

Leichtathletik-Club Wuppertal e.V.

Alte Rottsieper Str. 22, 42349 Wuppertal

LCW-Echo (Ausgabe 93, Febr. 2008)

Redaktion:	Georg Rüttinger Am Bölkumer Busch 19 a 42553 Velbert-Nevigis Tel. (0 20 53) 72 36	Norbert Korte Alte Rottsieper Str. 22 42349 Wuppertal Tel. (02 02) 47 28 90	Stadtparkasse Wuppertal Konto-Nr. 906 727
------------	--------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------

Einladung zur Jahres-Hauptversammlung des LC Wuppertal e.V.

Liebe Mitglieder,

gemäß § 5 unserer Satzung lade ich hiermit zu unserer diesjährigen Hauptversammlung ein.

Zeitpunkt: Montag, **10. März 2008, 19.45 Uhr** Ort: Jugendraum Sportplatzhaus Freudenberg

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Wahl einer Protokollführerin bzw. eines Protokollführers
3. Feststellung des Stimmrechts
4. Jahresbericht des Vorstandes
5. Kassenbericht
6. Kassenprüfbericht
7. Aussprache
8. Ehrungen
9. Wahl einer Versammlungsleiterin bzw. eines Versammlungsleiters
10. Entlastung des Vorstandes
11. Neuwahl des Vorstandes
12. Neuwahl einer Kassenprüferin bzw. eines Kassenprüfers
13. Reinigung des Pokalschranks (Wer stellt sich zur Verfügung?)
14. Genehmigung des Haushaltsplan-Entwurfes 2008
15. Vorschau 2008
16. Verschiedenes

Anträge können bei mir bis zum 3. März 2008 eingereicht werden (Anschrift: Alte Rottsieper Str. 22, 42349 Wuppertal; Mail-Adresse: norbert.korte@stadt.wuppertal.de).

Ich würde mich freuen, viele Mitglieder begrüßen zu können. Für einen kleinen Imbiss und Getränke ist gesorgt.

Mit sportlichen Grüßen

Norbert Korte, 1. Vorsitzender

Unsere Lauftermine 2008 (mit Startgelderstattung)

Sa., 16. Febr.	OTV-Meile in Oberhausen (Kaisergarten)	4 + 10,1 km
So., 9. März	Neandertal-Lauf in Erkrath-Hochdahl	5 km + Drittelmarathon (14,065 km)
Fr., 25. April	Vereinsmeisterschaften an der Oberbergischen Straße 800 m Schülerinnen (ab 17.00 Uhr) 1.000 m Schüler (ab 17.30 Uhr) 1.500 m weibl./männl. Jugend A + B, Männer/Frauen (ohne AK-Wertung) 5.000 m Männer/Frauen mit AK-Wertung (ab 18.05 Uhr)	17.50 Uhr
Mi., 30. April	„Breitscheider Nacht“ in Ratingen-Breitscheid - amtlich vermessene Strecken - www.tus-breitscheid.de	5 + 10 km
Sa., 31. Mai	Dormagen-Straberg - amtlich vermessene Strecken - www.fc-straberg.de	5, 10 + 21,1 km
13. - 15. Juni	Ostfriesland Marathon in Hesel im Rahmen der Vereinsfahrt www.ostfriesenmarathon.de	5, 10 km, Staffel-Marathon
So., 31. Aug.	Sengbach-Talsperrenlauf in Leichlingen-Witzhelden www.sengbachlauf.de	3, 11 + 21,1 km 11 km Walking
Fr., 26. Sept.	Zonser Nachtlauf www.sg-zons.de	3,1 + 7 Meilen
Sa., 25. Okt.	Düsseldorfer Ostparklauf - amtlich vermessene Strecke, aber nicht als Straßenlauf gemeldet - www.dsd-online.de	5 + 10 km
So., 9. Nov.	Martinslauf in Düsseldorf-Hassels www.martinslauf.org	10 + 21,1 km 10 km Walking
Mi., 31. Dez.	Herner Silvesterlauf www.halogenkontor.de/sylvester	5 + 10 km

Unsere beiden großen Volkslaufveranstaltungen, für die wir wieder viele fleißige Helferinnen und Helfer benötigen:

Sa., 20. Sept.	Wuppertaler Volkslauf „Rund um die Ronsdorfer Talsperre“	5 + 10 km
Sa., 22. Nov.	Wald- und Crosslauf „Rund um den Freudenberg“	9,8 km Wald, 6,2 km Cross

Interessante Meisterschaftstermine 2008

So., 10. Febr.	Nordrhein-Crossmeisterschaften in Dormagen-Straberg
So., 10. Febr.	Kreis-Hallenmeisterschaften Schüler/innen A + B in Leverkusen
1./2. März	Deutsche Senioren-Hallenmeisterschaften in Erfurt
Sa., 8. März	Deutsche Crossmeisterschaften in Ohrdruf (Thüringen)
Sa., 15. März	Westdeutsche Marathonmeisterschaften in Steinfurt
So., 16. März	Kreis-Cross- und Waldlaufmeisterschaften in Mettmann
Sa., 5. April	Westdeutsche Halbmarathonmeisterschaften in Reil an der Mosel
Sa., 19. April	Westdeutsche 10.000-m-Meisterschaften auf der Bahn in Coesfeld
Do., 1. Mai	Westdeutsche Staffelmeisterschaften in Erkelenz
So., 4. Mai	Deutsche Marathonmeisterschaften in Mainz

17./18. Mai	Kreismeisterschaften Schüler/innen A + B, 3.000 m Jugend A + B
Do., 22. Mai	Offene Nordrhein-Seniorenmeisterschaften in Essen
Sa., 24. Mai	Offene Westfälische Seniorenmeisterschaften in Ahlen
7./8. Juni	Nordrhein-Jugendmeisterschaften in Krefeld-Uerdingen
11. - 13. Juli	Deutsche Seniorenmeisterschaften II (M/W 50+) in Schweinfurt
Sa., 23. Aug.	Schüler-Stadtmeisterschaften an der Oberbergischen Straße
Sa., 13. Sept.	Deutsche 10-km-Straßenlaufmeisterschaften in Karlsruhe
Sa., 20. Sept.	Westdeutsche + Nordrhein-Meisterschaften über 10 km in Wegberg
Sa., 18. Okt.	Westdeutsche Berglaufmeisterschaften in Waldbreitbach

Außerdem wird das Startgeld bis in Höhe von 18 Euro für einen Marathonlauf nach Wahl und generell für alle Stadionwettkämpfe (Bahnläufe) sowie für alle Meisterschaften auf Kreis-, Verbands- und DLV-Ebene vom Verein getragen. Eine Einschränkung gilt allerdings für die sehr teuren Halbmarathon- und Marathonmeisterschaften. Das Startgeld wird für diese Meisterschaften nur dann in voller Höhe übernommen, wenn in diesem oder im letzten Jahr (ausnahmsweise auch bei der Veranstaltung selbst) folgende Mindestleistungen erbracht worden sind:

	<u>Halbmarathon</u>	<u>Marathon</u>	
Männer M 20 - M 35	1:25	3:00	Ansonsten wird das Startgeld nur bis in Höhe von 18 Euro erstattet.
Männer M 40 - M 55	1:40	3:30	
Männer M 60 u. Frauen	1:55	4:00	

Die oben in der Aufstellung genannten Läufe werden von Rainer Krüger (Tel. 73 87 728) betreut. Ihr könnt ihm die Arbeit sehr erleichtern, wenn Ihr Euch spätestens eine Woche vor dem jeweiligen Lauf bei ihm anmeldet.

Falls Ihr nach der Anmeldung unerwartet verhindert seid oder krank werdet, ruft bitte bei Rainer an. Manchmal sind die Veranstalter großzügig und verzichten auf das Startgeld für die nicht antretenden Läufer/innen. Ansonsten muss jeder Gemeldete, der nicht teilnimmt, sein Startgeld selbst übernehmen.

Wer bei Kreis-, Nordrhein-, Westdeutschen oder Deutschen Meisterschaften starten möchte, wende sich bitte nur an Georg Rüttinger (Tel. 0 20 53/ 72 36).

Wer selbst meldet (bei Meisterschaften nicht möglich), sollte daran denken, sich eine Quittung ausstellen zu lassen. Ohne Quittung gibt es von unserem Kassenwart Jürgen Busch kein Geld. Nachmeldegebühren werden nicht erstattet.

Der Vorstand

Mitgliedsbeiträge 2008			
Erwachsene	56 Euro	Familien	96 Euro
Jugendliche bis 19 Jahre, Auszubildende, Studenten, Arbeitslose	40 Euro	passive Mitglieder	48 Euro
Schüler bis 15 Jahre	30 Euro		

Eine Erinnerung für alle Mitglieder, die keine Einzugsermächtigung erteilt haben. Alle anderen Mitglieder brauchen nichts zu tun. Die Beiträge werden Ende März abgebucht.

Der Vorstand

Aus dem SONNTAGSBLATT vom 25.11.07 (Wochenendzeitung für Ronsdorf/Lüttringhausen)

Großzügige Spende für die Besten Borgmann-T-Shirts für Leichtathletik-Kreismeister

(Ro./ww) In dieser Woche [21.11.07] gab es für rund 30 junge, sportliche Menschen etwas zu feiern. Auf Einladung der Leichtathletik-Fachschaft des Stadtsportbundes trafen sie sich als Belohnung für ihre guten Leistungen in der abgelaufenen Saison zu einer zünftigen Bowlingrunde.

„Hier nehmen heute nur Sportlerinnen und Sportler teil, die Kreismeister wurden. Die Leistungen sind besonders hoch zu bewerten, weil sie in den Wettbewerben des Kreises Bergisches Land erkämpft wurden, in denen man immer gegen gute Konkurrenz aus Leverkusen antreten muss“, erklärte der Fachschaftsvorsitzende Helmut Pohl die Zusammensetzung der fröhlichen Runde, in der der PSV, der BTV, der **LCW** und der TV Friesen vertreten waren.

Als Zugabe zu dem Bowlingnachmittag erhielten die Sportler ein T-Shirt mit der Aufschrift „Kreismeister 2007“, das von dem Ronsdorfer Unternehmen Heimtier- und Gartenbedarf Borgmann gestiftet worden war. „Ich war selbst einige Zeit mit dem Trainer Helmut Pohl als Leichtathlet aktiv“, beschrieb Björn Borgmann bei der T-Shirt-Übergabe die Motivation für seine Spende. Wie sein ehemaliger Trainer verriet, war der Ronsdorfer Geschäftsmann im Schüler- und Jugendbereich ein sehr erfolgreicher Sprinter und Mehrkämpfer, unter anderem Landesmeister und Teilnehmer bei den Deutschen Schülermeisterschaften 1995.

