

# Leichtathletik-Club Wuppertal e.V.

In den Birken 92 a, 42113 Wuppertal

## Vereinsmagazin - Info - Nr. 82 (Ausgabe Jan. 2004)

Redaktion:	Georg Rüttinger	Norbert Korte	
	Am Bölkumer Busch 19 a	Alte Rottsieper Str. 22	
	42553 Velbert-Nevigis	42349 Wuppertal	Stadtparkasse Wuppertal
	Tel. (0 20 53) 72 36	Tel. 47 28 90	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, **8. März 2004, 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 2004
15. Vorschau 2004
16. Verschiedenes

Anträge sind bis zum 1. März 2004 bei unserem Geschäftsführer Norbert Seiffert, Wirkerstr. 26, 42105 Wuppertal, einzureichen.

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

Mit sportlichen Grüßen

Bernhard Orben  
Vorsitzender

Liebe Mitglieder des LCW's.

zunächst möchte ich allen Mitgliedern und deren Angehörigen für das Jahr 2004 Gesundheit und alles Gute wünschen. Für diejenigen, die aktiv Wettkämpfe bestreiten, mögen sich die sportlichen Erfolge einstellen, die sie sich am Anfang des Jahres als Ziel gesetzt haben.

Mit dieser Magazinausgabe ergeht an alle Mitglieder die Einladung zur Jahres-Hauptversammlung. Es wäre schön, wenn viele daran teilnehmen würden, wie beim LCW üblich. Laut Satzung muss an diesem Abend der Vorstand neu gewählt werden. Bis auf unseren Geschäftsführer Norbert Seiffert, der aus gesundheitlichen Gründen auf eine erneute Kandidatur verzichtet, stellen sich alle Vorstandsmitglieder zur Wiederwahl.

Ich möchte mich schon hier bei Norbert Seiffert für seine Vorstandsarbeit recht herzlich bedanken und wünsche ihm die Gesundheit, die es ihm unter anderem erlaubt, in späterer Zeit evt. wieder für den LCW als Vorstandsmitglied zur Verfügung zu stehen.

Bernhard Orben

### Mitgliedsbeiträge 2004

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.

Der Vorstand

### Unsere Lauftermine bis Nov. 2004 (mit Startgelderstattung)

Samstag, 10. Jan.	„Rund um die Anger“ in Duisburg-Huckingen	5 + 10 km
Samstag, 14. Febr.	Cross- und Volkslauf in Grevenbroich-Neukirchen 5,1 km Cross Frauen + 8,5 km Cross Männer	5 + 10 km Straße (vermessene Strecke)
Sonntag, 7. März	„Rund um das Bayerkreuz“ in Leverkusen - vermessene Strecke -	5 + 10 km
Samstag, 17. April	Benrather Volkslauf - vermessene Strecke - - Waldwege durch den Benrather-/Hasseler Forst u. um den Unterbacher See -	5, 10 + 21,1 km
Sonntag, 25. April	Karstadt Ruhr-Marathon von Dortmund nach Essen mit Halbmarathon (Startgelderstattung 18 Euro)	
Freitag, 7. Mai	<b>Vereinsmeisterschaften</b> an der Oberbergischen Straße 800 m Schülerinnen (ab 17.00 Uhr) 1.000 m Schüler (ab 17.30 Uhr) 5.000 m Männer/Frauen (ab 18.00 Uhr)	
Freitag, 14. Mai	Rosellener Abendlauf (Neuss) - vermessene Strecke -	5 + 10 km
Freitag, 4. Juni	Monheimer Gänseliesel-Lauf - vermessene Strecke -	5 + 10 km
Samstag, 10. Juli	Sommerlauf in Meerbusch-Bösinghofen	5 + 10 km
Sonntag, 29. Aug.	Sengbach-Talsperrenlauf in Leichlingen-Witzhelden	3, 11 + 21,1 km

Sonntag, 5. Sept.	Münster-Marathon (Startgelderstattung 18 Euro)	
Samstag, 18. Sept.	Bunerts Lichterlauf in Duisburg-Wedau	5 + 10 km
Samstag, 23. Okt.	Essener Schloßparklauf	5 + 10 km
Sonntag, 14. Nov.	Martinslauf in Düsseldorf-Hassels	10 + 21,1 km

Der Dezember-Termin wird noch bekannt gegeben.

Außerdem wird das Startgeld für alle Meisterschaften auf Kreis-, Verbands- und DLV-Ebene sowie generell für alle Stadionwettkämpfe (Bahnläufe) 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
Männer M 40 - M 55	1:40	3:30
Männer M 60 u. Frauen	1:55	4:00

Ansonsten wird das Startgeld nur bis in Höhe von **18 Euro** erstattet.

Die 18-Euro-Regelung gilt auch für den Ruhr-Marathon von Dortmund nach Essen (25.04.) und den Münster-Marathon (05.09.). Ansonsten würde die Vereinskasse zu stark belastet. Wer bei einem anderen Marathonlauf startet, tut dies vollständig auf eigene Rechnung.

In diesem Zusammenhang soll auch noch einmal auf einen Beschluss der Jahres-Hauptversammlung aus dem Jahre 1996 hingewiesen werden. Aus diesem Jahr datiert ein mit großer Mehrheit gefasster Beschluss, nach dem das Startgeld nur in Verbindung mit einem Start im **Vereinstrikot** übernommen wird.

Die oben in der Aufstellung genannten Läufe werden von Vera Hellmich (Tel. 76 04 48) + Friedhelm Garze (Tel. 70 82 40) betreut. Ihr könnt den beiden die Arbeit sehr erleichtern, wenn ihr euch spätestens eine Woche vor dem jeweiligen Lauf bei ihnen anmeldet. Das gilt nicht für den Ruhr-Marathon bzw. den Münster-Marathon. Die Meldung für diese beiden Läufe wird erst mit der Überweisung des Startgeldes wirksam. Für die Überweisung muss jeder selbst sorgen.

Falls ihr nach der Anmeldung unerwartet verhindert seid oder krank werdet, ruft bitte bei Vera an (Tel. 76 04 48). 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

### **Interessante Meisterschaftstermine** (Meldungen nur über Georg Rüttinger)

Sa./So., 28./29. Febr.	Deutsche Senioren-Hallenmeisterschaften	Potsdam
Mi. - So., 10. - 14.03.	Senioren-Hallenweltmeisterschaften	Sindelfingen

So., 14. März	Deutsche Halbmarathon-Meisterschaften	Siegburg
So., 28. März	<i>Kreis-Cross- und Waldlaufmeisterschaften (Ausrichter: LCW)</i>	Wuppertal
So., 28. März	Westdeutsche 10-km-Meisterschaften (Straße)	Haltern-Sythen
So., 2. Mai	Deutsche Marathonmeisterschaften	Hannover
So., 2. Mai	Deutsche Senioren-Berglaufmeisterschaften	Ainring (Bayern)
Sa./So., 8./9. Mai	Kreismeisterschaften Schüler A	Remscheid
So., 23. Mai	Nordrhein-Seniorenmeisterschaften	Mönchengladbach
Do., 27. Mai	Kreis-Staffelmeisterschaften (alle Klassen)	Hilden
So., 6. Juni	Kreismeisterschaften Schüler B	Solingen
Do., 10. Juni	Nordrhein-Schülermeisterschaften	Aachen
Sa./So., 26./27. Juni	Westdeutsche Schülermeisterschaften	Kreuztal
So., 18. Juli	Nordrhein-10-km-Meisterschaften (Straße)	Wegberg
Fr., 30. Juli	Westdeutsche Berglaufmeisterschaften	Olpe
Fr. - So., 13. - 15.08.	Deutsche Seniorenmeisterschaften II	Zittau
So., 29. Aug.	Deutsche Berglaufmeisterschaften	Oberstauen
So., 19. Sept.	Deutsche 10-km-Meisterschaften (Straße)	Bad Liebenzell
Sa., 25. Sept.	Nordrhein-Seniorenmeisterschaften (5.000 m) <i>(zeitgleich mit dem Wuppertaler Volkslauf)</i>	Menden (Westfalen)
So., 26. Sept.	Westdeutsche Halbmarathon-Meisterschaften	Herten-Bertlich
So., 10. Okt.	Westdeutsche Marathonmeisterschaften	Essen
Sa., 27. Nov.	Deutsche Crossmeisterschaften <i>(zeitgleich mit unserem Cross- und Waldlauf)</i>	Bremen

## Herzliche Einladung zur Vereinsfahrt 2004

Als Ziel für die Vereinsfahrt 2004 haben wir Ludwigsburg ausgewählt. Der Termin ist

**Freitag, 25. Juni bis Sonntag, 27. Juni 2004**

Übernachten werden wir im Ascot Hotel in Ditzingen. Das ist etwas außerhalb von Ludwigsburg. Hier haben wir eine Option bis zum 15. März 2004 vereinbaren können. Die Hotelzimmer sind ca. 25 qm groß und verfügen über SAT - TV mit Videotext.

Der Preis für Übernachtung mit Frühstücksbuffet beträgt im

Doppelzimmer für 2 Nächte pro Person	56,00 Euro
Einzelzimmer für 2 Nächte	76,00 Euro

Das Programm wird grob so aussehen, dass wir am Freitag um 8.00 Uhr in Oberbarmen und um 8:20 Uhr in Elberfeld abfahren. Wir bemühen uns, für den späten Vormittag einen Termin für eine Betriebsbesichtigung bei Audi im Werk Neckarsulm zu bekommen. Anschließend geht es nach Ludwigsburg bzw. Ditzingen. Am Samstagmorgen um 10.00 Uhr steht der Ludwigsburger Stadtlauf über 10 km auf dem Programm. Nachmittags besichtigen wir das Ludwigsburger Schloss mit seinem berühmten Schlossgarten „Blühendes Barock“. Am Sonntag auf der Heimfahrt machen wir evt. Halt in Heidelberg. Gegen 19.00 Uhr werden wir wieder in Wuppertal sein.

**Anmeldung:** Bis zum 05. März durch Überweisung des Zimmerpreises auf das Konto **459 83 63**

von Rolf Gunst bei der Stadtparkasse Wuppertal (BLZ 330 500 00). Bitte Stichwort „Vereinsfahrt“ angeben.

Wer beim 7. Ludwigsburger Stadtlauf mitmachen möchte, schreibe bitte auf das Überweisungsformular „Start 10 km“.

Das Startgeld, die Kosten für den Bus und die möglichen Eintrittsgelder übernimmt der Verein.

Das Organisationsteam würde sich freuen, wenn viele Vereinsmitglieder, natürlich auch mit Partner, Ehefrau oder Ehemann an dieser Fahrt teilnehmen würden. Wir hoffen bei der Jahreshauptversammlung weitere Einzelheiten bekannt geben zu können.

Der Vorstand

### **1. Galeria Kaufhof Parkhauslauf in Osnabrück (31.08.03)**

4,5 km: 1. Gerlinde Kiel (51) 24:16 4 Läuferinnen + 26 Läufer im Ziel.

