil aufgeweicht und lieferte

Crosslaufbedingungen. Gut zurecht kam man bei den widrigen Bedingungen. Marcus Voss, der ehemalige Radrennfahrer, freute sich über eine Endzeit von

Lauffreunde

In die Ergebnisliste des TV Unna hatte sich ein kleiner Schreibfehler eingeschlichen. Es fehlte der Buchstabe „n“, wurde aus den Bönener Ausdauer-Sportlern kurzerhand der Verein „Lauffreunde Bönen 1985 e.V.“ – wenn da nicht der Name Programm ist! ■ WA

38:56 Min. und seinen ersten Platz über 10000 Metern bei den Männern.

Über 5000 Meter am Start waren außerdem Bernd Uelzmann (30:34 Min.) und Hartmut Stoepel (23:56 Min. und Sieger in M 55). Christine Uelzmann erreichte über

10000 Meter mit einer Endzeit von 48:22 Min. den zweiten Platz in W 35.

Für die Schüler wurden insgesamt acht Läufe durchgeführt, um den großen Andrang zu bewältigen. Jüngste Starterin der Lauffreunde war Carlotta Voss (Jahrgang '00). Sie benötigte für 750 m 4:15 Min. Lena Maletz siegte in W 9 über die gleiche Distanz in 2:56 Min. Lea Kloosterboer (W 10) wurde mit einer Zeit von 4:28 Min. Dritte in ihrer Altersklasse über 1100 m. Sieger in M 11 wurde Steffen Maletz. Er benötigte 4:14 Min. für die gleiche Distanz. Die übrigen Zeiten: Katharina Budde 4:48 Min., Timo Rinckewitz 4:51 Min. und Jonas Brust 4:34 Min.

In W 12 und W 13 ging es

über 1350 Meter. Nora Rudolf wurde hier Zweite in W 12 in 5:26 Min. Hannah Blank kam nach 6:11 Min. ins Ziel. Die Siegerinnen in W 14 mit Fee Heymann (9:33 Min.) und bei der weiblichen Jugend mit Corinna Stoepel (10:09 Min.) – es ging über 2170 Meter – kamen ebenfalls von den Lauffreunden.

Auch TuS Bönen mit Sportlern vertreten

Auch die TuS Bönen war beim Kurparklauf mit einigen Sportlern vertreten. Über 750 Meter gab es zwei dritte Plätze für die Leichtathleten. Jüngster Teilnehmer war Gabriel Wagenblaß, der mit gerade vier Jahren in 5:14 Min. den zwölften Platz erreichte.

Vor ihm liefen Lennard Beckmann ('01) in 4:16 Min. auf Platz neun und Georgi Wagenblaß ('01) in 4:06 Min. auf Platz fünf. Lea Marie Krieger schaffte in der Klasse W7 mit einer Zeit von 3:33 Min. den vierten Platz. Die gleiche Altersklasse bei den Jungs brachte Nico Potthack in 3:25 Min. den dritten und Gideon Bartmann in 4:04 Min. Platz 13 ein.

Ebenfalls 750 Meter liefen Kathrin Ociepka (3:25 Min., Platz drei), Viviana Correia (3:48 Min., 8.) und Ann-Sophie Hanke (4:40 Min., 16.) in der Klasse W8 und Jonas Weitz (3:23 min., 6.) in der Klasse M8 wie auch Falco Mecklenbrauck (3:41, 9.) in der Klasse M9.

Über 5000 Meter gingen für

die TuS Johanna Hartl und Annika Beckmann bei den Frauen in ihren jeweils ersten Wettkampfläufen über fünf Kilometer an den Start. Mit 24:21 Min. (Hartl) und 25:02 Min. (Beckmann) sicherten sich die beiden Elfjährigen die Plätze eins und zwei.

Mit einer Zeit von 25:24 erreichte Philipp Thormann (Jahrgang '96) einen hervorragenden zehnten Platz.