*) Vom LCW durften sich Alexa Vogel, Karen Böhnke, Carolin Müller, Sylvia Korte und Nikolai Werner mit dem schicken Kreismeister-T-Shirt schmücken. Bei den Kreis-Crossmeisterschaften gewann Alexa Vogel den Einzeltitel bei der Jugend B und zusammen mit Sylvia Korte und Karen Böhnke auch den Mannschaftstitel. In der W 15 siegte Alexa Vogel bei den Kreismeisterschaften über 800 m in 2:28,88 Min. Den B-Jugend-Staffeltitel über 3 x 800 m holten sich Sylvia Korte, Carolin Müller und Karen Böhnke in 8:37,97 Min. Wir können stolz auf unsere jungen Damen sein!!! Nicht vergessen werden darf aber auch Nikolai Werner. Er sicherte sich den Titel mit der 3 x 1.000-m-Staffel der SG LA Wuppertal.

N.K.

Weihnachtsfeier Haus Sondermann (07.12.)

Unsere Weihnachtsfeier im Haus Sondermann fand wieder ein zufriedenstellendes Echo. Der große Saal im Haus Sondermann bot beste Voraussetzungen für eine gelungene Veranstaltung. Bei Live-Musik wurde bis gegen Mitternacht kräftig das Tanzbein geschwungen.

Der Vorstand konnte anschließend erleichtert aufatmen. Die Kosten für den Musiker lassen sich nicht aus der Portokasse bezahlen. Es ist deshalb wichtig, dass eine für unsere Verhältnisse recht große Veranstaltung von den Mitgliedern auch angenommen wird. Es sieht ganz so aus, als wenn unsere Weihnachtsfeier in dieser Form zur Tradition werden könnte.

Danken möchte ich Vera und Friedhelm Garze und auch Rainer Krüger für die liebevolle Vorbereitung.

Die Weihnachtsfeier bot den richtigen Rahmen, um zwei Mitglieder zu ehren, die in der abgelaufenen Saison durch sehr gute Leistungen von sich reden gemacht haben. Die Wahl des Vorstandes fiel ohne lange Diskussionen auf Veronika Scharbatke und Adolf Keller. Ihre Erfolge sprechen für sich:

Veronika Scharbatke (W 55): Platz 1 Nordrhein-Crossmeisterschaften
Platz 1 Nordrhein-Seniorenmeistersch. über 3.000 m in 12:44,71

Platz 7 Deutsche Halbmarathonmeisterschaften in 1:40:02 Std.
Platz 4 Deutsche 10-km-Straßenlaufmeistersch. in 44:41
Halbmarathon-Bestzeit: 1:38:45 (1.)
Marathon-Bestzeit: 3:29:25 (2.)

Adolf Keller (M 60): Platz 1 Westdeutsche Berglaufmeisterschaften
Platz 1 Westdeutsche 10.000-m-Meisterschaften in 40:53,07 Min.
Platz 1 Nordrhein-Seniorenmeisterschaften über 5.000 m in 19:48,18 Min.
Platz 1 Nordrhein-10-km-Straßenlaufmeisterschaften in 40:25 Min.
Platz 1 Westdeutsche Halbmarathonmeisterschaften in 1:25:42 Std.
Deutscher Feuerwehrmeister über 10 km auf der Straße in 39:28 Min.

Adolf Keller, Wolfgang Stein und Werner Beecker konnten ihre schon reichhaltige Pokalsammlung noch erweitern. Sie erhielten nämlich jeder einen weiteren Pokal als Anerkennung für ihren Mannschafts-Meistertitel M 60+ bei den Nordrheinmeisterschaften über 10 km auf der Straße in Eschweiler-Dürwiss.

Wir gratulieren Veronika, Adolf, Wolfgang und Werner auch noch einmal von dieser Stelle aus und wünschen ihnen für die Zukunft Gesundheit und weiterhin viele Erfolge.

Verzichtet haben wir auf eine besondere Ehrung von Werner Beecker, der in der vergangenen Saison 6 Titel bei Deutschen Meisterschaften abräumte (Cross, 3.000 m Halle, 1.500 m, 5.000 m, 10.000 m auf der Bahn, 10 km Straße). Ihm wird unser Oberbürgermeister bei der Sportmeisterehrung am 12. März im feierlichen Rahmen zu seinen Erfolgen gratulieren.

Startgemeinschaft seit Jahresbeginn mit Barmer TV und TV Friesen Wuppertal

Viele Vereine sind aufgrund des zurückgehenden Interesses am Wettkampfsport nicht mehr in der Lage, eine Staffel zu stellen oder an den Wettbewerben zur Deutschen Mannschaftsmeisterschaft teilzunehmen. Der Deutsche Leichtathletik-Verband hat sich deshalb im letzten Jahr zu einer Änderung der Wettkampfbestimmungen entschlossen. Für mindestens ein Jahr können maximal drei Vereine für eine beliebige Altersklasse eine Startgemeinschaft für Staffel- und Mannschaftswettbewerbe bilden.

2007 bildeten wir zusammen mit dem Barmer TV und dem Polizei-SV Wuppertal eine Startgemeinschaft. Für den ausgeschiedenen Polizei-SV Wuppertal haben wir 2008 den TV Friesen Wuppertal mit ins Boot geholt. Die PSVer, die sich insbesondere auf den Sprint konzentrieren, versuchen ihr Glück in diesem Jahr zusammen mit dem Solinger LC als SG Bergisches Team. Die Startgemeinschaft gilt nur für die männliche Jugend A + B. Für Nikolai Werner ist das eine gute Chance, in einer schlagkräftigen 3 x 1.000-m-Staffel an den Start gehen zu können. Alle Jugendlichen starten aber in den Einzelwettbewerben weiterhin für ihre jeweiligen Vereine. Bei der weiblichen Jugend hoffen wir, wieder eine eigene 3 x 800-Meter-Staffel aufstellen zu können.

Der Vorstand

Eurorun um den Wolfsberg in Kranenburg (21.10.07) - 10 km: 1. Jay Sauer (M 35, Cifla Nijwegen/NED) 33:27 ... 41. Werner Beecker (32) 44:28 (M 75/1.), 84. Harald Sohnius (35) 51:25 (M 70/1.) 125 Läufer + 39 Läuferinnen im Ziel. - amtlich vermessene Strecke -

Erst durch die Nordrhein-Senioren-Bestenliste bin auf den Eurorun in Kranenburg aufmerksam geworden. Harald lief in Kranenburg seine Jahres-Bestzeit über 10 km. Ich hatte ihn bis dahin mit einer schwächeren Zeit in unserer Vereins-Bestenliste geführt.

N.K.

Neusser Erftlauf (17.11.) - 5-km-Novesia-Runde: 1. Alexander Jasch (71/ Team-Running-Free) 16:14 ... M 70: 2. Harald Sohnius (35) 25:39 184 Läufer + Läuferinnen im Ziel.

Herbstlauf in Köln-Porz (17.11.): Starke 5-km-Zeiten unserer LCW-Schüler - G. Rüttinger

5 km: 1. Simon Hamann (86/ USC Bochum) 16:17 ... 17. Miles Gutbrod (97) 21:35 (M 10/1.), 19. Mats Gutbrod (94) 21:44 (M 13/2.), 34. Dominik Wendel (97) 25:15 (M 10/2.) 49 Läufer + 18 Läuferinnen im Ziel. - amtlich vermessene Strecke -

Für Miles Gutbrod hatten wir einen späten Zeitpunkt gewählt, damit er noch eine gute bestenlistenreife Zeit über 5 km für 2007 erreichen konnte. Nachdem Zweifel an der genauen Neuvermessung der Strecke beim Jüchtlauf in Düsseldorf aufgekommen waren, hatten wir Porz als Ziel für dieses Vorhaben auserkoren.

Eine Woche zuvor gewann er bereits beim Düsseldorfer Martinslauf über 2 km seine Altersklasse. In Porz setzte er seine Siegesserie fort. Mit 21:35 Min. lief er in der M 10 einen souveränen Sieg mit 3:40 Min. Vorsprung auf den Zweitplatzierten heraus. Damit dürfte er in der Kreis-Bestenliste ganz vorne liegen. Mein Tipp: Platz 1! Mit 9 Sekunden Abstand kam sein Bruder Mats als Zweiter der M 13 ins Ziel.

Dominik Wendel wurde bei seinem ersten 5-km-Lauf von seinem Vater begleitet. Allerdings zeigte sich Dominik zum Schluss stärker und setzte sich von seinem Vater ab. Als Zweiter der M 10 erreichte er glücklich das Ziel. Dominik startete diesen Lauf als Versuch. Seine Stärke liegt aber eindeutig auf den kürzeren Distanzen.

LCW-Cross- und Waldlauf „Rund um den Freudenberg (24.11.): Miles, David + Dominik gewinnen den Mannschaftspokal bei den C-Schülern - Norbert Korte

Unser Cross- und Waldlauf auf dem Freudenberg bot auch in diesem Jahr wieder spannende Wettkämpfe. Bevor es mit dem ersten Lauf der D-Schüler/innen gegen Mittag losging, gab es aber auch schon bei der Vorbereitung viel Spannung. Durch die krankheitsbedingte Abwesenheit der Platzwartin, Frau Glebe, bekamen wir doch mehr Probleme als uns lieb sein konnte. So schafften wir es nicht, die Mikrofonanlage in Betrieb zu nehmen. Die Wettkämpfe selbst liefen aber dann ohne Pannen ab.

Beim Crosslauf über 6,2 km verteidigte der FC Stoppenberg den von der AOK Gesundheitskasse gestifteten Wanderpokal, den Bergischen Schmied, erfolgreich. Die Essener gewannen allerdings nur denkbar knapp mit einem Punkt Vorsprung vor der SFD 75 Düsseldorf und der dann schon ziemlich abgeschlagenen LG Remscheid. Die LG, die zuletzt 2004 den Bergischen Schmied gewonnen hatte, trat neben Frank Holberg allerdings auch mit zwei Jugendlichen an. Wir konnten leider keine Mannschaft stellen. Sowohl Nikolai wie auch Jan-Philipp Werner fielen krankheitsbedingt aus. So blieb Rolf Werg und Hubert Hülskamp nichts anderes übrig, als das LCW-Fähnlein alleine hochzuhalten. Rolf Werg lieferte sich mit Jürgen Zilian von der LG Wuppertal ein interessantes Duell in der Altersklasse M 50 + älter. Am Schluss musste sich Rolf nur um eine Sekunde geschlagen geben.