Der 1. Osnabrücker „Citylauf“ führte zweimal auf der Ebene rund um die Hase, bevor das kleine Feld der Läuferinnen und Läufer dann fünfmal im Parkhaus Rampe für Rampe hinauf bis Parkdeck 9 und wieder hinunter laufen mussten. Gerlinde hat's nicht nur wegen ihres Sieges gefallen.

N.K.

### **LCW-Paarlauf der Schülerinnen und Schüler (18.09.): Jan-Philipp und Nikolai erreichen neue Bestmarke - Georg Rüttinger**

Der alljährliche Paarlauf findet bei unseren Schülerinnen und Schülern immer großes Interesse. In diesem Jahr mussten wir ihn erstmals in den September verlegen, weil der Rasen schon sehr früh zur Regenerierung gesperrt wurde. Für eine Paarlauf-Veranstaltung benötigen wir halt den Rasen.

Diesmal wollten alle den 15-Min.-Lauf angehen, sodass kein 5-Min.-Lauf stattfand. Das Rennen an der Spitze verlief recht einsam, denn gleich zu Anfang setzten sich die Werner-Zwillinge deutlich ab. Dabei liefen sie gemeinsam mit 4.720 m wieder eine neue Bestmarke. Diese Leistung ist schon außergewöhnlich. Nur Matthias Wickel und Marco Linke kamen mit 4.100 m noch über die 4.000-m-Marke. Der harte Kampf um die Plätze wurde zwischen Rang 4 bis 6 ausgefochten. Im Ziel lagen die Paare nur 30 m auseinander.

Zum Abschluss kann ich feststellen, dass alle Schülerinnen und Schüler ihr Bestes bei diesem inoffiziellen Wettkampf gaben. Eine Premiere war für mich, dass ich erstmals Matteo Saint Unione bei einem Wettkampf sah, wo er diesen normalerweise meidet. Max Bujotzek freute sich, dass sein ständiger Trainingspartner endlich mit ihm zusammen einen Wettkampf absolvierte. Ich hoffe, es bleibt keine „Eintagsfliege“.

1. Jan-Philipp Werner (89) - Nikolai Werner (89)	4.720 m
2. Matthias Wickel (84) - Marco Linke (85)	4.100 m
3. Timo Bauer (90) - David Andres (88)	3.800 m
4. Oscar Schwarz (88) - Julian Rohleder (88)	3.080 m
4. Janis Bauer (94) - Jan Ole Helesky (94)	3.080 m
6. Max Bujotzek (93) - Matteo Saint Unione (93)	3.050 m
7. Pia Kaufmann (92) - Johanna Teichmann (92)	2.720 m

Wer das Laufen leicht nimmt und leichter ist, kann auch eher abheben.

Prof. Dr. Gerhard Uhlenbruck

## 1. Bunert's Lichterlauf in Duisburg (20.09.): Davon kann man in Wuppertal nur träumen

			<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>	
<u>10 km Männer:</u>	1. Oliver Mintzlaff (75)	Puma Running Team	30:14	30:15	
	16. Andreas Packmohr (60)	LCK Ronsdorf	36:04	36:05	bester Wupp.!
amtlich ver-	103. Hans Georg Bein (56)	M 45/ 10.	41:23	41:26	
messene	225. Friedhelm Garze (48)	M 55/ 4.	44:23	44:34	1.320 Läufer
Strecke	342. Wilfried Papenburg (64)	M 35/ 81.	46:50	48:14	im Ziel.
<u>10 km Frauen:</u>	1. Luminita Zaituc (68)	LG Braunschweig	34:06	34:07	
	103. Ingeburg Keller (54)	W 45/ 12.	53:53	55:09	518 Läufer-
	115. Gabriele Pohlmann (41)	W 60/ 1.	54:32	55:53	rinnen im Ziel.

Sie ist 4,6 km lang, die Runde um die Regattabahn in Duisburg, und sicherlich eine der gefragtesten Laufstrecken in Deutschland. Zu jeder Tageszeit trifft man sich hier. Was lag da näher, als über eine Beleuchtungsanlage nachzudenken, die es den Läuferinnen und Läufern auch während der dunklen Wintermonate erlaubt, vor oder nach der Arbeit gefahrlos ihrem Hobby nachzugehen.

Ein Sponsorenteam mit den Stadtwerken, der Gesellschaft für Beschäftigungsförderung, dem LC Duisburg und Lauf-Sport-Bunert haben die Kosten in Höhe von rund 175.000 Euro für diese einmalige Beleuchtungsanlage mit 126 Lampen aufgebracht. Die Strecke wird im Winter morgens von 7.00 bis 8.30 Uhr und abends von 17.00 bis 22.00 Uhr beleuchtet. Zum Schutz der Tiere entschied man sich für ein grünes Licht.

Die neue Anlage wurde schon einmal vorab von Lauf-Sport-Bunert und dem LC Duisburg mit einem Lichterlauf eingeweiht, der auf Anhieb große Resonanz fand. Nach diesem Erfolg können die Verantwortlichen wieder ruhiger schlafen. Die mit ca. 14.000 Euro jährlich errechneten Betriebskosten müssen nämlich durch Laufveranstaltungen eingespielt werden. Die wie Wuppertal finanziell klamme Stadt Duisburg gibt keinen Cent dazu. Eine beleuchtete Winterlaufstrecke käme sicherlich auch in Wuppertal gut an und würde der hiesigen Laufszene weiteren Auftrieb geben. Aber dafür fehlt es uns hier in Wuppertal am nötigen Mumm, etwas zu bewegen. Andererseits gibt es gerade in unseren Breiten auch eine Menge Bedenkenträger, die immer nach einem Haar in der Suppe suchen.

N.K.

## Arthur-Lambert-Bahnlauf an der Oberbergischen Str. (21.09.): Kleine Felder und wenig Stimmung!

<u>5.000 m (M/W 20 - M 60/ W 40, männl. Jug. A + B:</u>	1. Jens Hillringhaus (77)	Barmer TV	16:13,91	8 Läufer + 2 Läuferinnen im Ziel.
	7. Frank Villbrandt (59)	M 40/ 1.	20:59,68	
<u>3.000 m, ab M 65/ W 45, weibl. Jugend A + B:</u>	1. Rüdiger Villbrandt (37)	M 65/ 1.	14:20,15	2 Läufer + 2 Läuferinnen im Ziel.
	2. Karl Nagel (29)	M 70/ 1.	14:46,25	
<u>1.000 m Schüler:</u>	1. Max Tute (88)	SV Germania Helsdorf	2:54,20	
	2. Jan-Philipp Werner (89)		2:55,43	
	4. Nikolai Werner (89)		3:02,76	8 Läufer im Ziel.

Jan-Philipp und Nikolai Werner liefen ihre zweitbesten Zeiten in diesem Jahr. Das zeigt, dass sie ihre Form die lange Saison hindurch gut gehalten haben.

N.K.

**Hildanus-Lauf durch die Hildener City (21.09.): 10 km:** 1. Volker Herrmann (84) 33:56  
- keine amtlich vermessene Strecke - LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel  
183 Läufer + 40 Läuferinnen im Ziel. 45. Friedrich Mann (35) M 65/ 1. 43:22

Friedrich Mann gewann seine Altersklasse mit fast 3 Minuten Vorsprung. N.K.

**Zonser Nachtlauf (26.09.): Stefan Krüger gewann bei den A-Schülern - Norbert Korte**

Schnupperlauf über 3 Meilen (4,827 m)

1. Andreas Krämer (86)	FC Straberg	17:14	
9. Stefan Krüger (89)	A-Sch./ 1.	19:33	
10. Timo Bauer (90)	B-Sch./ 4.	19:57	
40. Janis Bauer (94)	C-Sch./ 4.	25:22	
57. Georg Rüttinger (52)	M 50/ 7.	30:59	60 Läufer + 56 Läuferinnen im Ziel.

Hauptlauf über 7 Meilen (11.263 m)

<u>Männer, männl. Jugend A + B, Schüler:</u>	1. Martin Czarnietzki (80)	LAV Bayer Uerdingen/Dormagen	37:39
	74. Hans Georg Bein (56)	M 45/ 17.	47:39
	84. Peter Muschkiet (64)	M 35/ 17.	48:09
	132. Friedrich Mann (36)	M 65/ 1.	50:51
	157. Rainer Krüger (62)	M 40/ 43.	51:43
	166. Wilfried Papenburg (64)	M 35/ 30.	51:57
855 Läufer im Ziel.	353. Walter Hümpfner (59)	M 40/ 84.	57:01
<u>Frauen, weibl. Jugend A + B, Schülerinnen:</u>	1. Ute Herold (64)	TG Neuss	46:26
	204. Cordula Hümpfner (61)	W 40/ 40.	70:13
	295. Gabriele Krüger (63)	W 40/ 61.	78:53
	338 Läuferinnen im Ziel.		

1.011 Voranmeldungen, und trotzdem riss der Strom der Nachmelder vor Beginn der Veranstaltung nicht ab. Das angenehm kühle und trockene Wetter lockte auch den letzten Unentschlossenen zur Zollfeste Zons. Athleten aus ganz Deutschland und sogar aus der Schweiz, Italien und Großbritannien waren angereist, um die unverwechselbare Atmosphäre eines Laufes im Schein der Leuchtfackeln zu erleben. Beim Zieleinlauf im Heidestadion sorgte eine Sambagruppe bei den zahlreichen Zuschauern und den Athleten für die richtige Stimmung.

Gerne wären wir wieder gemeinsam mit dem Bus nach Zons gefahren. Wegen des späten Beginns der Schulferien konkurrierte Zons aber diesmal mit unserem Volkslauf. 2004 müssen beide Veranstaltungen aus dem gleichen Grund leider wieder an einem Wochenende stattfinden. Trotz der Terminüberschneidung machte sich noch eine stattliche Anzahl von LCWerinnen und LCWern auf eigene Faust auf den Weg. Das zeigt, wie beliebt diese Veranstaltung auch bei uns in Wuppertal ist. Für Stefan Krüger und Friedrich Mann lohnte sich der Tripp nach Zons ganz besonders. Sie gewannen ihre Altersklassen.

Im Übrigen – sagte Joschka Fischer: „Ich habe mit meinem Laufen und dem Buch über das Laufen mehr für die Volksgesundheit getan als die letzten drei Gesundheitsreformen zusammen.“

## **Wuppertaler Volkslauf „Rund um die Ronsdorfer Talsperre“ (27.09.) Eine waschechte Britin gab unserem Volkslauf das internationale Flair – Norbert Korte**

Mit dem Interesse der Läufergemeinschaft an unserem Volkslauf dürfen wir wieder sehr zufrieden sein. Das Wetter spielte auch mit. Nach gelegentlichen Regenschauern am Vormittag schien nachmittags die Sonne, ohne dass es aber zu warm wurde.