Schnellster Läufer der TuS war Stefan Barth ('69, M35): Mit 21:59 sicherte er sich den zweiten Rang in seiner Altersklasse. Dritter der Senioren M40 wurde Lothar Thormann ('65) mit 25:31 Min. Jörg Mecklenbrauck ('57/M45) lief 29:21 Min., Dietmar Völkel ('53/M50) war 30:11 Min. schnell. ■ WA

300 Läufer stapften durch den Unnaer Kurpark

Großer Andrang bei insgesamt acht Schüler-Läufen

Unna. Vom Jüngsten, dem knapp vierjährigen Gabriel Wagenblaß aus Bönen, bis zum 71-jährigen Willy Brand vom SuS Oberaden nahmen rund 300 Läufer am diesjährigen Kurparklauf des TV Unna teil. Auf Grund der bescheidenen Wetterverhältnisse konnte damit keine Steigerung der Teilnehmerzahl gegenüber dem Vorjahr erzielt werden. TVU-Abteilungsleiter Johannes Freitag war dennoch zufrieden.

Pünktlich zum ersten Start ließ zwar der Dauerregen nach, allerdings war die Strecke abseits der befestigten Wege zum Teil stark aufgeweicht und lieferte echte Crosslaufbedingungen.

Über die 5-Kilometer-Distanz siegte Hermann Wenning von der LG Coesfeld in 17:45 min. Bettina Reisinge-Muhr (Lauffreunde Bönen), Siegerin der vergangenen Jahre, war auch diesmal bei den Frauen nicht zu schlagen. Sie benötigte 21:38 min für die 5-Kilometer-Strecke. Ebenfalls von den Lauffreunden kam der Sieger des 10-Kilometer-Laufes, Marcus Voß, der in 38:56 min überlegen gewann. Beste Frau war hier Martina Huber von der

TVG Kaiserau in 47:16 min. Bei den Schüler-Rennen mussten insgesamt acht Läufe durchgeführt werden, um den großen Andrang zu bewältigen. Nahezu alle benachbarten Vereine hatten Athleten geschickt.

Schnellster Junge über die kleine Runde (750m) war der achtjährige Melvin Kopka vom VfL Fröndenberg, schnellstes Mädchen die neunjährige Lena Maletz von den Lauffreunden Bönen.

Über 1.100 Meter setzte sich bei den Jungen Pascal Groshek (M10) von der LG Olympia

Dortmund, bei den Mädchen Kaja Kötter vom SCE Hamm durch. Ebenfalls aus Hamm kamen die Schnellsten über 1.350 Meter, Robert Werner und Elisa Kühle. Gleich drei Mal an den Start ging der Sieger über 2.170 Meter, Michel Bückner (MJA) wurde über 5 Kilometer Vierter und über 10 Kilometer Fünfter.

Der Wanderpokal für die erfolgreichste Mannschaft ging erneut an die TG Holzwickede, die sich jedoch bei Punktgleichheit mit der LG Unna nur dank der zahlreicheren Einzelsiege durchsetzte.



Mit insgesamt acht Läufen herrscht bei den Schüler-Rennen dichtes Gedränge.

NIKOLAUS IM SPORTVEREIN



Mit Wollmützen ins neue Jahr

Neu ausgestattet werden 61 Kinder und Jugendliche der Lauf-
freunde Bönen in die neue Saison gehen. Der Nikolaus ver-
teilte am Sonntag nicht nur Süßigkeiten, sondern auch Woll-
mützen in LF-Blau. „Durch die neue Bambini-Gruppe haben
wir Rekordbeteiligung“, freute sich Hartmut Stoepel über den
vollen Saal der Gaststätte Kreutz. ■ Foto: Liesegang

14. 12. 06

SPORT LOKAL

Persönliche Bestzeiten

LAUFSPORT Bönener Nachwuchsläufer beim Nikolauslauf in Hamm am Start
Matthias Lüblinghoff, Wanja-Sören Drees und Marcus Münstermann besser denn je

BÖNEN/HAMM ■ Sprichwörtlich lange Beine machte der Nikolaus den Lauffreunden beim traditionellen 33. Hammer Nikolauslauf am Sonntag mit Start und Ziel im Jahnstadion. Insgesamt 44 Mal erscheinen die Bönener Ausdauersportler über 1,2 km, 2 km, 5 km und 10 km in den Ergebnislisten. Die äußeren Bedingungen waren optimal, und mit mehr als 700 Meldungen stimmte auch für die veranstaltende LG Hamm die Quantität.