An der Spitze liefen die ersten Vier schneller als der Vorjahressieger Volker Aegenheister (FC Stoppenberg), der sich diesmal nach einer längeren Verletzungspause mit Platz acht begnügen musste. Es siegte aber sein Vereinskamerad Ingo Burghardt (21:27) mit nur fünf Sekunden Vorsprung vor dem gerade erst der Jugendklasse entwachsenen Andreas Beulertz von der LG Hamm und Alexander Goßmann (21:47/ SFD 75 Düsseldorf). Ingo Burghardt wird in der Nordrhein-Bestenliste 2007 über die Halbmarathondistanz mit 1:13:07 Std. auf Platz 13, Alexander Goßmann mit 1:13:28 Std. auf Platz 18 geführt. Das zeigt, dass unser Crosslauf schon ein beachtliches Niveau aufwies. Wuppertaler Läufer konnten sich unter diesen Vorzeichen nicht ganz vorne behaupten. Bester war Paulos Arey von der LG Wuppertal in 23:43 Min. auf Platz 12 hinter dem früheren BTVer Frank Holberg von der LG Remscheid.

Bei den Senioren M 40/45 setzte sich Frank Schnabel vom TSV Solingen-Aufderhöhe als Gesamtsiebenter in hervorragenden 22:10 Min. durch. Sein ärgster Konkurrent, der von Solingen-Aufderhöhe zum VfB Remscheid gewechselte Günther Trust, musste wegen einer Muskelzerrung vorzeitig die Segel streichen.

Erstmals seit vielen Jahren durften sich auch wieder die Damen an der Crossstrecke versuchen. In einer knappen Spurtentscheidung setzte sich Bettina Treibert-Wiesner (Ohligser TV) mit drei Sekunden Vorsprung in 16:48 Min. gegen die Wuppertalerin Vanessa Clarenbach durch. Unsere LCWerin Martina Bauer freute sich nicht nur über ihren dritten Platz, sondern auch über den für sie unerwarteten kleinen Geldpreis. Bettina Treibert (Jahrgang 1961) ist eine bekannte Seniorenläuferin auf internationalem Niveau. In unserem Verbandsgebiet kann sie immer noch der wesentlich jüngeren Konkurrenz Paroli bieten. Über 3.000 m liegt sie in der von Sabrina Mockenhaupt angeführten Nordrhein-Bestenliste 2007 mit einer Zeit von 10:14,78 Min. auf Platz 4.

Nach dem Tiefpunkt im letzten Jahr gab es diesmal einen deutlichen Zuwachs bei der Teilnehmerzahl. Insgesamt gesehen konnte das Interesse an unserem Cross- und Waldlauf aber nicht befriedigen. Die Teilnehmerzahl fiel unter 200. Das ist zu wenig zum Leben und zuviel zum Sterben. Überlegungen, unsere Veranstaltung 2008 auslaufen zu lassen, wollen wir aber trotzdem vorerst nicht weiterverfolgen. Es fehlten uns diesmal wegen eines Trainerwechsels die mehr 30 Läuferinnen und Läufer der Kanu-Sportgemeinschaft. Wir hoffen, dass sie im nächsten Jahr wieder dabei sind.

Den diesmal um eine Runde verlängerten Waldlauf über nunmehr 9.810 m gewann Marcel Dominik Lange vom Remscheider SV. Er blieb mit 36:51 Min. als Einziger unter 37:00 Min. Die Plätze zwei und drei sicherten sich mit Marc Walter und Markus Held zwei Wuppertaler ohne Vereinszugehörigkeit. Als ältester Teilnehmer konnte sich Ernst Reiteleit (Jahrgang 1931) feiern lassen. Mit seiner Zeit von 54:55 Min. ließ er noch einige wesentlich jüngere Läufer hinter sich. Mit dabei war auch Peter Hartwig (Platz 2 in der M 65 in 47:12 Min.), der als Vorsitzender des städt. Sportausschusses seine Vorbildfunktion voll und ganz erfüllte.

Bei den Damen setzte sich erneut Irina Kretschmann (LG Wuppertal) durch. Mit 43:17 Min. gewann sie deutlich vor der unverwüstlichen Conny Kronenberg (44:44/ LCK Ronsdorf), die allerdings auch schon der Altersklasse W 50 angehört.

Bei den Schülerwettbewerben gab es einen Dreifachtriumph des LCW. Die M 10 gewann Miles Gutbrod in 4:27 Min. für die 1,2 km lange Strecke vor David Ibe und Dominik Wendel. Klar, dass ihnen unter diesen Vorzeichen auch den Mannschaftstitel bei den C-Schülern (M 10/M 11) nicht zu nehmen war. Die SFD 75 Düsseldorf stellte zwar mit Steffen Oster in 4:25 Min. in diesem Rennen den Sieger, seine beiden Vereinskameraden konnten jedoch mit dem LCW-Trio nicht ganz mithalten. Erfreulich auch, dass die 2. LCW-Mannschaft Platz 3 belegte.

Gut sahen auch in ihren Altersklassen Janis Bauer (Platz 3 in der M 13), Mats Gutbrod (Platz 4 in der M 13) und David Stein (Platz 2 in der M 15 aus).

In der Mannschaftswertung der weiblichen Jugend A/B fiel der LCW-Crew mit Carolin Müller, Karen Böhnke und unserer finnischen Austauschschülerin Ida Rinne zwangsläufig der Mannschaftspokal zu, da der SFD 75 Düsseldorf diesmal nur zwei Läuferinnen ins Rennen schickte, die aber ihre Klasse jeweils gewannen.

Den Löwenanteil an ersten Plätzen sicherte sich der SFD 75 Düsseldorf, der acht Altersklassen in den Schüler- und Jugendwettbewerben für sich entschied und mit 30 Teilnehmern auch die größte Gruppe stellte.

Neben einer Urkunde konnte jeder Läufer und jede Läuferin auch noch ein Sportgetränk mit dem

für mich bisher noch unbekannt Namen CAPS in Empfang nehmen. Das nicht schlecht schmeckende Getränk ist uns vom Hersteller kostenlos zur Verfügung gestellt worden. Eine feine Sache für uns! Glaubt man den Angaben des Herstellers, dann führt CAPS zu einer länger anhaltenden Ausdauer. Wer beim Marathonlauf auf den letzten Kilometern noch überholt wird, weiß also künftig warum.

1,2 km Schüler/innen D: 1. Samuel Stockhausen (99/ ohne Verein) 4:53 ... 7. Lars Matti Loepke (00) 7:02 (M 8/5.), Luis Böhm (99) 7:10 (M 8/6.) 8 Läufer + 7 Läuferinnen im Ziel.

1,2 km Schüler C: 1. Steffen Oster (96/ SFD 75 Düsseldorf) 4:25 ... 3. Miles Gutbrod (97) 4:27 (M 10/1.), 4. David Ibe (97) 4:49 (M 10/2.), 5. Dominik Wendel (97) 4:50 (M 10/3.), 10. Julian Post (97) 5:13 (M 10/7.), 13. Fabius Loepke (96) 5:24 (M 11/4.), 16. Sven Roser (97) 5:39 (M 10/11.) 16 Läufer im Ziel.

1,2 km Schülerinnen C: 1. Leonie Röder (97/ SFD 75 Düsseldorf) 4:25 ... 11. Niki Gutbrod (96) 5:37 (W 11/5.) 13 Läuferinnen im Ziel.

1,9 km Schülerinnen A + B, weibl. Jugend A + B: 1. Franziska Zahlten (92/ SFD 75 Düsseldorf) 7:29 ... 9. Carolin Müller (90) 7:53 (WJB/3.), 14. Karen Böhnke (91) 8:37, 15. Ida Rinne (91) 8:42 20 Läuferinnen im Ziel.

1,9 km Schüler A + B: 1. Lukas Löhr (92/ SG Langenfeld) 6:52 ... 10. David Stein (92) 7:37 (M 15/2.), 13. Janis Bauer (94) 7:47 (M 13/3.), 14. Mats Gutbrod (94) 7:48 (M 13/ 4.), 25. Kai Schreglmann (95) 13:19 (12/8.) 25 Läufer im Ziel.

Mannschaftswertung Schüler B: 1. SFD 75 Düsseldorf 7 Pkte. ... 3. LCW (J. Bauer, M. Gutbrod, K. Schreglmann) 37 Pkte.

6,2 km Crosslauf Männer, männl. Jugend A + B: 1. Ingo Burghardt (73/ FC Stoppenberg) 21:27 ... 25. Rolf Werg (56) 25:19 (M 50+/2.), 33. Hubert Hülskamp (58) 27:41 (M 40-45/7.) 39 Läufer im Ziel

4,1 km Crosslauf Frauen: 1. Bettina Treibert-Wiesner (61/ Ohligser TV) 16:48 ... 3. Martina Bauer (64) 19:59 (W 40-45/2.) 5 Läuferinnen im Ziel.

9,8 km Waldlauf: 1. Marcel Dominik Lange (65/ Remscheider SV) 36:51 (M 40/1.) ... 42. Dirk Werner (52) 49:16 (M 55/5.), 51. Hans-Jürgen Wehr (62) 61:07 51 Läufer + 6 Läuferinnen im Ziel.

Herdecker Nikolauslauf über 9,6 km am Hengsteysee (01.12.): 1. Roland Steinmetz (76/ USC Bochum) 32:35 ... 149. Werner Beecker (32) 42:51 (M 70/1.), 424. Harald Sohnius (35) 51:28 (M 70/2.) 673 Läufer + 407 Läuferinnen im Ziel. Nur ein Lauf, keine Chip-Zeitmessung!

Adventslauf in Wegberg (02.12.) - 5 km: 1. Carl Siemens (92/ SC Myhl LA) 16:29 ... Werner Beecker (32) 21:43 (M 75/1.), Harald Sohnius (35) 26:00 (M 70/1.) - amtlich vermessene Strecke

Helga Rother startete am 9. Dez. beim Honolulu-Marathon. Mit ihrer Zeit von 4:55:29 Std. belegte sie Platz 9 unter 180 Frauen der Altersklasse W 65.

Wittener Weihnachtslauf (09.12.): Die WZ berichtete von dem schnellen Brüderpaar Mats + Miles Gutbrod – Georg Rüttinger

Zum 17. Wittener Weihnachtslauf traten bei herrlichem Winterwetter über 1.000 Teilnehmer an, darunter 9 LCW-Läuferinnen und -läufer, die sehr gute Platzierungen erreichten.