Gegenüber dem letztjährigen Rekordjahr gab es mit jetzt 1.647 Teilnehmern einschl. Wanderern nur einen leichten Rückgang. Die Zahl der Schüler/innen und B-Jugendlichen ist dank des unverminderten Einsatzes des Carl-Duisberg-Gymnasiums weiter gestiegen und „kratzt“ mit 948 fast an der 1.000-Teilnehmer-Marke. Die Leiterin des Carl-Duisberg-Gymnasiums, Frau Dicken-Begerich, feuerte nicht nur die Schülerinnen und Schüler ihres Gymnasiums an, sondern lief auch selbst hinterher die 4,9-km-Strecke.

Beim dritten und vierten Schüler-Lauf mit den Klassen W 11 - 13 bzw. M 11 - 13 gab es mit jeweils über 200 Teilnehmern wieder ein beängstigendes Gedränge am Start und hinterher auch im Ziel. Hier ist eine Entzerrung mit zwei zusätzlichen Läufen unbedingt notwendig. Auf unsere treue und nach vielen Volksläufen gut eingespielte Helferschar kommt leider damit allerdings ein zeitlicher Mehraufwand zu.

Bei der A-Jugend und den Erwachsenenklassen über die „große Runde“ konnte das Vorjahreshoch nicht gehalten werden. Insbesondere über 9,8 km ging die Teilnehmerzahl deutlich zurück.

Ohne die Unterstützung der AOK Wuppertal, der Stadtsparkasse Wuppertal und des Stadtbetriebs Sport & Bäder wäre der Wuppertaler Volkslauf, die neben dem Remscheidener Röntgen-Lauf größte Laufveranstaltung im Bergischen Städtedreieck, nicht denkbar. Ihnen gilt deshalb unser besonderer Dank für ihre Unterstützung.

### Schülerinnen W 8 - W 10 über 2,1 km

1. Franziska Berndt (94)	LG Remscheid	8:44	
36. Sarah Wehr (96)	W 8/ 8.	12:35	110 Läuferinnen im Ziel.

### Schüler M 8 - M 10 über 2,1 km

1. Gero Miller (93)	TV Neviges	8:47	
9. Jan Ole Helesky (94)	M 9/ 3.	9:24	
10. Max Bujotzek (93)	M 10/ 7.	9:27	
26. Janis Bauer (94)	M 9/ 5.	10:25	145 Läufer im Ziel.

### Schülerinnen W 11 - W 13 über 2,1 km

1. Marie-Kristin Spilker (90)	Gym. Siegesstr.	9:26	
116. Pia Kaufmann (92)	W 11/ 31.	12:57	219 Läuferinnen im Ziel.

### Schüler M 11 - M 13 über 2,1 km

1. Björn Beckmann (90)	C.-Duisberg-Gym.	7:43	
8. Timo Bauer (90)	M 13/ 6.	8:41	226 Läufer im Ziel.



Schüler M 14/ M 15 + männl. Jugend B über 2,1 km

1. Thomas Fink (86)	Barmer TV	7:06	
4. Jan-Philipp Werner (89)	M 14/ 1.	7:21	
5. Nikolai Werner (89)	M 14/ 2.	7:38	
19. David Andres (88)	M 15/ 7.	8:49	
40. Julian Rohleder (88)	M 15/ 13.	9:47	
44. Pascal Wienstroth (88)	M 15/ 15.	9:50	
51. Oskar-Hermann Schwarz (88)	M 15/ 17.	10:09	92 Läufer im Ziel.

Schön, dass sich so viele aus unserer Schülergruppe für eine Volkslauf-Teilnahme begeistern konnten. Jan-Philipp und Nikolai Werner waren nur von den beiden BTVern Thomas Fink und Matthias Herbeck und dem Vohwinkeler Max Pensel zu stoppen, die allerdings auch schon 3 Jahre älter sind. Jan Ole Helesky und Max Bujotzek, zwei noch sehr junge Läufer, die auch noch nicht lange unserem Verein angehören, liefen fast zeitgleich ins Ziel. Der ein Jahr jüngere Jan Ole musste sich in der M 9 nur zwei Gegnern geschlagen geben.

4,9 km Frauen, weibl. Jugend A

1. Carolin Herrmann (84)	Röntgen-Gym. Lennep	21:00	
10. Ingeburg Keller (54)	W 40/ 3.	25:23	
56. Mechthild Wunderatsch-Werner (55)	W 40/ 14.	29:52	92 Läuferinnen im Ziel.

4,9 km Männer, männl. Jugend A

1. Jens Hillringhaus (77)	Gym. Am Kothen	16:24	
13. Nicolai Braschos (81)	M 20/ 5.	19:46	
88. Karl Nagel (29)	M 70/ 1.	26:03	
107. Hans-Jürgen Wehr (62)	M 40/ 20.	27:50	144 Läufer im Ziel.

9,8 km Frauen:

1. Conny Kronenberg (54)	Realsch. Leimbach	44:19	
9. Vera Hellmich (59)	W 40/ 6.	50:03	41 Läuferinnen
18. Gabriele Pohlmann (41)	W 60/ 1.	53:37	im Ziel.

9,8 km Männer:

1. Frank Holberg (81)	Barmer TV	35:10	
18. Antonio Stellato (46)	M 50/ 2.	40:04	
75. Friedrich Mann (36)	M 60/ 1.	45:04	
86. Dirk Werner (52)	M 50/ 7.	45:52	205 Läufer im Ziel.

Über 4,9 km gewann der BTVer Jens Hillringhaus unangefochten vor Benjamn Leimbach (Aache-ner TG) und Muammer Olcun (Tusem Essen). Wegen des Schulwettbewerbs startete Jens, der Lehrer am Gymnasium Kothen in Unterbarmen ist, aber für seine Schule. Er schrieb auch den Artikel über unseren Volkslauf in der WZ und ist Trainer von Frank Holberg (BTV), der sich auf der doppelt so langen Strecke nur knapp gegen seinen Vereinskameraden Thomas Fink und wieder-um Muammer Olcun durchsetzen konnte. Muammer, der mittlerweile auch schon der M 40 ange-hört, ist ja ein alter Bekannter. Bis 2000 war er 7 Jahre lang Mitglied unseres Vereins.

Nicolai Braschos belegte über 4,9 km in seiner Altersklasse wieder Platz 5, auch wenn dafür dies-mal eine deutlich schwächere Zeit ausreichte. Antonio Stellato musste sich in der M 50 über 9,8 km nur Georg Schroeder von der BSG Delphi Draka beugen, der konstant seine Leistung bringt und an dem offenbar das Alter spurlos vorbei geht. Einen Tag nach seinem Sieg in Zons hatte

Friedrich Mann in der M 60 nur in Bernhard Enge einen ernsthaften Konkurrenten. Von unseren Damen durften sich Ingeburg Keller und Gabriele Pohlmann unter den launigen Worten unseres bewährten Sprechers Lothar Wolters auf das Siegerpodest hinaufschwingen.

Rekord-Volkslauf-Teilnehmer Hans-Gerd Spillekothen (er fehlte bisher nur 1 x) „fiel aus allen Wolken“, als er als Sieger der M 60 über 4,9 km ausgerufen wurde. Damit hatte er überhaupt nicht gerechnet. Er musste sich allerdings auch nicht mit starken Gegnern auseinandersetzen. Paul Kalusche und Karl Nagel, die in der erstmals ausgeschriebenen M 70 vorne lagen, hätten ihn gezwungen.

Über die kurze Distanz startete mit Jane Heywood auch eine waschechte Britin (6. in der W 30), die vorher ihren Besuch angekündigt hatte und dann auch tatsächlich erschien. Es ist aber keineswegs so, dass wir sie mit einem stattlichen Antrittsgeld von der Insel herübergelockt hätten. Sie kam auch nicht deshalb, weil sie unseren Volkslauf als das Nonplusultra in der deutschen Volkslaufszene angesehen hat. Sie wollte offensichtlich bei ihrem Deutschland-Besuch die Stadt der Schwebebahn nicht auslassen und nutzte dann gleich die Gelegenheit, bei unserem Volkslauf etwas für ihre Fitness zu tun. Unsere Medaille und eine Flasche Sekt mit dem Schwebebahn-Emblem durfte sie als Andenken mit nach Hause nehmen. Hoffen wir, dass sie unseren Volkslauf in guter Erinnerung behält und in ihrer Heimat nur Gutes über Wuppertal erzählt.

Eine Stimme zum Volkslauf von einem Stefan aus dem Internet: Ich laufe mal wieder die große Runde. Leider hat sich bei der Veranstaltung selbst nicht viel geändert. Hoffen wir einmal wieder auf Besserung im nächsten Jahr.

Gerne hätten wir noch weitere Meinungen abgedruckt. Aber bei „Laufen-in-Wuppertal“ wollte sich sonst niemand outen.

### **Westdeutsche + Nordrhein-10-km-Straßenlauf-Meisterschaften in Nütterden (28.09.):**

#### **Jahres-Bestzeit für Lothar Scholz**

1. Joseah Kiprono Keter (84)	LG Bonn/Troisdorf/ Niederkassel	31:16	Juniorenmeister
2. Paulo Sergio Mansilha (71)	Lauf-Club Euskirchen	31:31	
201. Werner Beecker (32)	M 70/ 1.	42:35	232 Läufer + 66 Läuferinnen
223. Lothar Scholz (32)	M 70/ 4.*)	47:09	im Ziel.

\*) Platz 4 auch in der Nordrhein-Wertung

Nur 14 Tage nach den Deutschen 10-km-Meisterschaften in Troisdorf hatten unsere beiden M 70er Werner Beecker und Lothar Scholz schon den nächsten Meisterschaftstermin. Wie schon in Troisdorf hielten die beiden für Wuppertal alleine das Fähnlein hoch. Die Terminwahl kann man sicherlich nicht als allzu glücklich bezeichnen. Aber für uns Langstreckler gibt es mittlerweile eine kaum noch zu überblickende Vielzahl an Meisterschaften. Wenn nicht gerade im Hochsommer gelaufen werden soll, lässt sich die Terminenge wohl kaum vermeiden. Sie geht aber letztlich zu Lasten der Teilnehmerzahlen und der Leistungsbreite. Weniger könnte hier vielleicht doch mehr sein.

Lothar Scholz verbesserte seine in Troisdorf gelaufene Jahres-Bestzeit noch einmal um fast eine Minute. Er dürfte damit in diesem Jahr zu den 20 Besten seiner Altersklasse in Deutschland zählen.

N.K.