Für Qualität sorgte unter anderem der Sieger des 10-km-Laufes Ansgar Varnhagen von der LG Olympia Dortmund in sehr guten 31:16 Min. Varnhagen ist in Bönen kein Unbekannter. Er gewann 2005 überraschend den Lauf „Rund um Flierich“. Jetzt war er rund zweieinhalb Minuten schneller als damals. Bei den Lauffreunden gehen bereits jetzt die ersten Voranmeldungen für das Laufspektakel am 14. Januar 2007 ein.

Im Rahmen der Vorbereitung auf „Rund um Flierich“ absolvierte der Lauffreunde-Nachwuchs die 5-km-Strecke mit beachtlichem Erfolg. Lena Maletz lief mit hervorragenden 22:34 Min. auf Platz 1 der Schülerinnen D. Platz 2 erreichte hier Lea Kloosterboer mit 24:24 Min., gefolgt von Katharina Budde mit 25:58. Einen zweiten Platz gab es auch für Steffen Maletz (Schüler C) mit 23:46 Min. Matthias Lüblinghoff unterbot erstmals die 21-Minuten-



Die Lauffreunde gingen in Hamm an den Start. ■ Foto: pr

Marke und war mit 20:32 Min. schnellster Bönener Nachwuchsläufer. Ebenfalls persönliche Bestzeit lief Wanja-Sören Drees (Schüler B) in 22:24 Min.

Lena Frey (Schülerinnen A) lief über 2 km in persönlicher Bestzeit mit 8:56 Min. auf Platz 2. Über 1,2 km war Marit Heinemann mit 5:34 Min. schnellste Bönener Schülerin. Die Geschwister Luisa und Marlon Schulte-Tigges gaben ihren Wettkampfeinstand mit guten 6:01 Min. und 6:14 Min.

Im 5-km-Lauf kam Katrin Walter nach 18:52 Min. als zweite Frau ins Ziel. Susanne Brinkmann verbesserte ihre persönliche 5-km-Bestzeit auf 21:29 Min. (Platz 4 in W 35).

Christine Uelzmann verpasste mit 21:10 Min. nur knapp ihre Bestzeit und lief auf Platz 2 in W 35. Bestzeiten erreichten ebenfalls Marcus Münstermann mit 18:46 Min. (Platz 1 in M 30) und Jürgen Flechsig mit 23:07 Min. (Platz 4 in M 50). Klaus Budde lief mit 18:51 Min. auf Platz 2 in M 50. Über einen zweiten Platz in W 40 freute sich Manuela Maletz mit 23:04 Min.

Münstermann und Budde wagten dann über 10 km einen weiteren Start. Ein besonderes „Kunststück“ gelang dabei Marcus Münstermann. Er erreichte auch hier mit 40:11 Min. eine neue Bestzeit. Klaus Budde kam nach 40:37 Min. ins Ziel. Über ei-

nen Sieg in W 55 freute sich Gisela Homeyer mit 51:09 Min. ■ **WA**

Weiteren Zeiten des Nachwuchses:

1,2 km: Lynn Brinkmann 5:47 Min., Timo Rinkewitz 5:48 Min., Michelle Wirth 5:57 Min., Julia Firus 5:59 Min. und Giuliano Wöllert 5:59 Min.