Beim 2-km-Lauf der Schüler A - C war Mats Gutbrod als Zweiter bei den B-Schülern in 6:30 Min. schnellster LCWer. Mats hat sich seit dem Herbst kontinuierlich verbessert. Man darf gespannt

sein, wie er sich in der kommenden Saison entwickelt. Knapp dahinter kam sein jüngerer Bruder Miles in 6:32 Min. ins Ziel. Er siegte bei den C-Schülern mit großem Vorsprung vor seinem Vereinskameraden David Ibe. Weit abgeschlagen auf Platz 4 landete diesmal Bruno Steffen vom Veranstalter PV-Triathlon Witten, gegen den Miles im letzten Jahr den Endspurt um Platz 1 noch knapp verloren hatte.

Beim abschließenden 10-km-Lauf schickte Mark Warnecke, vielfacher Schwimm-Welt- und -Europameister, das Läuferfeld pünktlich um 11.30 Uhr zu einem spannenden Rennen auf die Strecke. Von Anfang an übernahmen vier Wattenscheider Eliteläufer die Führung. Zum Ende des Laufes setzten sich Christian Glatting und Christoph Lohse ab und lieferten sich ein packendes Finish. Die offizielle Uhr blieb für beide Läufer nach 32:08 Min. stehen. Nur durch den Läuferchip, der die persönliche Nettozeit misst, sicherte sich Christian Glatting eine Sekunde Vorsprung.

Werner Beecker hatte auch in Witten die Nase vorn und gewann die M 75 souverän in 46:24 Min. – eine Zeit, die manch Jüngerem großen Respekt abnötigte und ihm bei der Siegerehrung Ovationen der übrigen Läuferinnen und Läufer bescherte.

2 km Schüler A - C: 1. Philip Breitmoser (PV-Triathlon Witten) 5:56 (A-Sch.) ... 7. Mats Gutbrod (94) 6:30 (B-Sch./2.), 10. Miles Gutbrod (97) 6:32 (C-Sch./1.), 16. David Ibe (97) 6:43 (C-Sch./2.), 126. Julian Post (97) 8:52 (C-Sch./ 52.), 128. Fabius Loepke (96) 8:55 (C-Sch./53.) 215 Läufer im Ziel.

2 km Schülerinnen A - C: 1. Mandy Schmidt (AMG) 7:09 (A-Sch.) ... 21. Niki Gutbrod (96) 8:05 (C-Sch./10.) 204 Läuferinnen im Ziel.

1 km Schüler D + jünger: 1. Frederico Kiffmeier (98/ TuS Ende) 3:51 .. 42. Lars Matti Loepke (00) 5:29 (M 7/8.) 52 Läufer + 43 Läuferinnen im Ziel.

10 km Männer: 1. Christian Glatting (86/ TV Wattenscheid) 32:08 ... 94. Werner Beecker (32) 46:24 (M 75/1.) - nur Netto-Zeiten - 218 Läufer im Ziel.

10 km Frauen: 1. Birte Bultmann (74/ TV Wattenscheid) 35:39 ... 20. Veronika Scharbatke (50) 48:52 - nur Netto-Zeiten - 58 Läuferinnen im Ziel.

Veronika Scharbatke hatte schweren Herzens wegen einer Fußverletzung auf die Teilnahme am Köln-Marathon verzichten müssen. Erst jetzt in Witten konnte sie wieder zu einem Wettkampf antreten. Trotzdem war sie nach dem Rennen mit ihrer Zeit von knapp unter 49 Min. ganz und gar nicht zufrieden. Sie hatte mehr erwartet. Die Strecke ist aber etwas mehr als 10 km lang und die sechsmal zu bewältigende Steigung kostet auch Zeit. Vor diesem Hintergrund verflog dann im Nachhinein doch noch ihr Ärger.

N.K.

Herner Silvesterlauf (31.12.): Volker Heinrichs lässt in der M 60 zehn Konkurrenten hinter sich und wird Dritter - Norbert Korte

10 km Männer, männl. Jugend A + B, Schüler

1. Steffen Uliczka (84) SG TSV Kronshagen/Kieler TB	30:28	
82. Hubert Hülskamp (58)	M 45/ 13.	41:39
93. Danilo Marzo (57)	M 50/ 5.	42:21
113. Andreas Brück (58)	M 45/ 19.	43:02
152. Rainer Krüger (62)	M 45/ 26.	45:00
157. Friedhelm Garze (48)	M 55/ 6.	45:12
219. Walter Hümpfner (59)	M 45/ 37.	47:30
235. Wolfgang Senkler (55)	M 50/ 15.	48:08
268. Volker Heinrichs (44)	M 60/ 3.	49:15
537. Thomas Happe (65)	M 40/114.	62:05

572 Läufer im Ziel.

10 km Frauen, weibl. Jugend A + B, Schülerinnen

1. Felicitas Vielhaber (82)	TUSEM Essen	37:53	
38. Cordula Hümpfner (81)	W 45/ 6.	52:04	
42. Birgit Black (54)	W 50/ 6.	52:21	
119. Miriam Hommelsheim (81)	W 20/ 19.	62:18	
124. Gabi Krüger (63)	W 40/ 25.	62:57	
125. Petra Heiker (55)	W 50/ 14.	62:57	163 Läuferinnen im Ziel

5 km: 1. Tobias Severin (75/ LC Bunert Duisburg) 16:30 ... 84. Hans Wieczorrek (30) 30:30 (M 75/1.) 89 Läufer + 62 Läuferinnen im Ziel.

Der Herner Silvesterlauf hat sich zu einer echten Großveranstaltung gemausert. Ich kann mich noch gut an die Zeit erinnern, als Herne noch als Geheimtipp galt. Aber neben Masse steht Herne auch für Klasse. Ob dafür die Siegprämien zwischen 25 und 500 Euro für die sechs Schnellsten ausreichen, wage ich allerdings zu bezweifeln. Da mussten sicherlich auch noch „saftige“ Antrittsprämien gezahlt werden. Mit Steffen Uliczka gewann nach deutschen Maßstäben nämlich ein Hochkaräter. Uliczka steht in der DLV-Bestenliste 2007 über 5.000 m auf Platz 4 (13:59,66) und über 3.000-m-Hindernis sogar auf Platz 2 (8:32,79). Seine schärfsten Konkurrenten Manuel Meyer und Hendrik Bollmann, beide vom TV Wattenscheid, liefen 30:46 bzw. 31:08 Min. In der DLV-Bestenliste 2007 für den 10-km-Straßenlauf sind sie als Achte (Meyer) bzw. 19. (Bollmann) verzeichnet. Der Duisburger Karsten Kruck, der in den letzten Jahren schon so manchen Volks- oder Straßenlauf gewonnen hat, musste sich klar abgeschlagen mit dem 4. Platz begnügen.

Remscheider Silvesterlauf über 14 km (31.12.): Nicht alle wollten nach Herne!

1. Daniel Schmidt (86/ Sana-Klinikum Remscheid) 48:50,3 ... 58. Andreas Black (59) 1:04:13,8 (M 40+/37.), 90. Jörg Hanisch (75) 1:08:40,7, 117. Kai Koslowski (69) 1:11:16,2 208 Läufer + 31 Läuferinnen im Ziel.

Anspruchsvolle landschaftlich sehr schöne Wendepunktstrecke auf befestigten Waldwegen unterhalb des Stadions Reinshagen und der Müngstener Brücke.

Silvesterlauf in Wegberg (31.12.) - 5 km: 1. Fabian Dichans (82/ ASV Köln) 16:22 ... 61. Werner Beecker (32) 21:00 (M75/1.), 112. Harald Sohnius (35) 25:38 (M 70/1.) 236 Läuferinnen + Läufer im Ziel. - amtlich vermessene Strecke -

Sylvesterlauf in Pfalzdorf (31.12.): Adolf Keller ungewohnter Dritter!

10 km (3 Runden): 1. Andreas Gerrits (80/ Aachener TG) 31:54,2 ... 71. Adolf Keller (44) 40:49,6 (M 60/3.) 796 Läufer + 200 Läuferinnen im Ziel. - amtlich vermessene Strecke -

Aus der Internetseite des Veranstalters: Es war wieder eine unbeschreibliche Atmosphäre bei uns in Pfalzdorf. Der 21. Sylvesterlauf hat wieder alle Rekorde purzeln lassen. Wann nimmt das ein Ende? Weit über 3.000 Meldungen zu unseren Läufen, eine gewaltige Zahl an Zuschauern entlang der Strecke. Es schien als ist ganz Pfalzdorf auf den Beinen. So macht die Organisation einer solchen Großveranstaltung Freude.

Nur schade, dass es bis zum nächsten Lauf noch so lange hin ist. Wir, das Organisationsteam bedanken uns bei allen, die mitgewirkt haben und freuen uns schon jetzt auf den Lauf 2008. ...

Norbert Korte: Auf dem Rückweg von einem Ausflug nach Holland wollte Adolf Keller das Jahr beim Pfalzdorfer Silvesterlauf, einem Stadtteil von Goch, ruhig ausklingen lassen. Als er aber seinen stärksten Altersklassen-Konkurrenten aus unserem Kreis, Bernd Kreisel von der SG Mon-

heim, sichtete, war es mit der Ruhe vorbei. Von ihm wollte er sich keineswegs so einfach abhängen lassen. Neben Bernd Kreisel musste sich Adolf Keller mit weiteren 43 Konkurrenten seiner Altersklasse auseinandersetzen, einer Zahl, bei der man schon nervös werden kann. Schließlich wollte Adolf nicht im geschlagenen Feld enden. Er riss sich also zusammen und schaffte trotz eines in den letzten Wochen deutlich verringerten Trainingsumfangs beachtliche 40:49,6 Min. Diesem Tempo konnte Bernd Kreisel nichts Gleichwertiges entgegensetzen. Mit 41:40,7 Min. blieb er fast eine Minute zurück. Anderswo gewinnt man die AK M 60 mit einer Zeit unter 41:00 Min meistens mit deutlichem Vorsprung. Nicht so in Pfalzdorf. Zwei drei Jahre jüngere Holländer liefen unter 39:00 bzw. unter 40:00 Min. Das sind schon absolute Spitzenzeiten!

Ratinger Neujahrslauf (06.01.08): Veronika Scharbatke und Werner Beecker wieder mit guten Zeiten

10 km Männer: 1. Carsten Eich (70/ Rhein-Ruhr Marathon Düsseldorf) 32:09 ... 137. Werner Beecker (32) 43:09 (M 75/1.) - nur Netto-Zeiten - 690 Läufer im Ziel.