### Berlin-Marathon (28.09.): Rolf Werg nicht zufrieden!

		<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>	<u>Halbmarathon</u>	
1. Paul Tergat (69)	Kenia	2:04:55	2:04:55	1:03:01	Weltrekord!
8. Andres Espinosa (67)	Mexiko	2:08:46	2:08:46	1:04:24	M-40-Weltbestzeit!
23. Jirka Arndt (73)	SC Potsdam	2:16:28	2:16:28	1:07:16	bester Deutscher!
636. Rolf Werg (56)	M 45/ 52.	2:52:51	2:53:02	1:22:43	
13.168. Werner Langenberg (43)	M 60/ 175.	3:55:50	3:56:36	1:43:11	
13.225. Manfred Bönner (49)	M 50/ 994.	3:55:58	4:00:17	1:56:32	

Seine Ausnahmezeit von 2:44:48 Std. aus dem Vorjahr hatte Rolf Werg zwar nicht im Blick. Mehr als 2:52:51 Std. sollten es aber schon sein. Es lief jedoch bei ihm diesmal nicht so richtig rund. Vielleicht klappt es ja 2004 wieder mit einer Zeit unter 2:50 Std.

N.K.

Die neue Strecke hat sich im weitesten Sinne bewährt. Von den äußeren Bezirken läuft man jetzt in Richtung Ziel mitten durch die Stadtmitte. Zunächst durch das ehemalige Zentrum West-Berlins, mit Ku'damm und Gedächtniskirche, und dann geht es durch die neue Mitte: zum Potsdamer Platz, Leipziger Platz und Schloßplatz. Die Strecke ist ebenso schnell (noch schneller?) wie die alte, was der Weltrekord von Paul Tergat zeigt. Das Brandenburger Tor spielt jetzt eine zentralere Rolle. Wenn es ein Wahrzeichen für Berlin gibt, dann ist es dieses historische Tor. Jetzt ist es konsequenterweise auch zentraler Dreh- und Angelpunkt für den größten deutschen Marathon. Das emotionale Moment beim Durchlaufen des Brandenburger Tores wenige Meter vor dem Ziel ist einzigartig. Damit kann sich nur noch London mit dem Zieleinlauf auf der Mall am Buckingham Palace vergleichen. Negativ: Dass Start und Ziel jetzt nur noch wenige Meter auseinander liegen, hat zwar logistische Vorteile für Teilnehmer wie Veranstalter (z.B. fällt der Kleidertransport weg), aber rund um das Brandenburger Tor ist es für die Läufer beim Start enger geworden als früher auf der Straße des 17. Juni am Charlottenburger Tor. Wegen der vergleichsweise engen Streckenführung auf den ersten acht Kilometern war für die 4-Stunden-Läufer erst hinter dem Reichstag (7 km) ein freies Laufen möglich.

Es schien, als wären dieses Jahr trotz des idealen Wetters weniger Zuschauer als sonst an der Strecke gewesen. Haben die Berliner die neue Streckenführung noch nicht angenommen? Erfahrene Berlin-Teilnehmer bestätigen dies, schwärmten aber dennoch unisono von der fantastischen Stimmung in diesem Jahr, vor allem von den vielen Musikgruppen.

aus Runner's World

### Köln-Marathon (05.10.): Jörg Hohmann läuft nur in Köln!

			<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>	<u>Halbmarathon-Hälften</u>
1. Benjamin Rotich	M 20	Kenia	2:12:03	2:12:03	1:05:49/ 1:06:13
8. Carsten Eich (70)	LG Braunschweig		2:15:27	2:15:27	1:05:50/ 1:09:36
3.270. Jörg Hohmann (63)	M 40/ 764.		3:42:38	3:53:55	1:49:44/ 1:52:54
3.851. Manfred Bönner (49)	M 50/ 250.		3:47:22	3:56:35	1:52:05/ 1:55:16

11.445 Läufer (Letzter in 6:30:46) + 2.406 Läuferinnen (Letzte in 6:09:52) im Ziel.

264 Läufer + 7 Läuferinnen unter 3:00:00 Std. Netto (darunter leider kein Wuppertaler)

Statt des in Köln schon erlebten und erneut vorhergesagten Dauerregens kam rechtzeitig zum Start die Sonne heraus. So herrschten bis auf den teilweise unangenehmen Wind auf einigen anfälligen Passagen gute Laufbedingungen.

Die gegenüber dem Vorjahr geringfügig gesunkene Zahl der „Finisher“ als allein überprüfbares Merkmal der Akzeptanz einer Veranstaltung hat natürlich etwas mit dem vorjährigen Start-Chaos und der entsprechenden Kritik zu tun. Doch diesmal klappte es mit der Aufstellung der Startblöcke am Otto-Platz vor dem Deutzer Bahnhof, die wie geplant nacheinander in die Kurve und über die enge Deutzer Brücke geschickt wurden. So konnten die Läuferinnen und Läufer ihre Netto-Zeit in ihrem geplanten Zeitfenster erreichen. Die Kritik setzte diesmal an der Kleiderabgabe an, denn die Klamotten mussten diesmal linksrheinisch abgegeben und dort in Zielnähe wieder abgeholt werden. Es herrschte ein ziemliches Gedränge bei der Abgabe und besonders auf dem engen Fußgängerweg der Hohenzollernbrücke, den alle Kleiderabgeber zum Start passieren mussten.

Wer im übergestülpten Müllsack am Start stand und nur ankommen wollte, der wurde durch Musik und motivierende Ansage angeheizt. Auf dem Promi-Wagen stand da der Kölner Oberbürgermeister Fritz Schramma zunächst im vergänglichen Düsseldorf-Rhein-Ruhr-Olympiatrikot (aus Solidarität), ehe er kurz vor dem Start seine wahre Identität mit einem echt kölschen T-Shirt enthüllte und den Startschuss abgab. So was kommt an in Köln, wo man den Marathon schon als Beginn der fünften, der karnevalistischen Jahreszeit integriert hat und viele Läufer verkleidet antreten und Schunkellieder erklingen. Der einer ausgestreckten Hand mit ihren Fingern gleichende Kurs und den vielfältigen Wanderungsmöglichkeiten für die von der Polizei wieder auf 600.000 geschätzten Zuschauer ist weiterhin das Plus des Köln-Marathons.

aus Spiridon 11/03

## **12. Arthur-Lambert-Gedenklauf in Wittenberg (11.10.) – Karl Nagel von Autotür abgefangen**

5 km: 1. Tim Rosenbaum (89) SV Braunsbedra 16:50  
46. Karl Nagel (29) M 70/ 2. 25:35

50 Läufer (Schüler A - C + M 65 - M 80) und 18 Läuferinnen (Schülerinnen A - C + W 55 - W 70) im Ziel.

Karl Nagel musste sich mit dem zweiten Platz in seiner Altersklasse begnügen. Unterwegs öffnete eine unaufmerksame Autofahrerin gerade im dem Moment ihre Fahrertüre, als Karl herannahte. Er wurde so unglücklich von der Türe getroffen, dass er stürzte und sich verletzte. Zum Glück konnte er sich aber doch wieder aufrappeln und das Rennen beenden.

Über 10 km gewann der Magdeburger Michael Schering in guten 31:25 Min. Neben Karl lief aus Wuppertal, Remscheid und Solingen nur noch Margarete Mankel vom ATV Wuppertal mit. Arthur Lamberts Ehefrau Hanny hatte es sich natürlich auch nicht nehmen lassen, die weite Reise nach Wittenberg anzutreten, um als Zuschauerin dabei zu sein und alte Kontakte zu pflegen.

Mit dem 12. Arthur-Lambert-Gedenklauf endete nach 40 Jahren ehrenamtlicher Arbeit als Funktionär, Trainer, Organisator und Ausrichter vieler Sportveranstaltungen - darunter mehrerer DDR-Meisterschaften - die Ära Manfred Kuschel. Er zieht sich in den wohlverdienten Ruhestand zurück. Sachsen-Anhalts Landestrainer Lauf bescheinigte ihm, mit dem Wittenberger Arthur-Lambert-Gedenklauf die beste Straßenlaufveranstaltung in Sachsen-Anhalt und eine der besten in Ostdeutschland 12 Mal in Folge ausgerichtet zu haben. Ein geeigneter Nachfolger für Manfred Kuschel dürfte nur schwer zu finden sein. Der 12. Gedenklauf, 20 Jahre nach dem Tod von Arthur Lambert, ist damit unter Umständen auch der letzte gewesen.

Ganz anders als der Landestrainer ging die Interessengemeinschaft der Langstreckenläufer (IGL, früher IGÄL) mit ihrem ehemaligen Stützpunktleiter um. Wegen einer im Grunde genommen geringen Verfehlung bei der Abrechnung von Geldern hetzte sie ihm die Staatsanwaltschaft auf den Hals.

**Marathonlauf „Rund um den Baldeneysee“ (12.10.): Unser neues Mitglied Andreas Sievert führte sich mit 3:11:23 gleich gut ein**

<u>Männer</u>		<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>	<u>Halbmarathon-Hälften</u>
1. Carsten Schütz (75)	TV Wattenscheid	2:14:56	2:14:58	1:07:45/ 1:07:11
68. Achim Conrad (57) - bester Wuppertaler -	LCK Ronsdorf	2:57:26	2:57:32	1:28:25/ 1:29:01
184. Andreas Sievert (66)	M 35/ 51.	3:11:23	3:11:54	1:34:24/ 1:36:58
284. Hans Georg Bein (56)	M 45/ 46.	3:19:36	3:20:07	1:33:29/ 1:46:07

1.489 Läufer im Ziel.

Frauen

1. Romy Spitzmüller (81)	LAZ Leipzig	2:34:55	2:34:57	
187. Karin Blume (53)	W 50/ 19.	4:53:06	4:54:33	206 Läuferinnen im Ziel.

Carsten Schütz lief bei seinem Marathondebüt gleich eine deutsche Jahres-Bestzeit, die auch nicht mehr verbessert wurde. Im Ziel sank er zu Boden, vergoss sogar ein paar Tränen der Freude und nahm die zahlreichen Glückwünsche entgegen. Alle waren sie gekommen, hatten ihm unterwegs die Daumen gedrückt, seine Freundin, seine Eltern, seine Trainingskameraden vom TV Wattenscheid.

Tono Kirschbaum, sein Trainer, war von der Leistung seines Schützlings ganz begeistert und traut ihm sogar die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Athen zu. Hier dürfte aber wohl doch Wunschtraum und Wirklichkeit weit auseinander liegen. Eine Zeit knapp unter 2:15 Std. ist heute - international gesehen - nicht mehr viel wert.

Andreas Sievert zeigte in seinem zweiten Wettkampf für den LCW, über welches ein beachtliches Potenzial er verfügt. Er ist für uns eine echte Verstärkung. Hans Georg Bein hat über seine Lieblingsstrecke Marathon vorher nicht für möglich geglaubte Fortschritte gemacht. Bei seinem ersten Marathon im vergangenen Jahr in München musste er sich noch mit 3:46 Std. begnügen.

N.K.

**Schloßparklauf in Essen-Borbeck (18.10.) - 10 km:** 1. Karsten Kruck (78) Tusem Essen 33:23  
- keine amtlich vermessene Strecke - 43. Frank Villbrandt (59) M 40/ 10. 45:08  
79 Läufer + 11 Läuferinnen im Ziel.