5 km: Nora Rudlof 24:07 Min., Fee Heymann 24:25 Min., Corinna Stoepel 24:59 Min., Daniela Stoepel 27:51 Min., Jennifer Stoepel 27:54 Min., Pia Kloosterboer 28:05 Min., Iva Bartmann 28:05 Min.,

Weitere Zeiten der Erwachsenen: 5 km: Hartmut Stoepel 24:27 Min., Rüdiger Budde 25:59 Min., Sandra Firus (erster Start für Lauffreunde) 26:18 Min., Bernd Uelzmann 29:58 Min. (Bestzeit), Kirsten Konsemüller 35:18 Min., Anita Uhlott 35:19 Min.

10 km: Michael Wöllert 41:32 Min., Thomas Freitag 44:15 Min., Manfred Engel 49:30 Min., Lothar Dieckmann 51:09 Min., Kai Sluyter 54:46 Min., Helga Schlüter 59:05 Min.

Marcus Münstermann doppelt gut

LEICHTATHLETIK Lauffreund verbessert über fünf und zehn Kilometer seine Bestzeiten

BÖNEN ■ Sprichwörtlich lange Beine machte der Nikolaus den Lauffreunden beim traditionellen 33. Hammer Nikolauslauf mit Start und Ziel im Jahnstadion. Insgesamt 44 Mal erscheinen die Lauffreunde Bönen in den Ergebnislisten.

Die äußeren Bedingungen waren optimal. Für Qualität sorgte unter anderem der Sieger des 10-km-Laufes Ansgar Varnhagen von der LG Olympia Dortmund in sehr guten 31:16 Min. Varnhagen ist in Bönen kein Unbekannter. Er gewann 2005 überraschend den Lauf „Rund um Flierich“. Jetzt war er rund zweieinhalb Minuten schneller als damals. Bei den Lauffreunden gehen bereits jetzt die ersten Voranmeldungen für das Laufspektakel am 14. Januar 2007 ein.

Im Rahmen der Vorbereitung auf „Rund um Flierich“ absolvierte der Lauffreunde-Nachwuchs die 5-km-Stre-



Katrin Walter

cke mit beachtlichem Erfolg. Lena Maletz lief mit hervorragenden 22:34 Min. auf Platz 1 der Schülerinnen D. Platz 2 bei den Schülerinnen D erreichte Lea Kloosterboer mit 24:24 Min., gefolgt von Katharina Budde mit 25:58 und Platz 3. Einen zweiten Platz gab es auch für Steffen Maletz (Schüler C) mit 23:46 Min. Matthias Lüblinghoff unterbot erstmals die 21-Minuten-Marke und war mit 20:32 Min. schnellster Böne-

ner Nachwuchsläufer. Ebenfalls persönliche Bestzeit lief Wanja-Sören Drees (Schüler B) in 22:24 Min. Lena Frey (Schülerinnen A) lief über 2 km in persönlicher Bestzeit mit 8:56 Min. auf Platz 2

Über 1,2 km war Marit Heinemann mit 5:34 Min. schnellste Bönener Schülerin. Die Geschwister Luisa und Marlon Schulte-Tigges gaben ihren Wettkampfeinstand mit guten 6:01 Min. und 6:14 Min.

Im Fünf-Kilometer-Lauf kam Katrin Walter nach 18:52 Min. als zweite Frau ins Ziel. Susanne Brinkmann verbesserte ihre persönliche 5-km-Bestzeit auf 21:29 Min. (Platz 4 in W 35). Christine Uelzmann verpasste mit 21:10 Min. nur knapp ihre Bestzeit und lief auf Platz 2 in W 35. Bestzeiten erreichten ebenfalls Marcus Münstermann mit 18:46 Min. (Platz 1 in M 30) und Jürgen Flehsig mit 23:07 Min. (Platz 4 in M 50). Klaus Bud-

de lief mit 18:51 Min. auf Platz 2 in M 50. Über einen zweiten Platz in W 40 freute sich Manuela Maletz mit 23:04 Min.