10 km Frauen: 1. Sonja Oberem (73/ Rhein-Ruhr Marathon Düsseldorf) 35:45 ... 26. Veronika Scharbatke (50) 46:37 (W 55/1.) nur Netto-Zeiten - 185 Läuferinnen im Ziel.

- amtlich vermessene Strecke - Ergebnis aus 2 Läufen (unter/ über 50:00 Min.)

Wir hier in Wuppertal beklagen uns häufig über die unserer Meinung nach nicht ausreichende Leichtathletik-Berichterstattung in der örtlichen Presse. In Ratingen sieht das aber noch ganz anders aus. Dem Vorsitzenden der LG Ratingen, die den Neujahrslauf organisiert, ist jetzt der Kragen geplatzt. Er hat seinem Unmut auf der Internetseite seines Vereins jetzt freien Lauf gelassen. Den Artikel kann sich die Lokalredaktion der Rheinischen Post hinter den Spiegel stecken. Dabei geht es gar nicht um eine nicht ausreichende, sondern um die aktuell total negative Berichterstattung über den Ratinger Neujahrslauf, die das Fass bei der LG Ratingen endgültig zum Überlaufen gebracht hat. Da sind wir in Wuppertal doch weit besser dran. Die WZ äußert sich über unsere Veranstaltungen eigentlich immer positiv. Damit alle Echo-Leserinnen und -leser einen Eindruck bekommen, wie es in Ratingen zugeht, veröffentlichen wir hier diesen Artikel.

Norbert Korte

Gut gelaufen – schlecht geschrieben!

Liebe Freunde des Ratinger Neujahrslaufes. ... Wir können mit der Durchführung und dem Ablauf zufrieden sein. Besonders erfreulich war sicher die Ein- und Durchführung des Bambini-Laufes, jedoch auch die anderen Läufe waren von der Abwicklung erfolgreich, spannend und qualitativ wie quantitativ gut besetzt.

Der Unglücksfall (Herzstillstand eines Athleten des TV Ratingen) ging gottlob, auch Dank unserer funktionierenden Rettungskette glimpflich aus und wir wünschen dem Patienten weiterhin gute Genesung.

Ja, es hat auch Pannen gegeben, das ist völlig unbestritten. Wenn man gleichwohl bedenkt, dass diese Großveranstaltung ausschließlich von ehrenamtlichen Kräften organisiert wird, waren diese „Schwächen“ verschwindend gering.

Es gab Einzelfälle, bei denen die Erfassung nicht funktioniert hat und es gab eine Gruppe – auch gerade noch die gute Laufgruppe des TuS Breitscheid – die von unserem Partner *devengo*-Zeitmahne dem falschen Lauf zugeordnet wurde und die beiden Hauptläufe konnten dann nicht sofort zusammen ausgewertet werden. Das hat zu Verzögerungen bei der Auswertung geführt, die wir bedauern.

Diesen Umstand hat eine Ratinger Lokal-Redaktion (Rheinische Post) und ihr unsäglicher „Redakteur“ Schulze genutzt, den gesamten Lauf „niederzuschreiben“. Gleichwohl er nur kurz an der

Strecke war (er musste seine bevorzugten Fußballer ansehen und da war eine der wenigen Großveranstaltungen in Ratingen nicht so wichtig) hat er Chaos um die Zeitmessung, eine fehlerhafte Auswertung und letztlich ein „Desaster“ des gesamten „verpatzten“ Jubiläumslaufes ausgemacht.

Bereits in der Vorberichterstattung hat dieser – seit den 80er Jahren auf dem gleichen Stuhl festgenagelte – „Lokal-Sport-Redakteur“ die LG Ratingen als „geldgeilen“ Verein ausgemacht, der gar „Hächer“ braucht, um an ein paar Euro Pfand für die Transponder zu kommen. Auch dabei war er – wie meistens – desinformiert, ebenso wie in seiner Bewertung der gesamten Veranstaltung. Die Fokussierung auf die Einnahmen, der gehässige „Kommentar“ („Hauptsache, die Kasse stimmt“) und unserem Sponsor Sparkasse unseriöse Information zu unterstellen, waren geradezu lächerlich.

Pikant ist dabei, dass die RP sich dabei als Sponsor ausgibt und „verschnupft“ war, dass wir nach der vorjährigen Berichterstattung des Schulze – da hatte er bereits unsere Badminton-Abteilung mit einer Thekenmannschaft verglichen – in diesem Jahr auf die Gestellung der Bühne durch diese Zeitung verzichtet hatten.

Trotzdem haben wir – als Gegenleistung erhielten wir ein paar Fußbälle!! Und 5 Handtücher für die Tombola und *eben eine negative Vorberichterstattung!!* – Bandenwerbung und einen Werbebandstand an exponierter Stelle am Markt zugelassen, wofür andere Sponsoren viel Geld oder Sachleistungen gaben. Das wird – abgesehen von der negativen Berichterstattung – sicher nicht mehr geschehen!

Wir können leider gegen diese Art der „Berichterstattung“ nichts tun, wollen es auch nicht, weil jeder öffentliche Kommentar dazu ins Leere führt und diese Art des „Journalismus“ verstärkt. Wir müssen mit dieser gezielten Diffamierung und Abqualifizierung versuchen umzugehen, uns weiter motivieren.

Solche „Redakteure“ sind – in diesen wenigen Situationen – auch endlich einmal wichtig – aber sie beschädigen gezielt. Dass sie damit 100 ehrenamtlich hart arbeitende Ratinger Menschen, die mit viel Herzblut bei der Sache waren und sicher weiter sind, mitten ins Herz treffen, spielt bei deren Desinformationen und gezielten Negationen keine Rolle!

Mund abputzen – weitermachen! WIR SIND RICHTIG GUT! DANKE DAFÜR!

Ihr/Euer Frank Schmitz – 1. Vorsitzender

„Rund um die Anger“ in Duisburg-Huckingen (12.01.): Danilo Marzo und Jörg Hanisch laufen persönliche Bestzeit! – Rainer Krüger

Am 12. Jan. fand der erste Vereinslauf des Jahres statt. Für den LCW war diese Veranstaltung, die bei guten äußeren Bedingungen ablief, besonders erfolgreich. Gleich sieben Treppchenplätze konnten wir für uns verbuchen.

Um 14.45 Uhr starteten die Läufer/innen mit 5 Min. Verspätung auf der gegenüber dem Vorjahr etwas veränderten 5-km-Strecke. Adolf Keller (20:14) und Harald Sohnius (26:13) kamen als Sieger ihrer Altersklasse ins Ziel. Ich glaube, das ist ein schönes Ergebnis, wenn auch beide mit der erreichten Zeit nicht zufrieden waren.

Um 15.20 Uhr wurden die 10-km-Läufer/innen - ebenfalls mit 5 Minuten - auf die Reise geschickt. Den ersten Kilometer lief ich mit Vero. Der war natürlich ein bisschen schnell. Vero reagierte und verringerte ihr Tempo ein wenig, sodass ich zunächst alleine weiter lief. Doch dann schloss auch schon Jörg Hanisch auf. Ich hoffte, sein Tempo mitgehen zu können, doch nach der

3-km-Marke war Schluss mit lustig. Ich konnte Jörg nicht mehr folgen. Ich lief nun mein eigenes Tempo und versuchte, schneller zu laufen als in Herne, was mir auch gelang.

Als erster LCWer kam Hubert Hülskamp in 41:36 Min. als Zweiter seiner neuen Altersklasse M 50 ins Ziel. Ihm folgte Danilo Marzo als Dritter in der persönlichen Bestzeit von 42:03 Min.

Als erster LCWer kam Hubert Hülskamp in 41:36 Min. als Zweiter seiner Altersklasse ins Ziel. Ihm folgte Danilo Marzo in persönlicher Bestzeit von 42:03 Min. als Dritter. Jörg Hanisch hatte einen sehr guten Tag erwischt und blieb mit 43:18 Min. ebenfalls deutlich unter seiner bisherigen persönlichen Bestzeit.

Vero Scharbatke kam nach 46:16 Min. als erste ihrer Altersklasse ins Ziel. Sie war damit über eine Minute schneller als im Vorjahr. Ebenfalls aufs Treppchen kamen Cordula Hümpfner und unser neues Vereinsmitglied Miriam Hommelsheim. Herzlichen Glückwunsch allen.

5 km Frauen, weibl. Jugend A + B (1 kleine + 1 große Runde): 1. Sonja Beba (88/ Rumelner TV) ... 18. Petra Heiker (55) 30:19 (W 50/4.) 26 Läuferinnen im Ziel.

5 km Männer, männl. Jugend A + B: 1. Magnus Kreth (76/ ASV Duisburg) 16:32 ... 23. Adolf Keller (44) 20:14 (M60/1.), 54. Harald Sohnius (35) 26:13 (M 70/1.), 58. Thomas Happe (65) 26:41 (M 40/8.) 76 Läufer im Ziel.

10 km Männer (3 große Runden): 1. Tobias Jazbec (81/ ASV Duisburg) 33:21 ... 31. Hubert Hülskamp (58) 41:36 (M 50/2.), 35. Danilo Marzo (57) 42:03 (M 50/3.), 40. Jörg Hanisch (75) 43:18 (M 30/4.), 45. Rainer Krüger (62) 44:31 (M 45/11.), 59. Jörg Kayser (66) 46:39 (M 40/18.). 67. Walter Hümpfner (59) 47:56 (M 45/15.), 73. Wolfgang Senkler (55) 48:29 (M 50/6.) 94 Läufer im Ziel.

10 km Frauen: 1. Lisa Müller (85/ ASV Duisburg) 38:45 ... 5. Veronika Scharbatke (50) 46:16 (W 55/1.), 11. Cordula Hümpfner (61) 54:07 (W 45/3.), 18. Gabi Krüger (63) 59:38 (W 45/4.), 21. Miriam Hommelsheim (81) 62:13 (W 20/3.) 22 Läuferinnen im Ziel.

Die exakt vermessene Strecke führte entlang der Anger und durch die Auen des Bruchgrabens. Da die Veranstaltung nur als Volkslauf und nicht auch als Straßenlauf beim Verband angemeldet wurde, können die gelaufenen Zeiten nicht für die Bestenlisten gewertet werden.

N.K.

1. Lauf der Westdeutschen Waldlaufserie des TuSEM Essen (19.01.): Aufgeweichte „Sandpiste“ und gleichzeitig Kreismeisterschaften waren die „größten Konkurrenten“ - Georg Rüttinger

1,1 km Schüler/innen D: 1. Till Grommisch (99/ LAV Essen) 4:27 ... 16. Deniz Olympos (00) 6:24 (M 8/5.) 17 Läufer + 20 Läuferinnen im Ziel.