Ruh und Rast ist halbe Mast, besser ist Laufen ohne Hast! Prof. Dr. Gerhard Uhlenbruck

**3. Röntgen-Lauf-Tag (26.10.): Martina Bauer gewann den Waldlauf - Norbert Korte**

Der Röntgen-Lauf hat sich als Großveranstaltung etabliert. Insbesondere der Halbmarathonlauf fand großen Zuspruch. Dagegen scheint mir der 8,5-km-Crosslauf durchaus entbehrlich. Für reine Hobbyläufer ist der Kurs zu anspruchsvoll und die Cracks, die diesen Lauf interessant machen könnten, blieben lieber zu Hause.

Das Wetter spielte diesmal auch mit. Es gab keinen Sturm in Orkanstärke. Man musste also nicht um die Standfestigkeit der Bäume und der Läufer fürchten. Es war zwar ungemütlich kalt und nass. Das störte aber allenfalls die Zuschauer. Als Aktiver empfand man die Temperaturen sicher durchaus als angenehm.

Supermarathon über 63,3 km (Original Röntgenweg, ca. +/- 1.100 Höhenmeter)

				<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>
<u>Männer:</u>	1. Helmut Peters	M 35	Peters Sport-Team	4:30:42	4:30:47
<u>Frauen:</u>	1. Elena Wagner	W 20	TV Rūbenach	5:37:10	5:38:17
	3. Saskia Rohde (75)		LG Wuppertal	6:13:43	6:14:18
	25. Helga Rother (41)		W 60/ 2.	7:49:47	7:52:06

230 Läufer + 31 Läuferinnen im Ziel.

Marathon (ca. +/- 750 Höhenmeter)

<u>Frauen:</u>	1. Ines Neumann	W 35	LSV Tri-Team	3:41:53	3:42:08
	3. Corinna Mintert (70)		LG Wuppertal	3:54:35	3:55:10
	17. Vera Hellmich (59)		W 40/ 4.	4:30:22	4:31:06

26 Läuferinnen + 157 Läufer im Ziel.

Halbmarathon

<u>Männer:</u>	1. Arnd Bader		Remscheider SV	1:12:04	1:12:07
	4. Olaf von der Cron (74)		LCK Ronsdorf	1:21:44	1:21:48
	23. Antonio Stellato (46)		M 55/ 1.	1:29:48	1:29:54
	102. Friedhelm Garze (48)		M 55/ 2.	1:42:01	1:42:45

709 Läufer + 245 Läuferinnen im Ziel.

Crosslauf über 8,5 km

<u>Männer, männl. Jug. A:</u>	1. Frank Holberg (81)		Barmer TV	27:28	
	17. Matthias Wickel (84)		MJA/ 1.	36:03	57 Läufer + 24 Läu-
	36. Harald Sohnius (35)		M 65/ 1.	42:09	ferinnen im Ziel.

Jedermann-Waldlauf über 5 km

<u>Frauen (ohne AK-Wertung):</u>	1. Martina Bauer (64)	22:21	79 Läuferinnen +
	42. Karin Böhner (40)	30:52	95 Läufer im Ziel.

Martina Bauer hatte keine Konkurrentin zu fürchten, und auch von den Männern kamen nur 20 vor ihr ins Ziel.

<u>Schüler A + B über 2.000 m:</u>	1. David Schreiber (89)	LG Remscheid	6:45
	4. Timo Bauer (90)	M 13/ 1.	7:09

39 Läufer + 22 Läuferinnen im Ziel.

Timo lieferte sich einen spannenden Endkampf mit dem Sieger der M 12, Arik Möller von LG Remscheid, den er bei Zeitgleichheit nur denkbar knapp verlor. Mit letztem Einsatz versuchte er seinen Gegner niederzuringen. Hinter dem Zielstrich stürzte er auf dem abschüssigen Gelände zu Boden und blieb zuerst einmal liegen. Ernsthaft verletzt hatte er sich aber nicht. Es war wohl mehr die Enttäuschung.

Schüler D über 900 m: 1. Semjon Meisterernst (94) LG Remscheid 4:20  
14. Janis Bauer (95) M 9/ 13. 4:53  
62 Läufer + 36 Läuferinnen im Ziel.

**Garather Schloßmarathon (02.11.) - Halbmarathon:** 1. Alina Schulte (83) 1:25:28  
- amtlich vermessene Strecke - LAZ Lahn-Aar-Diez  
113 Läuferinnen + 470 Läufer im Ziel. 75. Gerlinde Kiel (51) 2:17:56

**Berg- u. Waldlauf in Iserlohn (02.11.) - 10 km:** 1. Chris Schwiegelshohn (86) 36:44  
LG Olympia Dortmund  
(2 Runden um den Rupenteich mit Anstiegen 8. Hubert Hülskamp (58) M 45/ 1. 44:11  
über insgesamt 134 m) 46 Läufer + 12 Läuferinnen im Ziel.

**Westdeutsche Berglaufmeisterschaften in Hausen (Wied) bei Bad Hönningen (08.11.):**

**Keine Gegner für Werner Beecker - Norbert Korte**

6 km Männer (270 m Höhendifferenz)

1. Sergio Paulo Mansilha (71)\*) Lauf-Club Euskirchen 22:09 150 Läufer + 23 Läuferinnen im Ziel.  
119. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 31:24

\*) Titelverteidiger und Westdeutscher 10-km-Straßenlaufmeister 2003 mit 31:31 Min.

Zwei Meinungsäußerungen aus dem Internet-Gästebuch des Ausrichters:

Stefan Fuckert, LAG Siegen (88. in 28:53 Min.)

Hallo Waldbreitbach,

... Großes Lob an die Homepage und das Organisationsteam. Tolle Veranstaltung, perfekter Service. War selbst am Start. Nächstes Jahr sind die Berglaufmeisterschaften bei mir vor der Haustüre. Kenne die Strecke. Ist aber nicht so attraktiv wie Eure. Zu heiß und zu viel Gefälle!

Gruß Stefan

Tillmann Ruland, LAC Veltins Hochsauerland (50. in 26:29 Min.)

Hallo,

... Die Veranstaltung fand ich sehr gelungen, gerade die schnelle Auswertung der Ergebnisse war gut. Einzig muss ich sagen, dass am Start zu wenig Platz für die Zahl der Teilnehmer bestand. Mein Vorschlag wäre, beim nächsten Mal den Start wenige Meter nach hinten zu legen, um so die Startlinie breiter zu machen.

Mfg Tillmann Ruland

Aus der Rhein Zeitung v. 10.11.03: ... Der VfL durfte die Berglaufmeisterschaften auf der Strecke ausrichten, die von zahlreichen Volksläufen berühmt (und berüchtigt) ist. Vom Wiedtalbad in Hausen aus führen sechs Kilometer Feldweg und Asphalt insgesamt 270 m in die Höhe. Das Ziel in Hähnen erreicht nur, wer zwei beinharte Anstiege hinter sich bringt: Der letzte führt direkt ins Ziel – mit idyllischem Ausblick auf die (noch grüne) Skipiste. ... Die 270 Höhenmeter mussten 180 Starter bei herrlichem Wetter bewältigen – aber teils bei recht böigem Wind. ...

N. Korte: Die M-70-Läufer aus dem westdeutschen Raum trauten sich offensichtlich nicht, bei diesen Meisterschaften an den Start zu gehen, obwohl sich doch 270 Höhenmeter nicht allzu gefährlich anhören. So hatte Werner Beecker nur einen Gegner, der sich aber nicht als ernsthafter Konkurrent erwies.

Auf Platz 102 kam angeblich ebenfalls ein Läufer mit dem Namen „Beecker“ (Vorname Detlef, Jahrgang 1958) ins Ziel. Eine Namensgleichheit ist ja - zumal bei dem Namen Beecker - nicht unbedingt ungewöhnlich. Dass er aber auch dem LCW angehören soll, sicher schon. Aber vielleicht wissen wir ja noch gar nicht, wie populär unser Verein ist. Wahrscheinlich ist es für manche schon eine große Ehre, unter unserem Vereinsnamen zu starten.

### **Düsseldorfer Martinslauf im Hasseler Forst (09.11.): Friedrich Mann seit 1997 ungeschlagen!**

<u>10 km Männer, männl. Jug. A + B:</u>	1. Gerd Müsgens (54)	TuS Breitscheid	34:58
- keine amtlich vermessene Strecke -	43. Andreas Sievert (66)	M 35/ 12.	39:35
	101. Friedrich Mann (36)	M 65/ 1.	44:31
	109. Matthias Wickel (84)	MJA/ 6.	44:55
	163. Walter Hümpfer (59)	M 40/ 28.	47:58
	189. Volker Heinrichs (44)	M 55/ 10.	49:22
	241. Harald Sohnius (35)	M 65/ 8.	51:53
	321. Walter Müller (34)	M 65/ 11.	57:08
408 Läufer im Ziel.	327. Hans Wiczorrek (30)	M 70/ 4.	57:50

<u>10 km Frauen, weibl. Jug. A + B:</u>	1. Ute Herold (64)	TG Neuss	39:30
205 Läuferinnen im Ziel.	90. Cordula Hümpfer (61)	W 40/ 20.	58:45

<u>Halbmarathon Männer, männl. Jug. A:</u>	1. Andreas Beginn (85)	LG Hilden	1:13:09
- keine amtlich vermessene Strecke -	12. Stefan Sammito (78)	M 20/ 2.	1:24:52
	19. Antonio Stellato (46)	M 55/ 1.	1:26:56
	52. Andreas Black (59)	M 40/ 13.	1:32:01
	79. Rainer Krüger (62)	M 40/ 23.	1:35:52
	94. Friedhelm Garze (48)	M 55/ 6.	1:37:30
417 Läufer im Ziel.	260. Bernd Bahne (43)	M 60/ 8.	1:50:57

<u>Halbmarathon Frauen, weibl. Jug. A:</u>	1. Petra Schönfeld (70)	ohne Verein	1:33:39
	26. Vera Hellmich (59)	W 40/ 5.	1:49:58
140 Läuferinnen im Ziel.	39. Gabriele Pohlmann (41)	W 60/ 1.	1:54:49

Seit seiner Mitgliedschaft im LCW trägt Friedrich Mann beim Hasseler Martinslauf das LCW-Trikot immer als Erster seiner Altersklasse durchs Ziel. Diese bemerkenswerte Leistung verdient es sicherlich, einmal besonders herausgestellt zu werden. 1997 - 2000 gewann er viermal hintereinander den Halbmarathonlauf in der M60. Seit er 2001 in die M 65 wechselte, begnügt er sich mit der 10-km-Strecke, die er seitdem auch immer siegreich beendete. Das soll ihm erst einmal einer nachmachen!

Auch wenn die Rekordteilnehmerzahl des Vorjahres nicht ganz erreicht wurde (1.170 statt 1.233 im 10-km- u. Halbmarathon-Lauf), gab es wieder ein ziemliches Gedrängel im Start-/Zielbereich. Fehler und Mängel lassen sich unter diesen Umständen nicht ausschließen.