Münstermann und Budde wagten dann über 10 km einen weiteren Start. Ein besonderes „Kunststück“ gelang dabei Marcus Münstermann. Er erreichte auch hier mit 40:11 Min. eine neue Bestzeit. Klaus Budde finishte nach 40:37 Min.

Weitere Zeiten Jugend:

1,2 km: Lynn Brinkmann 5:47 Min., Timo Rinkewitz 5:48 Min., Michelle Wirth 5:57 Min., Julia Firus 5:59 Min. und Guiliano Wöllert 5:59 Min.

5 km: Nora Rudlof 24:07 Min., Fee Heymann 24:25 Min., Corinna Stoepeel 24:59 Min., Daniela Stoepeel 27:51 Min., Jennifer Stoepeel 27:54 Min., Pia Kloosterboer 28:05 Min., Iva Bartmann 28:05 Min.

Weitere Zeiten Erwachsene:

5 km: Hartmut Stoepeel 24:27 Min., Rüdiger Budde 25:59 Min., Sandra Firus (erster Start für die Lauffreunde) 26:18 Min. (ausbaufähig), Bernd Uelzmann 29:58 Min. (neue Bestzeit), Kirsten Konsemüller 35:18 Min., Anita Uhlott 35:19 Min.

10 km: Michael Wöllert 41:32 Min., Thomas Freitag 44:15 Min., Manfred Engel 49:30 Min., Lothar Dieckmann 51:09 Min., Kai Sluyter 54:46 Min., Helga Schlüter 59:05 Min.

72 12.06

Silvesterlauf von Werl nach Soest: Lauffreunde Bönen auch am letzten Tag des Jahres sportlich aktiv

Katrin Walter und Ex-Radfahrer Marcus Voß ganz weit vorne

Nach wie vor auf hohem Niveau liegen die Teilnehmerzahlen des Traditionslaufes von Werl nach Soest, der zum 25. Mal stattfand. Mehr als 25000 Zuschauer sahen den größten Silvesterlauf Europas. Das besondere Flair erlebten auch die Lauffreunde Bönen hautnah.

Die Bönener Lauffreunde hielten dabei ausgezeichnet mit. So erreichte Katrin Walter mit 59,56 Minuten Platz 7 im Gesamteinlauf der Frauen und Platz 3 in der Klasse W20. Sie verbesserte damit ihre persönliche Bestzeit über die selten gelaufenen 15 km um nahezu vier Minuten. Sie hat sich im Jahre 2006 auf allen offiziellen Straßenlaufstrecken des Leichtathletikkreises Unna-Hamm verbessert. Und eine persönliche Bestzeit bei

Katrin Walter bedeutet zur Zeit auch einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde Bönen.

Bei den Männern lag Marcus Voß, ehemaliger erfolgreicher Radfahrer des RSV Unna und seit Anfang des Jahres für die Lauffreunde aktiv, ganz weit vorn. Seine Zeit von 55,35 Min. bedeutete Platz 60 im Gesamteinlauf der Männer und Platz 8 in der Altersklasse M 35. Ebenfalls unter der Ein-Stunden-Marke blieben Marcus Münstermann mit 59,14 Min. und Klaus Budde mit 59,49 Minuten. Münstermanns Zeit bedeutete eine neue persönliche Bestzeit, ebenso wie die Zeiten von Michael Schelter (1:11,27 Std.), Dieter Freitag (1:13,29 Std.), Jürgen Flechsig (1:14,20 Std.), Hartmut Drees (1:20,27 Std.) und Gisela Homeyer

(1:21,02 Std.). Beachtenswert ist auch die Zeit von Ludwig „Lutz“ Gosewinkel. Der 78-Jährige beendete das Rennen souverän nach 1:30,45 Std. Dazu Jürgen Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Schade, dass die Veranstalter für seine Altersklasse keine Wertung ausgeschrieben haben. So geht seine Leistung ein klein wenig unter.“