1,1 km Schüler/innen C: 1. Jonas Wecking (97/ TLV Germania Überrauch) 4:08 ... 3. Miles Gutbrod (97) 4:14 (M 11/3.), 8. Dominik Wendel (97) 4:31 (M 11/6.), 13. David Ibe (97) 4:35 (M 11/9.) 33 Läufer + 25 Läuferinnen im Ziel.

1,1 km Schülerinnen B: 1. Ines Zimmermann (95/ TuSEM Essen) 3:57 ... 22. Niki Gutbrod (96) 5:15 (W 12/9.) 27 Läuferinnen + 23 Läufer im Ziel.

1,5 km Schüler/innen A: 1. Frederik Heitmüller (93/ TSV Vikt. Mülheim) 4:52 ... 11. Mats Gutbrod (94) 5:59 (M 14/5.), 12. Marius Groß (94) 6:01 (M 14/6.) 14 Läufer + 11 Läuferinnen im Ziel.

10,2 km: 1. Marc-André Ocklenburg (85/ Ayyo Team Essen) 33:02 ... 49. Hubert Hülskamp (58) 42:59 (M 50/4.) 129 Läufer + Läuferinnen im Ziel.

Starke Regenfälle erschwerten das Laufen auf der neu mit Sand aufgefüllten Strecke. Durch die gleichzeitig ausgetragenen Kreismeisterschaften mussten sich besonders unsere Schüler gegen starke Konkurrenz behaupten. Die beste Platzierung konnte Miles Gutbrod mit dem 3. Platz in der

M 11 über 1,1 km erreichen. Vor ihm zwei starke Läufer vom TLV Germania Überrauch, die um den Kreismeistertitel kämpften. Schließlich gewann Jonas Wecking in 4:08 Min. mit 6 Sekunden Vorsprung vor Miles. Dominik Wendel und David Ibe folgten auf den Plätzen 6 + 9.

In der M 8 kämpfte in seinem ersten Wettkampf Deniz Olympos (demnächst namentlich unter Deniz Bal) um eine gute Platzierung. Auf Anhieb schaffte er einen guten 5. Platz.

1. Lauf der Winterlaufserie des GSV Porz (20.01.): Miles Gutbrod im Krankenhaus

10 km: 1. Tanja Ortega-Sawal (68/ Essen) 39:58 ... 23. Veronika Scharbatke (50) 47:19 (W 55/1.)
121 Läuferinnen + 443 Läufer im Ziel.

1 km Schüler 8 J. + jünger: 1. Leonard Höpner (00/ Don Bosco Grundschule Porz) 4:29 ... 25. Lars Matti Loepke (00) 5:42 (M 8/19.) 5:42 46 Läufer + 27 Läuferinnen im Ziel.

1 km M 9 - M 15: 1. Fabian Knorr (94/ LC Euskirchen) 3:01 ... 4. Mats Gutbrod (94) 3:36 (M 14/2.), 7. Dominik Wendel (97) 3:53 (M 11/1.), 97. Fabius Loepke (96) 6:58 (M 12/10.)
100 Läufer im Ziel.

1 km Schülerinnen W 9 - W 15: 1. Maria Feldwisch (96/ TV Refrath) 3:41 ... 13. Niki Gutbrod (96) 4:22 (W 12/5.) 63 Läuferinnen im Ziel.

Miles Gutbrod musste schweren Herzens aus gesundheitlichen Gründen auf einen Start verzichten. Er kam noch am gleichen Tag ins Krankenhaus. Bereits nach wenigen Tagen ging es ihm aber wieder deutlich besser. Es handelt sich wohl um eine Lebensmittelallergie. Für Miles ist es eine große Strafe, wenn er nicht trainieren kann. Er ist immer mit Feuereifer dabei und macht seinem Trainer Georg Rüttinger viel Freude.

N.K.

Crosslauf in Düsseldorf-Grafenberg (26.01.): Keine bessere Platzierung für Hubert Hülkamp in der höheren Altersklasse

14 km: 1. Sebastian Franke (74/ TV Angermund) 48:50 ... 25. Hubert Hülkamp (58) 61:14 (M 50/5.) 114 Läufer + 16 Läuferinnen im Ziel.

2 Runden nur über Waldwege mit einigen Steigungen durch den Grafenberger Wald.

Zumindest in Düsseldorf wurde es für Hubert Hülkamp nicht leichter in seiner neuen Altersklasse M 50. Trotz einer Platzierung im ersten Viertel des Feldes musste er sich in der stark besetzten M 50 mit Platz 5 begnügen. In der M 45 hätte es ebenfalls noch zu Platz 5 gereicht.

N.K.

Winterlauf in Wegberg (27.01.): Dreimal gewonnen, trotzdem kein Seriensieger!

10 km: 1. Sven Imhoff (79/ Mönchengladbacher LG) 34:10 ... 145. Harald Sohnius (35) 53:34 (M 70/1.) 184 Läufer + 53 Läuferinnen im Ziel. - amtlich vermessene Strecke -

Harald Sohnius gewann bei den drei Läufen der Wegberger Winterlaufserie (5 - 5 + 10 km) immer seine Altersklasse M 70. Am Ende konnte sich aber trotzdem Johannes Wagner vom Lauffreff Bellerühle als Seriensieger feiern lassen. Da muss doch bei der Auswertung ein Fehler unterlaufen sein! Des Rätsels Lösung: Johannes Wagner, Jahrgang 1938, gehörte 2007 noch der Altersklasse M 65 an und stieg erst in diesem Jahr in die M 70 auf. Er büßte zwar im letzten Lauf über 10 km mehr als eine Minute auf Harald ein, in den beiden Läufen zuvor im Dezember über 5 km ließ er Harald aber jeweils deutlich hinter sich. Die Wertung ist sicherlich formal korrekt, hinterlässt aber einen faden Beigeschmack.

Werner Beecker wäre der Seriensieger in der M 75 nicht zu nehmen gewesen. Wegen einer Muskelverhärtung musste er aber auf einen Start verzichten.

N.K.

Crosslauf in Grevenbroich-Neukirchen (02.02):

Für den Anfang lief es schon wieder ganz gut - Norbert Korte

Volkscross über 6,8 km (4 Runden): 1. Marcel Bischoff (87/ Aachener TG) 26:07 ... 45. Norbert Korte (50) 34:57 (M 55/4.) 74 Läufer + 11 Läuferinnen im Ziel.

Nachdem alle Wettbewerbe mit zum Teil hochkarätiger Besetzung über die Bühne gegangen waren, kamen wir Volksläufer dran. Die vielen Läuferbeine und der Schnee in der Nacht hatten tiefe Spuren auf der durch das Stadiongelände führenden Strecke hinterlassen. Von der weißen Pracht war zwar weit und breit nichts mehr zu sehen, dafür durften wir aber durch stellenweise ganz schön dicken Matsch waten. Meine Schuhe ähnelten nach dem Lauf doch sehr stark einem Lehmklumpen. Nur gut, dass ich meine längsten Nägel in die Spikes eingeschraubt hatte. Wer sich mit normalen Laufschuhen auf die Strecke wagte, stand von vornherein auf ziemlich verlorenem Posten.

Ich wollte den Lauf in Neukirchen als Test für die eine Woche später stattfindenden Nordrhein-Crossmeisterschaften in Dormagen-Straberg nutzen. Nach der langen Wettkampfpause lief es eigentlich bei mir für den Anfang ganz gut. Ich bin deshalb zuversichtlich, mich in Straberg in unserer M 50-/M 55er-Mannschaft behaupten zu können, auch wenn Hubert Hülskamp, Danilo Marzo, Andreas Brück und Wolfgang Senkler sicherlich sehr starke Gegner sind. Es wird auf jeden Fall spannend.

Hinter dem Sieger Marcel Bischoff lief übrigens mit rd. einer ½ Minute Rückstand Alexander Goßmann von der SFD 75 Düsseldorf auf Platz 2, der bei unserem Crosslauf den 3. Platz belegte.

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Wir wünschen allen Mitgliedern, die bis zur nächsten Ausgabe unseres LCW-Echos Geburtstag feiern, für die Zukunft alles Gute und weiterhin viel Freude im LCW.

Insbesondere gratulieren wir:

75 Jahre	Edit Kann	26.07.33	45 Jahre	Dagmar Wilde	18.05.63
65 "	Bernd Bahne	28.06.43	45 "	Muammer Olcun	22.05.63
60 "	Hans-Jürgen Busch	04.06.48			
60 "	Friedhelm Garze	12.07.48			
60 "	Hans-Hermann Gronemeyer	21.07.48			
55 "	Ralph Penner	30.07.53			
50 "	Dirk Bauer	23.03.58			
50 "	Marina Stall	27.03.58			
45 "	Jörg Hohmann	10.03.63			
45 "	Jeremy Gutbrod	15.03.63			

Sportlicher Ehrgeiz wandelt sich: Früher wollte man andere immer überholen, später will man sie nur noch überleben.

Wir begrüßen als neue Mitglieder

Deniz Bal (00) – Cayan Bal (..)