So fiel das Ergebnis der Internet-Umfrage (111 Teilnehmer) auch recht „durchwachsen“ aus.

Waren Sie mit der organisatorischen Leistung beim Martinslauf zufrieden?

Ja, alles bestens: 40,54 % teilweise verbesserungsbedürftig: 45,95 % viele Mängel: 13,51 %

Der Blick in das Internet-Gästebuch des Veranstalters lohnt sich ebenfalls.

Michael Schwierz aus Düsseldorf:

Hallo SFD,

ein großes Lob von mir. Für mich war es ein toller Lauf. Es hat alles gepasst, sehr schöne Strecke, der Weckmann war lecker, das Wetter optimal. Mit meiner Zeit war ich auch zufrieden. Mir persönlich reichen beim Halbmarathon auch zwei Verpflegungsstationen.

René Doll aus Wuppertal:

Hallo,

ich bin Jahrgang '65 und konnte leider meinen Namen nicht in der Ergebnisliste finden! Ich glaube schon, dass ich unter 60 Min. bei den 10 km gelaufen bin.

Wäre schön, meine Zeit noch in Erfahrung zu bringen. By the way hatte eine Startnummer mit 9 beginnend. Trotzdem ein SUUUUPER Lob für diese Veranstaltung. Tolle Strecke, tolle Atmosphäre, tolle Stimmung.

Bis zum nächsten Jahr und sportliche Grüße Euer René

PS: Wäre vielleicht besser, wenn die Zeitnahme anders gestaltet wird und dass beim Start wie im letzten Jahr die Läufer/innen nach ihrem Leistungsstand starten können, sodass kein Geknubbel während des Starts stattfindet.

Es sind noch einige weitere Mails mit ähnlichem Inhalt nachzulesen. Die beiden sollen aber reichen. Wegen ihres sensationellen Inhalts hänge ich noch die Mail von Rudi Schobel dran, der angeblich aus Israel angereist war und kurz davor stand, einen Fabel-Weltrekord aufzustellen. Weltklasse-Athleten wie Paul Tergat sind gegenüber ihm offenbar nur Stümper. Bitter beklagt er sich darüber, dass die Kampfrichter seiner phänomenalen Leistung nicht die nötige Aufmerksamkeit geschenkt haben.

Ich muss gestehen, dass ich mit der Strecke ganz und gar nicht zufrieden war, denn bei km 23 war die Rennstrecke nicht mehr genügend ausgeschildert. Obwohl ich die Konkurrenz weit hinter mir ließ, scheint mein Zieleinlauf nach *52 Minuten* nicht wahrgenommen oder mit Absicht ignoriert worden zu sein. Des weiteren muss ich mich beschweren, da ich die Strecke im allgemeinen zu lang fand. Außerdem hatte ich meine Brille verloren und ein sehr grob unsportlicher Mensch ist einfach darauf getreten. Gemeinheit so was!

MfG Euer Rudi alias „orange T.cool“

N. Korte

## **50. Geländelauf des Ski-Clubs Cronenberg (09.11.): Das Interesse hielt sich in Grenzen -**

**N. Korte**

<u>10,5 km Männer:</u>	1. Andreas Pakmohr (60)	LCK Ronsdorf	37:52
	2. Olaf von der Cron (74)	LCK Ronsdorf	38:58
	5. Michael Bremer (66)	M 30/ 1.	41:53
	15. Hubert Hülskamp (58)	M 40/ 4.	46:57

16. Dirk Werner (52)	M 50/ 3.	47:06	
17. Norbert Korte (50)	M 50/ 4.	47:24	46 Läufer im Ziel.

<u>10,5 km Frauen:</u>	1. Cornelia Kronenberg (54)	LCK Ronsdorf	46:02	10 Läuferinnen
	9. Gerlinde Kiel (51)	W 50/ 3.	64:32	im Ziel.

<u>Schüler A - C über 1,6 km:</u>	1. Jan-Philipp Werner (89)	LCW	5:04	
	2. Nikolai Werner (89)	LCW	5:06	21 Läufer + 19 Läuferinnen im Ziel.
	3. Max Müller (92)	TV Friesen	5:43	

Die großen Massen drängelten sich nicht beim Jubläumslauf des Ski-Clubs Cronenberg. Daran änderte auch das gute Wetter nichts. Aber immerhin waren es ein paar mehr als im letzten Jahr. Die Konkurrenz ist mit dem Müngstener Brückenlauf und dem Martinslauf in Düsseldorf-Hassel einfach übermächtig. 18 LCWer/innen starteten in Hassel. Für den Ski-Club-Lauf konnte da naturgemäß unsererseits nur noch ein kleines Aufgebot übrig bleiben.

Einträchtig hintereinander auf den Plätzen 15 - 17 kamen Hubert Hülskamp, Dirk Werner und ich ins Ziel. Die Fronten waren aber schon frühzeitig geklärt. Zu einer spannenden Auseinandersetzung während des Rennens kam es leider nicht.

Vorne hatte Andreas Pakmohr nur in Olaf von der Cron einen halbwegs ernsthaften Gegner.

Ebenso unspektakulär ging es beim Schülerlauf über 1,6 km zu. Jan-Philipp und Nikolai Werner beherrschten das Feld, ohne viel dafür tun zu müssen. Das aufstrebende Talent Max Müller vom TV Friesen ist einfach noch zu jung, um den beiden jetzt schon gefährlich werden zu können. Jan-Philipp und Nikolai konnte es aber nur recht sein, auf keine allzu starke Konkurrenz zu treffen. Am Vortag waren sie nämlich noch beim Müngstener Brückenlauf gestartet. Ihre Zeiten und Platzierungen können wir leider nicht präsentieren. Die M 14 fehlt nämlich schlicht und einfach in der Ergebnisliste. Sie müssten ihre Altersklasse aber wie gewohnt gewonnen haben. Als alter Anhänger des Müngstener Brückenlaufes wollte ich auch einen Doppelstart wagen. Die Ausgabe der Startnummern und das Nachmeldeverfahren für Karl Nagel gingen aber so umständlich und damit zeitraubend vorstatten, dass mir nicht mehr genügend Zeit für ein gründliches Einlaufen geblieben wäre. Wütend verzichtete ich auf einen Start und entschied mich stattdessen für einen gemütlichen Trainingslauf auf der anderen Wupperseite.

Nicht unerwähnt bleiben sollte, dass sich mit Petra Maak von der LAV Bayer Uerdingen/Dormagen auch eine ehemalige deutsche Spitzenathletin zum Dorner Weg „verirrte“. Sie beschränkte sich allerdings auf den 5-km-Jedermann-Lauf, den sie als Gesamt-Dritte beendete. Die mittlerweile 39jährige Athletin, die unter ihrem Mädchennamen Sander vielleicht noch bekannter ist, hätte auch gut als Teilnehmerin zu unserem Cross- und Waldlauf gepasst, denn sie lief in diesem Jahr immerhin noch 34:20 Min. über 10 km auf der Straße und in Paderborn noch bessere 1:14:43 Std. über die Halbmarathondistanz. Damit belegt sie in der DLV-Bestenliste 2003 einen hervorragenden 5. (HM) + 11. Rang (10 km).

### **Hildener Schüler-Crosslauf - LVN-Talent-Cross (15.11.): Wiederum hart umkämpfter zweiter Platz für Jan-Philipp Werner – Georg Rüttinger**

<u>Schüler M 14 - 2.500 m:</u>	1. Markus Klug (89)	8:23	22 Läufer einschl. der M 15 im Ziel.
	LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel		

2. Jan-Philipp Werner (89) 8:25      3. Nikolai Werner (88) 8:46

600-m-Rundkurs auf einem Wiesengelände mit einigen Hindernissen an der Grundschule Elbsee

Schon in den vorangegangenen Läufen zeigte sich, dass es sehr schwer geworden ist, beim Schülercross in Hilden zu gewinnen. Sehr starke Schülerinnen und Schüler kämpften dort um die Siegerlorbeeren. Jan-Philipp ging zwar wie gewohnt ein starkes Tempo an, musste aber ab der zweiten Runde Markus Klug von der LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel ziehen lassen. Im Ziel hatte Jan-Philipp aber nur 2 Sek. Rückstand. Auf Platz 3 folgte dann schon sein Bruder Nikolai, allerdings mit einem deutlichen Abstand von 21 Sek. Mit diesen Leistungen konnten sich beide für den DLV-Talentfördercross in Osterkappeln am 14. Dez. qualifizieren.

**Neusser Erftlauf (15.11.) - 5-km-Jedermann-Lauf:** 1. Matthias Rück M 20 17:05,2  
TV Jahn Kapellen  
85 Läufer + 61 Läuferinnen im Ziel. 61. Harald Sohnius (35) M 65/ 3. 25:42,9

**Herbstwaldlauf in Hagen-Hohenlimburg (15.11.)** 10 km: 1. Marcus Klönne (72) Tri Team Witten 32:23  
73. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 46:24  
125 Läufer + 48 Läuferinnen im Ziel. 90. Lothar Scholz (32) M 70/ 2. 49:53

Zur Startzeit um 14.45 Uhr mussten die Läuferinnen und Läufer einen leichten Regenschauer über sich ergehen lassen. Der Veranstalter hatte sich zu einer Änderung des Streckenverlaufs entschlossen. Durch den 1,1 km langen Anstieg durch das Hesselbachtal ist der Lauf jetzt wesentlich anspruchsvoller, dafür aber auch landschaftlich reizvoller geworden. Auf die insgesamt mehr als 400 Teilnehmer wartete eine Tombola mit 200 Gewinnen.

N.K.

**LCW-Cross- und Waldlauf „Rund um den Freudenberg“ (22.11.): Der Remscheider SV konnte den Bergischen Schmied nicht zum dritten Mal hintereinander gewinnen – N. Korte**

Mit dem Verlauf unseres Cross- und Waldlaufes können wir wieder recht zufrieden sein. Sicherlich gibt es immer wieder noch das eine oder andere zu verbessern und 30 bis 40 Teilnehmer mehr wären auch nicht schlecht.

Nachdem die Voranmeldungen zuerst nur spärlich eingingen, kamen mit den Nachmeldungen schließlich aber doch wieder 260 Läuferinnen und Läufer ins Ziel. Das hohe Vorjahresniveau wurde fast erreicht. Bei den Schülerinnen und Schülern waren es diesmal etwas mehr, dafür bei den Erwachsenen weniger.

Das Wetter spielte auch einigermaßen mit. Zwar regnete es während der Veranstaltung einmal für kurze Zeit, dafür lagen die Temperaturen aber im zweistelligen Bereich. Mit kalten Füßen musste keiner seine Zeit auf dem Freudenberg verbringen.

W 8 - W 11 über 1,9 km

1. Halima Albert (92) Barmer TV 7:51  
32. Pia Kaufmann (92) W 11/ 11. 11:33 37 Läuferinnen im Ziel.

M 8 - M 11 über 1,9 km

1. Max Müller (92) TV Friesen 7:30  
15. Max Bujotzek (93) M 10/ 4. 8:49  
31. Janis Bauer (94) M 9/ 10. 9:48 41 Läufer im Ziel.