Hier die übrigen Laufzeiten: Manfred und Heidrun Engel 1:40,27 Std., Thomas Freitag 1:14,07 Std., Klaus Homeyer 1:212,32 Std., Martina Keuthahn 1:32,11 Std., Udo Koller 1:10,47 Std., Lothar Kotulla 1:10,47 Std., Heike Leineweber 1:32,43 Std., Manuela Maletz 1:11,48 Std., Winfried Püttmann 1:31,20 Std., Helga Schlüter 1:26,16 Std., Heike Steinkuhl 1:32,43 Std., Ingrid Tessarek 1:21,16



Belebendes Gemeinschaftserlebnis: Die Lauffreunde Bönen waren zum Silvester-Lauf mit dem Bus angereist. (Bild: Korvin)

Std., Günter Tessarek 1:28,58 Std., Alexander Unruh 1:08,37 Std. und Simon Vulf 1:13,43 Stunden.

Am Walking-Wettbewerb beteiligten sich Heike Bednarz (2:19,26 Std.) und Andrea Kaiser (2:10,44 Std.). Den Nordic-Walking-Wettbewerb beendete Dieter Kaiser nach guten 1:51,57 Stunden. Regina Drees benötigte hier

1:57,59 Std. und Günter Speer 2:02,49 Stunden.

Die Lauffreunde waren gemeinsam mit einem Bus angereist. „Das trug viel dazu bei, dass man sich gemeinschaftlich über den schönen Jahresabschluss freute“, sagte Korvin. Der Erlös des Laufes, rund 50.000 Euro, wurde für soziale Projekte in Werl und Soest zur Verfügung gestellt.

Sportlich ins neue Jahr

LAUFSPORT Katrin Walter und Marcus Voß
beim Silvesterlauf ganz weit vorn.

BÖNEN ■ Mehr als 8000 Teilnehmer – Läufer, Inliner, Walker, Wanderer, Handbiker – gingen beim Silvesterlauf von Werl nach Soest am Sonntag an den Start. Zum 25. Mal fand der 15-Kilometer-Lauf statt.

Beim Laufwettbewerb pas- sierten 4336 Läufer und 1303 Läuferinnen die Ziellinie. Die Bönener Lauffreunde hielten dabei ausgezeichnet mit. So erreichte Katrin Walter mit 59:56 Min. Platz sieben im Gesamteinlauf der Frauen und Platz 3 in der Klasse W20. Sie verbesserte damit ihre persönliche Bestzeit über die selten gelaufenen 15 Kilo- meter um nahezu vier Minu- ten. Sie hat sich im Jahre

2006 auf allen offiziellen Stra- ßenlaufstrecken des Leicht- athletikkreises Unna-Hamm verbessert. Und eine persönli- che Bestzeit bei Katrin Walter bedeutet zur Zeit auch einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde.

Bei den Männern lag Mar- cus Voß, seit Anfang des Jah- res für die Lauffreunde aktiv, ganz weit vorn. Seine Zeit von 55:35 Min. bedeutete Platz 60 im Gesamteinlauf der Männer und Platz acht in der Altersklasse M 35.

Ebenfalls unter der Ein- Stunden-Marke blieben Mar- cus Münstermann mit 59:14 Min. und Klaus Budde mit. Münstermanns Zeit bedeutete eine neue persönliche Best-

zeit, ebenso wie die Zeiten von Michael Schelter (1:11:27 Std.), Dieter Freitag (1:13:29 Std.), Jürgen Flechsig (1:14:20 Std.), Hartmut Drees (1:20:27 Std.) und Gisela Homeyer (1:21:02 Std.).

Beachtenswert ist auch die Zeit von Ludwig „Lutz“ Go- sewinkel. Der 78-jährige be- endete das Rennen souverän nach 1:30:45 Std. „Schade, dass die Veranstalter für sei- ne Altersklasse keine Wer- tung ausgeschrieben haben. So geht seine Leistung ein- klein wenig unter“, bedauert Laufwart Jürgen Korvin.