Miriam Hommelsheim (81) – Dörthe Schmidt (73)

Vereins-Bestenliste 2007

Männer, männliche Jugend A + B

400 m:	55,55	Jan-Philipp Werner (89)	MJA	28.05. Siegburg
800 m:	2:00,30	Jan-Philipp Werner (89)	MJA	08.09. Kamen
		Platz 17 Nordrhein-Bestenliste 2007 (MJA)		2:01,42 - 02.06. Bottrop
	2:55,50	Werner Beecker (32)	M 75	07.06. Essen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)		
1.000 m:	2:43,5	Jan-Philipp Werner (89)	MJA	04.05. Wuppertal
1.500 m:	4:22,38	Nikolai Werner (89)	MJA	13.05. Leverkusen
	5:31,58	Norbert Korte (50)	M 55	02.06. Dortmund
		Platz 3 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)		
	5:32,48	Wolfgang Stein (39)	M 65	07.06. Essen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 65)		vor Siegfried Kalweit (42/ TSV Vikt. Mülheim) 5:35,76
	5:45,85	Werner Beecker (32)	M 75	07.06. Essen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)		
	6:29,63	Harald Sohnius (35)	M 70	07.06. Essen
		Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70)		

In der Halle

	5:27,60	Wolfgang Stein (39)	M 65	07.01. Düsseldorf
		Platz 1 der Nordrhein-Senioren-Hallenbestenliste 2007 (M 65)		
	5:31,02	Norbert Korte	M 55	07.01. Düsseldorf
		Platz 2 der Nordrhein-Senioren-Hallenbestenliste 2007 (M 55)		
	6:18,73	Harald Sohnius (35)	M 70	07.01. Düsseldorf
		Platz 2 der Nordrhein-Senioren-Hallenbestenliste 2007 (M 70)		
3.000 m:	9:13,72	Nikolai Werner (89)	MJA	02.06. Bottrop
		Platz 9 Nordrhein-Bestenliste 2007 (MJA)		9:29,45 - 19.05. Ratingen

In der Halle

	11:42,44	Norbert Korte (50)	M 55	11.02. Düsseldorf
		Platz 4 der Nordrhein-Senioren-Hallenbestenliste 2007 (M 55)		
	11:48,83	Werner Beecker (32)	M 75	24./25.02. Düsseldorf
		Platz 1 der Nordrhein-Senioren-Hallenbestenliste 2007 (M 75)		
5.000 m:	16:07,09	Nikolai Werner (89)	MJA	23.08. Bergisch Gladbach
		Platz 7 Nordrhein-Bestenliste 2007 (MJA)		17:07,3 - 04.05. Wuppertal
	19:20,4	Adolf Keller (44)	M 60	04.05. Wuppertal
		Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 60) hinter Alfred Hermes (46/ Pulheimer SC) 19:15,81		außerdem 19:23,20 - 18.04. Düsseldorf
	19:42,8	Eberhard Dunger (51)	M 55	04.05. Wuppertal
		Platz 10 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)		

19:50,8	Hubert Hülskamp (58)	M 45	04.05. Wuppertal Top Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 45)
20:12,1	Danilo Marzo (57)	M 50	04.05. Wuppertal
20:16,34	Norbert Korte (50)	M 55	18.04. Düsseldorf Top 20 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)
21:08,62*	Werner Beecker (32)	M 75	07.06. Essen Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)
21:11,7	Kai Koslowski (69)	M 35	04.05. Wuppertal
21:55,2	Jörg Hanisch (75)	M 30	04.05. Wuppertal
22:18,7	Jeremy Gutbrod (63)	M 40	04.05. Wuppertal
22:24,4	Wolfgang Senkler (55)	M 50	04.05. Wuppertal
22:41,8	Friedrich Mann (36)	M 70	04.05. Wuppertal Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70) hinter Helmut Finke (33/ LG Hünxe) 11.08. Wesel
25:02,1	Harald Sohnius (35)	M 70	04.05. Wuppertal Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70)
25:54,8	Bernd Bahne (43)	M 60	04.05. Wuppertal

*) Mit seinen 21:08,62 pulverisierte Werner Beecker geradezu den bisher von Herbert Kann gehaltenen Vereinsrekord für die Altersklasse M 75. Herbert lief 2002 bei unseren Vereinsmeisterschaften 22:50,4. Mit dieser Zeit stand er damals auf Platz 3 der deutschen Jahres-Bestenliste.

10.000 m:	40:53,07	Adolf Keller (44)	M 60	28.04. Oberhausen Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 60) hinter Bernd Kreisel (LG Monheim/Baumberg) 40:14,83
	42:14,55	Eberhard Dunger (51)	M 55	28.04. Oberhausen Platz 6 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)
	43:39,11	Werner Beecker (32)	M 75	13.07. Fulda Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)
	53:12,92	Harald Sohnius (35)	M 70	28.04. Oberhausen Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70)

10 km Straße

35:31	Nikolai Werner (89)	MJA	07.01. Ratingen Brutto-Zeit: 35:32 Platz 8 Nordrhein-Bestenliste 2007 (MJA)
39:28	Adolf Keller (44)	M 60	22.09. Mönchengladbach-Hardt 39:45 - 24.06. Düsseldorf (Brutto-Zeit: 39:47) 39:57 - 21.04. Winnekendonk-Kevelaer
40:26	Wolfgang Stein (39)	M 65	27.05. Dormagen-Straberg Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 65) vor Dieter Schönlau (40/ TSV Vikt. Mülheim) 40:47 außerdem 40:32 - 04.08. Eschweiler 41:07 - 24.06. Düsseldorf (Brutto: 41:12)
41:02	Andreas Black (59)	M 45	21.01. Köln-Porz
41:13	Hubert Hülskamp (58)	M 45	24.06. Düsseldorf Brutto-Zeit: 41:15
41:17	Udo Wilde (56)	M 50	22.09. Duisburg Brutto-Zeit: 41:25

42:16	Norbert Korte (50)	M 55	24.03. Titz Top 40 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)
42:35*	Werner Beecker (32)	M 75	07.01. Ratingen Brutto-Zeit: 42:42 43:00 - 04.03. Leverkusen (Brutto-Zeit: 43:05) 43:11 - 04.08. Eschweiler Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 75)
42:37	Danilo Marzo (57)	M 50	22.09. Duisburg Brutto-Zeit: 43:05
43:26	Andreas Brück (58)	M 45	22.09. Duisburg Brutto-Zeit: 43:54 43:43 - 02.09. Herten-Bertlich
43:53	Eberhard Dunger (51)	M 55	21.01. Köln-Porz
44:25	Rainer Krüger (62)	M 45	24.06. Düsseldorf Brutto-Zeit: 44:33
44:53	Wolfgang Senkler (55)	M 50	22.09. Duisburg Brutto-Zeit: 45:21
44:55	Ralph Penner (53)	M 50	24.06. Düsseldorf Brutto-Zeit: 45:09
45:57	Jörg Hanisch (75)	M 30	02.06. Remscheid Brutto-Zeit: 46:06
49:08	Volker Heinrichs (44)	M 60	24.06. Düsseldorf Brutto-Zeit: 49:16
49:08	Walter Hümpfner (59)	M 45	24.06. Düsseldorf Brutto-Zeit: 49:32
51:25	Harald Sohnius (35)	M 70	21.10. Kranenburg Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70)
58:47	Thomas Happe (65)	M 40	22.09. Duisburg Brutto-Zeit: 59:15
65:10	Hans-Jürgen Wehr (62)	M 45	04.03. Leverkusen Brutto-Zeit: 65:35

*) Mit den 42:35 von Ratingen hat Werner Beecker nach Auffassung des Herausgebers der Deutschen Senioren-Bestenliste, Jörg Reckemeier, eine neue deutsche Senioren-Bestleistung in der M 75 aufgestellt. Für die Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 wurde dagegen Werners schwächere Leverkusener Zeit gewertet, da er in der Ratinger Ergebnisliste nur unter "Wuppertal" und nicht unter LC Wuppertal geführt wird.

Mannschaftswertung

2:04:08 LCW Keller (40:25), Stein (40:32), Beecker (43:11) 04.08. Eschweiler-Dürwiss
Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 60+) vor TV Refrath (2:12:49 und
Viersener TV (2:31:43)

Veranstaltungen, die nicht als Straßenlauf angemeldet wurden:

48:38	Friedrich Mann (36)	M 70	11.11. Düsseldorf-Hassels
48:50	Volker Heinrichs (44)	M 60	11.11. Düsseldorf-Hassels
53:10	Klaus Pallasch (39)	M 65	11.11. Düsseldorf-Hassels
58:11	Bernd Bahne (43)	M 60	11.11. Düsseldorf-Hassels

Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

39:32	Hubert Hülkamp (58)	M 45	13.01. Duisburg-Huckingen
41:33	Christoph Schau (72)	M 35	13.01. Duisburg-Huckingen
42:13	Danilo Marzo (57)	M 50	07.07. Meerbusch-Bösinghoven
44:36	Friedhelm Garze (48)	M 55	13.01. Duisburg-Huckingen
58:13	Hans-Jürgen Lieverz (40)	M 65	05.05. Hückeswagen

Läuferweisheit: Je älter ich werde, desto schneller bin ich einmal gewesen!

Halbmarathon

1:25:42	Adolf Keller (44)	M 60	20.10. Wegberg Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 60) vor Bernd Kreisel (45/ LG Monheim/Baumberg) 1:26:03
1:28:41	Wolfgang Stein (39)	M 65	20.10. Wegberg Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 65) hinter Reiner Renner (40/ DJK Gillrath) 1:27:37
1:33:27	Danilo Marzo (57)	M 50	02.09. Herten-Bertlich 1:35:05 - 29.04. Duisburg (Brutto-Zeit: 1:35:45)
1:33:39	Kai Koslowski (69)	M 35	26.05. Dormagen-Straberg
1:35:10	Eberhard Dunger (51)	M 55	25.02. Köln-Porz Top 30 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)
1:38:12	Wolf-Ulrich Staiger (61)	M 45	22.04. Bonn Brutto-Zeit: 1:39:16
1:40:53	Wolfgang Senkler (55)	M 50	02.09. Herten-Bertlich
1:50:42	Hermann Panzer (41)	M 65	18.03. Hattingen-Bredenscheid
1:55:36	Harald Sohnius (35)	M 70	28.01. Wegberg Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 70)

Veranstaltungen, die nicht als Straßenlauf angemeldet wurden:

1:25:31	Rolf Werg (56)	M 50	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:35:23	Andreas Sievert (66)	M 40	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:35:29	Andreas Black (59)	M 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:37:14	Hubert Hülkamp (58)	M 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:39:39	Rainer Krüger (62)	M 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:40:05	Andreas Brück (58)	M 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:43:31	Peter Muschkiet (64)	M 40	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:45:44	Walter Hümpfner (59)	M 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:45:51	Friedhelm Garze (48)	M 55	11.11. Düsseldorf-Hassels

Marathon:	3:15:42	Wolfgang Stein (39)	M 65	07.10. Köln Brutto-Zeit: 3:15:54 Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 65) hinter Siegfried Kalweit (42/ TSV Vikt. Mülheim) 3:13:28
Marathon:	3:26:54	Kai Koslowski (69)	M 35	22.04. Bonn Brutto-Zeit: 3:28:11
	3:27:37	Danilo Marzo (57)	M 50	30.09. Berlin Brutto-Zeit: 3:31:10
	3:32:38	Rainer Krüger (62)	M 45	29.04. Hamburg Brutto-Zeit: 3:36:41

Marathon	3:35:07	Wolfgang Senkler (55)	M 50	30.09. Berlin
		Brutto-Zeit: 3:38:37		
	3:37:42	Eberhard Dunger (51)	M 55	10.06. Menden
		Platz 13 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (M 55)		
	3:49:12	Peter Muschkiet (64)	M 40	09.09. Münster
		Brutto-Zeit: 3:50:23		
	3:59:19	Friedhelm Garze (48)	M 55	09.09. Münster
		Brutto-Zeit: 4:00:31		

Marathon beinhaltet auch Selbstverwirklichung: Man sucht die weite Entfernung als Herausforderung, um sich selbst zu finden und näher zu kommen.