#### W 12 - W 15, weibl. Jugend A + B über 1,9 km

- |                      |             |      |                         |
|----------------------|-------------|------|-------------------------|
| 1. Nina Kramer (90)  | Ohligser TV | 7:09 |                         |
| 2. Sanaa Koubaa (85) | LG Hilden   | 7:10 | 23 Läuferinnen im Ziel. |

Die noch der W 13 angehörende Nina Kramer setzte sich selbst gegen die bereits 5 Jahre ältere Sanaa Koubaa durch, deren Streckenpalette von 1.500 m bis Halbmarathon reicht. Beim Martinslauf 14 Tage zuvor in Düsseldorf-Hassel hatte sie immerhin im Halbmarathonlauf den 2. Platz belegt und mit einer Zeit von 4:39,64 Min. über 1.500 m steht sie auch in der DLV-A-Jugend-Bestenliste dieses Jahres. Das aber reichte alles nicht, um gegen Nina Kramer zu gewinnen. Nina könnte - wenn sie dabei bleibt - einmal eine ganz Große werden.

Ein paar Teilnehmerinnen mehr hätte ich mir bei diesem Lauf schon gewünscht. Ohne die 8 Läuferinnen des SFD 75 Düsseldorf und die 3 der LAV Bayer Uerdingen/Dormagen hätte es ganz finster ausgesehen.

Überhaupt sollte das starke Interesse der Düsseldorfer an unserer Veranstaltung nicht unerwähnt bleiben. Wir starten Jahr für Jahr mit einer großen Mannschaft bei ihrem Martinslauf in Hassel, und sie kommen dafür mit immer mehr Aktiven zu uns. Der Pokal für die größte vorangemeldete Gruppe ging zwar an die Beyenburger Kanuten von KSG Wuppertal, tatsächlich liefen aber 27 SFDer und nur 23 KSGer mit.

#### M 12 - M 15 über 1,9 km

- |                            |          |      |                    |
|----------------------------|----------|------|--------------------|
| 1. Jan-Philipp Werner (89) | M 14/ 1. | 6:29 |                    |
| 2. Nikolai Werner (89)     | M 14/ 2. | 6:34 |                    |
| 20. Timo Bauer (90)        | M 13/ 3. | 7:44 |                    |
| 21. David Andres (88)      | M 15/ 7. | 7:46 |                    |
| 24. Stephan Krüger (89)    | M 14/ 7. | 7:54 | 36 Läufer im Ziel. |

Jan-Philipp musste keine „Bäume ausreißen“, um nicht nur seine Altersklasse M 14, sondern den gesamten Lauf zu gewinnen. Auch sein Bruder Nikolai konnte die beiden schärfsten Konkurrenten Daniel Lipus (6:36/ LG Remscheid) und Jörn Kramer (6:37/ LG Hilden), die bereits der M 15 angehörten, niederhalten.

Zum Mannschaftssieg reichte es aber leider nicht. Knapp um einen Punkte zurück, musste sich unsere Mannschaft bei den A-Schülern (M 14/15) der LG Hilden geschlagen geben.

#### Crosslauf über 6,1 km (3 Runden)

- |                            |                   |       |                     |
|----------------------------|-------------------|-------|---------------------|
| 1. Andreas Beginn (85)     | LG Hilden         | 21:05 | 45 Läufer im Ziel.  |
| 2. Daniel Schmidt (86)     | Remscheider SV    | 21:36 |                     |
| 3. Harald Wirtz (74)       | ASC Düsseldorf    | 21:46 |                     |
| 4. Günter Trust (63)       | Ohligser TV       | 21:53 | Sieger Masterklasse |
| 6. Rüdiger Heiligttag (60) | SFD 75 Düsseldorf | 22:05 | 2. Masterklasse     |

Der Crosslauf hatte in der Spitze nicht das Niveau des Vorjahres, als der Kölner Carsten von Kuk in 20:47 Min. vor dem Jugendlichen Markus Nett (20:48/ Solinger LC) und Arnd Bader (20:51/ Remscheider SV) gewann. Leider ging auch die Teilnehmerzahl gegenüber den Vorjahren leicht zurück.

Mit Andreas Beginn von der LG Hilden setzte sich ein A-Jugendlicher durch, der sich aber immerhin schon als Sieger des Halbmarathonlaufes zwei Wochen zuvor in Düsseldorf-Hassel vorstellen konnte. Über 5.000 m auf der Bahn steht er auch unter den ersten 30 in der diesjährigen DLV-Jugend-Bestenliste. Er ist also ein junger Mann mit Perspektive.

Der einzige Wuppertaler B-Jugendliche in der DLV-Bestenliste 2003 (3.000 m in 9:13,94), Thomas Fink vom Barmer TV, musste sich als Neunter der Gesamtwertung und Zweiter seiner Altersklasse seinem Trainer Jens Hillringhaus in 22:38 gegenüber 22:24 Min. knapp geschlagen geben. Jens Hillringhaus konnte als Achter für sich in Anspruch nehmen, in diesem Rennen der beste Wuppertaler gewesen zu sein.

Der Pokalverteidiger Remscheider SV trat diesmal nur mit einer Rumpfmannschaft an. Der dreimalige Crosslauf-Sieger Sascha Velten hatte am Vortag geheiratet und zur Hochzeitsfeier auch seine Vereinskameraden eingeladen. Verständlich, dass sich die meisten danach nicht so richtig frisch fühlten und lieber auf einen Start verzichteten. Sascha Velten beschränkte sich darauf, seine verbliebenen Vereinskameraden gemeinsam mit seiner Ehefrau anzufeuern. Das reichte aber nicht zum Sieg gegen die ausgeglichener besetzte Mannschaft von der SFD 75 Düsseldorf. Der von der AOK Wuppertal gestiftete Bergische Schmied ging damit erstmals an einen Verein außerhalb des Bergischen Städtedreiecks. Der Ausfall der besten Remscheider hatte aber auch einen Vorteil. Im Falle eines erneuten Sieges wäre der nicht gerade als preiswertes Schnäppchen anzusehende Bergische Schmied endgültig in den Besitz des Remscheider SV übergegangen. So müssen wir nicht bei der AOK wegen eines neuen Pokals „anklopfen“.

Der zweitbeste Läufer der Düsseldorfer, Rüdiger Heiligttag, kam trotz einer besseren Zeit gegenüber dem Vorjahr wieder nicht zum Sieg in der Masterklasse. Obwohl er diesmal den Gesamtsieger von 1995, Bernd Feldhoff (Ohligser TV), schlagen konnte, schnappte ihm mit dem frisch in die Masterklasse aufgestiegenen Günter Trust (ebenfalls Ohligser TV) wieder ein anderer den bestdotierten Sportbekleidungs-Gutschein vor der Nase weg.

Wer den bei großer Hitze erstmals ausgetragenen Rhein-Ruhr-Marathon Anfang Mai in Düsseldorf verfolgt hat, kann sich vielleicht noch erinnern, dass dort Rüdiger Heiligttag als bester Deutscher Platz 9 in 2:32:14 Std. belegte.

#### Waldlauf über 7,6 km (4 Runden)

<u>Männer:</u>	1. Andreas Pakmohr (60)	LCK Ronsdorf	28:28	
	2. Florian Hannakamp (72)	TuS Brekerfeld	28:54	
	3. Michael Redlich (61)	TuS Weiershagen	29:09	
	7. Michael Bremer (66)	M 35/ 2.	31:00	
	11. Jörg Schilde (67)	M 35/ 4.	31:30	
	17. Stefan Sammito (78)	M 20/ 5.	31:48	
	21. Andreas Sievert (66)	M 35/ 5.	32:54	
	28. Wolfgang Stein (39)	M 60/ 2.	33:51	
	32. Antonio Stellato (46)	M 55/ 3.	34:09	
	35. Dirk Werner (52)	M 50/ 4.	34:36	
	39. Matthias Wickel (84)	M 20/ 7.	35:23	63 Läufer im Ziel.

Keiner konnte Andreas Pakmohr ernsthaft gefährlich werden. Trotz des fehlenden Drucks durch seine Gegner kam er mit 28:28 Min. in die Nähe des von Jörg Uibel mit 28:17 Min. gehaltenen Streckenrekords für die M 40.

Der Crosslauf fand bei unseren Aktiven kein Interesse, was auch nicht weiter verwundert. Dabei dürfte weniger das anspruchsvollere Streckenprofil als die fehlende Altersklassenwertung im 5-Jahres-Rhythmus eine Rolle spielen. Dafür stellten wir beim Waldlauf eine beachtliche Streitmacht. Bei einer Mannschaftswertung hätten wir nur gegen den LCK Ronsdorf verloren (30:36 Pkte.).

Michael Bremer konnte sich am weitesten vorne behaupten. Gegenüber dem Vorjahr steigerte er sich um 13 Sek. Wolfgang Stein bestritt nach einer langen Verletzungspause zum ersten Mal wieder einen Wettkampf. Dafür klappte es schon sehr gut. Man konnte von ihm noch keine Spit-

zenleistung erwarten. Gegen seinen großen Widersacher bei vielen Wettkämpfen, Walter Hantke vom Viersener TV (32:40/ Sieger M 60) konnte er sich unter diesen Umständen verständlicherweise noch nicht wieder behaupten.

Matthias Wickel trat „zum letzten Gefecht“ für den LCW an. Er verlässt den LCW zum Jahresende, um mehr Zeit für die Schule und seine übrigen Hobbys zu haben.

<u>Frauen:</u>	1. Waltraud Klostermann (60)	SuS Schalke 96	32:02	
	2. Lenka Siberova (82)	TSV Solingen-Aufd.	34:11	
	3. Cornelia Kronenberg (54)	LCK Ronsdorf	34:28	
	5. Martina Bauer (64)	W 30/ 1.	39:06	
	8. Gabriele Pohlmann (41)	W 40+/ 4.	42:09	15 Läuferinnen im Ziel.

Vorjahres-Siegerin Elke Kramer (Ohligser TV) beschränkte sich diesmal darauf, ihre Tochter Nina zu betreuen. Gegen die aktuelle deutsche Seniorenmeisterin über 5.000 m in der W 40, Waltraud Klostermann, hätte sie aber wohl auch keine Chance gehabt. Die sympathische Ennepetalerin ohne Starallüren startet schon seit Jahren für die ansonsten in der Leichtathletik unbedeutende SuS Schalke 96.

Martina Bauer konnte sich nur ganz knapp mit einer Sekunde Vorsprung gegen Heike Book in der W 30 durchsetzen.

Oliver Seyffert (LG Wuppertal) auf seiner sehr informativen Homepage „Laufen in Wuppertal“ zu unserer Veranstaltung: Ich war in diesem Jahr verletzungsbedingt nur als Zuschauer dabei (und konnte so ein paar Fotos mehr machen als sonst). Ich habe zwei spannende Rennen gesehen – danke dafür (danke LCW, danke Laufvolk!).