Hier die übrigen Laufzeiten: Manfred und Heidrun Engel 1:40:27 Std., Thomas Freitag 1:14:07 Std., Klaus Homeyer



Die Lauffreunde gingen beim Silvesterlauf an den Start. ■ Foto: pr

1:212:32 Std., Martina Keut- hahn 1:32:11 Std, Udo Koller 1:10:47 Std., Lothar Kotulla 1:10:47 Std., Heike Leinewe- ber 1:32:43 Std., Manuela Maletz 1:11:48 Std., Winfried Püttmann 1:31:20 Std., Hel- ga Schlüter 1:26:16 Std, Heike Steinkuhl 1:32:43 Std., Ingrid Tessarek 1:21:16 Std., Günter

Tessarek 1:28:58 Std., Ale- xander Unruh 1:08:37 Std., Simon Vulf 1:13:43 Std.

Am Waking-Wettbewerb beteiligten sich Heike Bed- narz (2:19:26 Std.) und An- drea Kaiser (2:10.44 Std.). Den Nordic-Walking-Wettbe- werb beendete Dieter Kaiser nach guten 1:51:57 Std. Regi-

na Drees benötigte hier 1:57:59 Std. und Günter Speer 2:02:49 Std.

Die Lauffreunde waren ge- meinsam mit dem Bus ange- reist. Das Rennen fand wie- der riesige Zuschauerreso- nanz. Mehr als 25000 Zu- schauer sahen den größten Silvesterlauf Europas. ■ WA



Eigens mit dem Bus waren die Leichtathleten der Lauffreunde Bönen nach Werl gereist, um sich dann auf die 15 Kilometer-Strecke nach Soest zu begeben. ■ Foto: LF

Marcus Voß ganz weit vorn

LEICHTATHLETIK Katrin Walter trumps beim Silvesterlauf in Soest auf

BÖNEN ■ Nach wie vor auf hohem Niveau liegen die Teilnehmerzahlen des Traditionslaufes von Werl nach Soest, der zum 25. Mal stattfand und damit ein besonderes Jubiläum feierte. Auf hohem Niveau waren auch die Leistungen der Lauffreunde Bönen.

So erreichte Katrin Walter mit 59:56 Min. Platz sieben im Gesamteinlauf der Frauen und Platz drei in der Klasse W20. Sie verbesserte damit ihre persönliche Bestzeit über die selten gelaufenen 15 km um nahezu vier Minuten. Sie hat sich im Jahre 2006 auf allen offiziellen Straßenlaufstrecken des Leichtathle-

tikkreises Unna-Hamm verbessert. Und eine persönliche Bestzeit bei Katrin Walter bedeutet zur Zeit auch einen neuen Vereinsrekord für die Lauffreunde.

Bei den Männern lag Marcus Voß, seit Anfang des Jahres für die Lauffreunde aktiv, ganz weit vorn. Seine Zeit von 55:35 Minuten bedeutete Platz 60 im Gesamteinlauf der Männer und Platz acht in der Altersklasse M 35.

Ebenfalls unter der Ein-Stunden-Marke blieben Marcus Münstermann mit 59:14 Min. und Klaus Budde. Münstermanns Zeit bedeutete eine neue persönliche Bestzeit, ebenso wie die Zeiten von Michael Schel-

(1:11:27 Std.), Dieter Freitag (1:13:29 Std.), Jürgen Flechsig (1:14:20 Std.), Hartmut Drees (1:20:27 Std.) und Gisela Homeyer (1:21:02 Std.).