Marathon: So manchen Frust bringt man auf dieser Strecke zur Strecke!

Am Ende eines Marathons kann man auch dann eine Gänsehaut bekommen, wenn man den Schweiß verdunsten lässt: Es müssen nicht nur die Glücksgefühle sein.

Prof. Dr. Gerhard Uhlenbruck

Frauen, weibl. Jugend A + B

800 m:	2:52,9	Karen Böhnke (91)	WJB	04.05. Wuppertal
3.000 m:	12:44,71	Veronika Scharbatke (50)	W 55	07.06. Essen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (W 55)		
		vor Monika Müller (49/ ART Düsseldorf) 13:00,93		
	13:38,16	Carolin Müller (90)	WJB	19.05. Ratingen
5.000 m:	21:43,2	Martina Bauer (64)	W 40	04.05. Wuppertal
	24:32,0	Cordula Hümpfner (61)	W 45	04.05. Wuppertal
	27:03,1	Gabriele Pohlmann (41)	W 65	04.05. Wuppertal
		Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (W 65)		
		hinter Elli Spelleken (39/ Marathon Dinslaken) 24:11,49		
	28:17,1	Joanna Wehr (69)	W 35	04.05. Wuppertal
3 x 800 m:	8:37,97	LCW weibl. Jugend B		24.05. Hilden
		Sylvia Korte (90), Carolin Müller (90), Karen Böhnke (91)		
		Platz 7 Nordrhein-Bestenliste 2007 (WJB)		

10 km Straße

44:41	Veronika Scharbatke (50)	W 55	15.09. Mannheim
	Platz 3 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (W 55) hinter Marianne Spronk (48/ Vikt. Goch) 42:21 + Heidrum Koopmann (52/ Lauffr. HADI Wesel) 42:33		
	auch 44:40 - 22.09. Duisburg (Brutto: 45:09) + 44:48,4 - 27.07. Düsseldorf-Benrath		
45:33	Dagmar Wilde (63)	W 40	22.09. Duisburg
	Brutto-Zeit: 45:39		
46:11	Martina Bauer (64)	W 40	07.01. Ratingen
	Brutto-Zeit: 46:17		
50:14	Ingeburg Keller (54)	W 50	22.09. Duisburg
	Brutto-Zeit: 50:36		

51:21	Cordula Hümpfner (62) Brutto-Zeit: 51:41	W 45	24.06. Düsseldorf
59:31	Petra Heiker (55) Brutto-Zeit: 59:58	W 50	22.09. Duisburg
60:01	Gabriele Krüger (63) Brutto-Zeit: 1:00:36	W 40	24.06. Düsseldorf
63:41	Joanna Wehr (69) Brutto-Zeit: 1:04:06	W 35	04.03. Leverkusen
64:14	Dorothee Grünheit (56) Brutto-Zeit: 1:06:23	W 50	03.02. Duisburg
66:27	Gerlinde Kiel (51) Brutto-Zeit: 1:07:19	W 55	24.06. Düsseldorf

Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

50:05	Birgit Black (54)	W 50	13.01. Duisburg-Huckingen
-------	-------------------	------	---------------------------

Halbmarathon

1:38:35	Veronika Scharbatke (50) Brutto-Zeit: 1:39:05 Platz 3 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (W 55) hinter Marianne Spronk (48/ Vikt. Goch) 1:32:51 und Heidrun Koopmann (52/ Lauffr. HADI Wesel) 1:37:32	W 55	07.04. Paderborn
1:58:01	Dorothee Grünheit (56) Brutto-Zeit: 2:00:08	W 50	31.03. Duisburg
2:09:08	Magdalene Ochs (54)	W 55	25.02. Köln-Porz

Veranstaltungen, die nicht als Straßenlauf angemeldet wurden:

1:55:40	Martina Bremme (66)	W 40	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:58:11	Vera Hellmich (59)	W 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
1:58:41	Cordula Hümpfner (61)	W 45	11.11. Düsseldorf-Hassels
2:02:52	Ingeburg Keller (54)	W 50	11.11. Düsseldorf-Hassels
2:05:50	Gabriele Pohlmann (41)	W 65	11.11. Düsseldorf-Hassels

Marathon

3:29:25	Veronika Scharbatke (50) Brutto-Zeit: 3:30:51 Platz 2 Nordrhein-Senioren-Bestenliste 2007 (W 55) hinter Renate Steller (50/ TuS Breitscheid) 3:29:16	W 55	06.05. Düsseldorf
4:20:24	Vera Garze-Hellmich (59) Brutto-Zeit: 4:22:32	W 45	09.09. Münster
6:02:46	Gerlinde Kiel (51) Brutto-Zeit: 6:10:51	W 55	13.05. Dortmund/Essen

Schülerinnen A (W 14/ W 15)

300 m:	43,71	Alexa Vogel (92)	W 15	26.08. Duisburg
		Platz 18 Nordrhein-Bestenliste 2007 (W 15)		

80-m-Hürden:	13,92 (+0,7)	Alexa Vogel (92)	W 15	10.06. Gladbeck
300 m Hür.:	49,32	Alexa Vogel (92)	W 15	09.09. Leverkusen Platz 12 Nordrhein-Bestenliste 2007 (W 15)
800 m:	2:28,88	Alexa Vogel (92)	W 15	20.05. Ratingen Platz 17 Nordrhein-Bestenliste 2007 (W 15)
5 km Straße:	21:45	Alexa Vogel (92)	W 15	04.03. Leverkusen Brutto-Zeit: 21:46 Platz 13 Nordrhein-Bestenliste 2007 (W 15)
Weitsprung:	4,77	Alexa Vogel (92)	W 15	10.06. Gladbeck
Kugel (3,0 kg):	7,93	Alexa Vogel (92)	W 15	10.06. Gladbeck

Schüler A (M 14/ M 15)

100 m:	13,7	David Jakob Stein (92)	M 15	25.08. Wuppertal
1.000 m:	3:32,7	David Jakob Stein (92)	M 15	04.05. Wuppertal
5 km Straße:	21:52	David Jakob Stein (92)	M 15	04.03. Leverkusen

Schülerinnen B (W 12/ W 13)

75 m:	11,5	Sarah Lisa Böhm (95)	W 12	25.08. Wuppertal
800 m:	3:21,8	Sarah Lisa Böhm (95)	W 12	04.05. Wuppertal
	3:59,1	Rebecca Ockelford (95)	W 12	04.05. Wuppertal
Weitsprung:	3,65	Sarah Lisa Böhm (95)	W 12	25.08. Wuppertal
Schlagball:	17,0	Sarah Lisa Böhm (95)	W 12	25.08. Wuppertal
Dreikampf:	994	Sarah Lisa Böhm (95)	W 12	25.08. Wuppertal 11,5 (362) - 3,65 (392) - 17,0 (240)

Schüler B (M 12/ M 13)

1.000 m:	3:36,3	Janis Bauer (94)	M 13	04.05. Wuppertal
		3:43,0 - 25.08. Wuppertal		
	3:38,4	Mats Gutbrod (94)	M 13	25.08. Wuppertal
		3:45,9 - 04.05. Wuppertal		3:50,10 - 15.08. Essen
	3:50,8	Georg Pohl (95)	M 12	25.08. Wuppertal
5 km Straße:	21:44	Mats Gutbrod (94)	M 13	17.11. Köln-Porz

Schülerinnen C (W 10/ W 11) + Schülerinnen D (W 9 + jünger)

50 m:	8,3	Sarah Wehr (96)	W 11	25.08. Wuppertal
	8,9	Nadine Wehr (97)	W 10	25.08. Wuppertal
800 m:	3:10,9	Niki Gutbrod (96)	W 11	04.05. Wuppertal
		3:11,4 - 25.08. Wuppertal		
	3:14,1	Sarah Wehr (96)	W 11	25.08. Wuppertal
		3:14,8 - 04.05. Wuppertal		
	3:19,1	Nadine Wehr (97)	W 10	25.08. Wuppertal
		3:20,6 - 04.05. Wuppertal		

800 m	4:25,6	Julia Loepke (98)	W 9	04.05. Wuppertal
3 x 800 m:	10:12,31	LCW Schülerinnen C Niki Gutbrod (96), Nadine Wehr (97), Sarah Wehr (96)		24.05. Hilden
Weitsprung:	3,56	Sarah Wehr (96)	W 11	25.08. Wuppertal
	3,26	Nadine Wehr (97)	W 10	25.08. Wuppertal
Schlagball:	28,0	Sarah Wehr (96)	W 11	25.08. Wuppertal
	25,0	Nadine Wehr (97)	W 10	25.08. Wuppertal
Dreikampf:	1.088	Sarah Wehr (96) 8,3 (334) - 3,56 (381) - 28,0 (373)	W 11	25.08. Wuppertal
	958	Nadine Wehr (97) 8,9 (276) - 3,26 (342) - 25,0 (340)	W 10	25.08. Wuppertal

Schüler C (M 10/ M 11)

50 m:	8,3	Dominik Wendel (97)	M 10	25.08. Wuppertal
1.000 m:	3:31,7	Miles Gutbrod (97) 3:41,2 - 04.05. Wuppertal	M 10	25.08. Wuppertal 3:43,48 - 15.08. Essen
	3:35,7	Dominik Wendel (97) 3:36,26 - 15.08. Essen	M 10	25.08. Wuppertal 3:47,6 - 04.05. Wuppertal
	4:11,0	Henry Dicken (97)	M 10	04.05. Wuppertal
	4:30,3	Sven Roser (97)	M 10	04.05. Wuppertal
	4:28,6	Fabius Loepke (96) 4:31,5 - 04.05. Wuppertal	M 11	25.08. Wuppertal 4:40,75 - 15.08. Essen
	4:38,5	Jonathan Fuhl (97)	M 10	04.05. Wuppertal
3 x 1.000 m:	11:23,18	LCW Schüler C Miles Gutbrod (97), Manuel Kessen (98), Dominik Wendel (97)		24.05. Hilden
5 km Straße:	21:35	Miles Gutbrod (97) 22:32 - 09.06. Düsseldorf-Himmelgeist	M 10	17.11. Köln-Porz
	25:15	Dominik Wendel (97)	M 10	17.11. Köln-Porz
Weitsprung:	3,72	Dominik Wendel (97)	M 10	25.08. Wuppertal
Schlagball:	31,0	Dominik Wendel (97)	M 10	25.08. Wuppertal
Dreikampf:	905	Dominik Wendel (97) 8,3 (299) - 3,72 (355) - 31,0 (251)	M 10	25.08. Wuppertal