Beachtenswert ist auch die Zeit von Ludwig „Lutz“ Gosewinkel. Der 78-jährige beendete das Rennen souverän nach 1:30:45 Std. Dazu Jürgen Korvin, Laufwart der Lauffreunde: „Schade, dass die Veranstalter für seine Altersklasse keine Wertung ausgeschrieben haben. So geht seine Leistung ein klein wenig unter.“

Die weitere Ergebnisse: Manfred und Heidrun Engel 1:40:27 Std.; Thomas Freitag 1:14:07 Std., Klaus Homeyer 1:21:32 Std., Martina Keuthahn 1:32:11 Std., Udo Koller 1:10:47 Std., Lothar Kotulla 1:10:47 Std., Heike Leineweber 1:32:43 Std., Manuela

Maletz 1:11:48 Std., Winfried Püttmann 1:31:20 Std., Helga Schlüter 1:26:16 Std., Heike Steinkuhl 1:32:43 Std., Ingrid Tessarek 1:21:16 Std., Günter Tessarek 1:28:58 Std., Alexander Unruh 1:08:37 Std., Simon Vulf 1:13:43 Std.

Am Waking-Wettbewerb beteiligten sich Heike Bednarz (2:19:26 Std.) und Andrea Kaiser (2:10:44 Std.). Den Nordic-Walking-Wettbewerb beendete Dieter Kaiser nach guten 1:51:57 Std. Regina Drees benötigte hier 1:57:59 Std. und Günter Speer 2:02:49 Std. Die Lauffreunde waren mit dem Bus angereist. Das trug viel dazu bei, dass nach dem Lauf das individuelle Erfolgserlebnis schnell in den Hintergrund trat und der Jahresabschluss im Mittelpunkt stand.



Auch die Kleinen gingen beim Silvesterlauf an den Start. ■ Foto: pr

Kleine Läufer ganz groß

LAUFSPORT Auch der Nachwuchs der Lauffreunde war beim Silvesterlauf am Start. Premiere für die Bambini-Gruppe

BÖNEN ■ Auch die kleinen Läufer der Bönener Lauffreunde gingen beim Silvesterlauf Werl-Soest an den Start. Insgesamt waren diesmal rund 400 Kinder mit dabei.

Für die seit einigen Monaten bestehende Bambini-Gruppe der Lauffreunde war es die erste Gelegenheit, auf kindergerechten Strecken Wettkampfluft zu schnupern. Es wurden je nach Altersklasse 600 Meter, 1160 Meter oder 1720 Meter gelaufen. Immerhin elf Bönener Kinder schafften in ihren jeweiligen Altersklassen den Sprung auf das Siegerehrungs-Treppchen.

Auf der 600 Meter-Strecke

war Lukas Brust (M 7) aus der Bambini-Gruppe mit 2:49 Minuten der schnellste Bönener. Über 1160 m lief Stefan Maletz mit 4:21 Minuten auf Platz zwei in M11. Lena Maletz gewann hier in 4:33 Minuten Platz eins ihrer Altersklasse W 9, auf Platz 2 gefolgt von Vanessa Kröner in 4:50 Minuten. Ebenso überzeugten Lea Kloosterboer mit 4:34 Minuten und Platz zwei in W10 und Luisa Schulte-Tigges mit 5:03 Min. und Platz 2 in W8.

Die älteren Jahrgänge mussten 1720 Meter laufen und bestätigten mit vorderen Platzierungen ihre gute Vorbereitung. Wanja-Sören Drees erreichte mit 6:49 Minuten

Platz drei in M12. Einen zweiten Platz in W 14 erkämpfte sich Fee Heymann mit 7:04 Minuten. Dritte Plätze erreichten Nora Rudlof (W12) mit 6:28 Minuten, Falk Imgenberg (M13) mit 7:22 Minuten, Hannah Blank (W13) mit 7:23 Minuten und Pia Kloosterboer (W14) mit 7:26 Minuten. ■ **WA**

Die übrigen Zeiten: **600 m:** Jana Kröner 3:01 Min., Maren Wever 3:06 Min., Carlotta Voss 3:05 Min., Jana Firus 3:10 Min. **1160 m:** Henriette Blank 4:42 Min., Katharina Budde 4:41 Min., Jonas Brust 4:48 Min. Marie Schrage 5:25 Min., Julia Firus 5:13 Min., Marion Schulte-Tigges 5:10 Min.