Zu seinen Fotos: Andreas Beginn vor Daniel Schmidt sind nach einer Runde noch zusammen. In der zweiten Runde hat Andreas Beginn sich bereits abgesetzt. Harald Wirtz, der anfangs noch führte, wird Dritter und gewinnt die M 20 - 39. Günter Trust (Ohligs) bleibt ebenfalls unter 22:00 Min. und wird als Sieger der Ü 40 Gesamtvierter.

### **1. Galeria Kaufhof Parkhauslauf in Rostock (30.11.): Gerlinde mag das Rundenkarussell in Parkhäusern**

5 km Männer: 1. Steffen Ventz 16:09 ... 28. Volker Heinrichs (44) 24:39 30 Läufer im Ziel.

5 km Frauen: 1. Diana Peters 26:28; 2. Gerlinde Kiel (51) 27:22 4 Läuferinnen im Ziel.

Es lag irgendwie etwas Besonderes in der Parkhausluft am 1. Adventssamstag-Vormittag. Galeria Kaufhof Rostock als Veranstalter und der Rostocker Marathonverein - Baltic Night Fever Marathon e.V. in der Funktion des sportlichen Leiters hatten zu einem nicht alltäglichen Event auf 12 Parkdecks geladen. Immerhin rd. 100 laufverrückte Neugierige kamen dann auch deutlich vor Ladenöffnung, um das Rundenkarussell über 5 km (Einzelwettbewerb) bzw. 4 x 1 km (Staffelwettbewerb) in Angriff zu nehmen. ... Gerlinde Kiel und Volker Heinrichs reisten extra aus Wuppertal an die Warnow, um sich dieses Spektakel nicht entgehen zu lassen. ... Diana Peters, Siegerin bei den Damen, hatte es wahrscheinlich mit den Weihnachtseinkäufen mehr als eilig, sodass sie ihren Hauptpreis - ein Galeria Kaufhaus Deko-Team wird ihren Weihnachtsbaum schmücken - zur Siegerehrung gar nicht selbst in Empfang nehmen konnte. Steffen Ventz dagegen hatte innerlich möglicherweise einige Kämpfe auszutragen, um den gewonnenen Weihnachtsbraten - eine lebende Gans – mit dem laufenden Trainingsprogramm in Einklang zu bringen.

aus der Homepage des Rostocker Marathonvereins

### **Nikolauslauf der TG Neuss (06.12.): Nikolai Werner klar vorne!**

Schüler M 14/15 - 1,6 km: 1. Nikolai Werner (89) LCW 5:40,4 13 Läufer + 8 Läuferinnen  
im Ziel.

Einer der beiden Werner-Zwillinge gewinnt (fast) immer. Diesmal war der Weg für Nikolai frei. Als „frischgebackenes“ LVN-Nachwuchskader-Mitglied weilte sein Bruder Jan-Philipp bei einer Trainingsmaßnahme. Nikolai setzte sich u.a. gegen die beiden BTVer David Stursberg (3. in 5:57,1 und Sebastian Drees klar durch (5. in 6:02,4)

N.K.

**Adventslauf in Wegberg (07.12.) - 10 km Männer:** 1. Francis Kiprof (84) Kenia 31:39  
- amtlich vermessene Strecke - 96. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 42:59  
232 Läufer + 38 Läuferinnen im Ziel.

**Wittener Weihnachtslauf (14.12.) - 10 km Männer:** 1. Faris Al-Sultan (78) TT Witten 31:59  
221 Läuferinnen + Läufer im Ziel. 75. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 42:49

Regenschauer, windig, 6 Grad

### *Treffpunkt Haan im Lokal-Anzeiger* **Unser Sport-Gigant** (Werner Beecker)

Ein Einfamilienhaus in Haan, kurz nach dem Zweiten Weltkrieg. Trotz der schweren Zeiten ist eine Art Beschaulichkeit in das Leben der Beeckers zurückgekehrt. Wäre da nur nicht immer dieses „Öhöörg!“! Es gibt kaum eine Ecke in dem 150 Jahre alten Gebäude, die akustisch gegen Werner Beeckers Röchelattacken resistent ist. Seit Ärzte ein Lungenleiden bei dem Sechzehnjährigen diagnostiziert haben, ist die Stimmung im Hause Beecker gedämpft. Man fürchtet um das Leben des jungen Werner.

Ein paar Jahre später ist das Sorgenkind Deutscher Radsport-Meister im 4.000 Meter Einer-Verfolgungsfahren. Das Röcheln musste nicht enden wollenden Jubelschreien weichen. Was war passiert? Etwa das Wunder von Haan? „So in etwa könnte man es ausdrücken“, sagt Werner Beecker 48 Jahre später lächelnd, als wir gemeinsam im eingangs erwähnten, nun knapp 200 Jahre alten Haaner Einfamilienhaus sitzen. Der 71-jährige hat wenig mit dem kränklichen Teenager aus obiger Geschichte gemein. Ein durchtrainierter Mann mit sehr lebhaften Augen, der stets auf Körperhaltung achtet und kein Gramm zuviel mit sich herumschleppt.

Nach kurzer Zeit ist klar: Beecker hat einen ziemlich langen Atem und zeigt keine Anzeichen von Problemen mit seinem Erinnerungsvermögen, während wir eine in unserer Region unvergleichliche Karriere aufarbeiten.

„Ein Arzt riet mir damals, Sport zu treiben, um meine Lungenfunktion zu verbessern“, sagt Werner Beecker. Also habe ihm sein Vater einen alten Drahtesel zusammengebaut, der von nun an zu Beeckers bestem Freund wurde. „Anfangs hatte ich entsetzliche Panik. Schließlich bin ich immer gleich umgekippt, wenn ich mal zehn Meter rennen musste.“ Doch die ersten zehn Meter sind schnell überwunden, ohne dass Beecker aus dem Sattel geworfen wird und der Junge findet Gefallen an der Radelei. 1953 macht er ernst und beginnt seine Karriere beim RC Schwalbe Solingen.

„Im Training zu bleiben, war damals kein Problem. Ich machte schlicht keinen Führerschein. So war ich gezwungen, überall mit dem Rad hinzufahren. Bevor es morgens zur Arbeit ging, musste

ich so manches Mal schnell nach Köln, um Ersatzteile für meine Rennmaschine zu besorgen“, verrät der Haaner sein Erfolgsrezept. 1955 erringt er den weiter oben angesprochenen Meistertitel und gelangt in die Nationalmannschaft. Heutzutage wäre Werner Beecker mit solchen Erfolgen fraglos ein gemachter Mann gewesen. Damals aber brachte der sportliche Erfolg nicht gleichzeitig das nötige Bare ein, um eine Familie zu ernähren. Daher entscheidet Beecker sich gegen eine Vollzeit-Radprofi-Karriere und für eine geregelte Erwerbstätigkeit im heimischen Haan, bleibt aber dem Fahrradsport treu und erkämpft sich sogar einen fünften Platz bei den Weltmeisterschaften in Mailand, die ebenfalls 1955 stattfinden.

Ein Trümmerbruch im Handgelenk beendet die Zweirad-Laufbahn des Haaners, als er 38 Jahre alt ist. Dem Sport aber inzwischen verfallen, sattelt er aufs Laufen um. Seitdem vergeht kaum eine Woche, in der er der privaten „Hall of Fame“ in seiner Gartenlaube nicht eine weitere Medaille, einen Kranz oder eine Urkunde hinzufügen kann. Mittlerweile ist Werner Beecker der schnellste Über-Siebzigjährige des Landes NRW, der für 10.000 Meter gerade mal 40 Minuten benötigt. Bis zum Termin unsres Gesprächs zählte er 1.126 Lauf-Siege. Apropos Termin: Der ist bei Herrn Beecker schwer zu bekommen, weil er halt ständig irgendwo hin rennt. Zum Schluss konfrontiert uns der drahtige Mann, der sich hauptsächlich von Gemüse und Obst ernährt, mit einer schockierenden Nachricht: „Mit 75 werde ich wohl aufhören.“ Das kann doch nicht ..., das darf doch nicht ... - Nein!

Marcus Italiani

### **Werner Beecker**

#### **50 Jahre Hochleistungssport von 1953 bis 2003**

1. Sieg im Radsport am 14.05.53

2 x Vize-Weltmeister 10 km Straße (Leichtathletik)

1 x Vize-Europameister 10 km Straße (Leichtathletik)

18 x Deutscher Meister (Radsport + Leichtathletik)    17 x Deutscher Vizemeister (Leichtathletik)

9 x dritte Plätze bei Deutschen Meisterschaften

15 x Westdeutscher Berglauf- und Straßenlaufmeister

43 x Nordrhein-Meister Cross, Bahn- und Straßenlauf

24 x Bezirksmeister im Radsport

4., 5. + 7. Plätze bei Weltmeisterschaften (Radsport + Leichtathletik)

insgesamt 275 Radsport- + 1.125 Leichtathletik-Siege

Werner Beecker nennt 718 Pokale, 538 Medaillen + 1.256 Urkunden sein eigen.

#### **14. DLV-Talentcross in Osterkappeln (14.12.): Große Ehre für Jan-Philipp + Nikolai Werner**

M 14 (Streckenlänge unbekannt)

1. Christopher Geicke (89)	LVN/ LG Ameln/Linnich	10:58	
15. Jonas Schnittert (89)	LVN/ LG Hilden	11:57	
17. Markus Klug (89)	LVN/ LG Bonn/Troisdorf/Niederkerk.	12:01	
41. Jan-Philipp Werner (89)	LVN/ LCW	12:30	
43. Nikolai Werner (89)	LVN/ LCW	12:34	58 Läufer im Ziel.

Mannschaftswertg. M 14: 1. FLV Westfalen 22 Pkte.; 2. LV Nordrhein 33 Pkte. (Geicke, Schnittert, Klug) von 14 Mannschaften



Gesamtwertung: 1. LV Nordrhein 86 Pkte.; 2. FLV Westfalen 84 Pkte.

Trainer Tobias Kofferschläger auf der Homepage des Verbandes: Erstmals gelang es der Truppe, den begehrten Wanderpokal mit nach Hause zu nehmen. Nachdem in den letzten drei Jahren der Nachwuchs der Altersklassen M/W 12 - 15 durch die zweimal jährlich ausgetragenen Crossläufe in Hilden sowie bei den Landesmeisterschaften gesichtet wurde, konnten nun die Früchte dieser konsequenten Arbeit geerntet werden.

„Durch die Sichtungsläufe bekommen wir nicht unmittelbar bessere Crossläufer, aber wir schaffen es, das starke Potenzial im Verband zu bündeln und so mit einer schlagkräftigen Truppe an den Start zu gehen“, so der sichtlich zufriedene Landesdisziplintrainer Tobias Kofferschläger. In den letzten beiden Jahren deutete sich bereits mit den Plätzen 6 (2001) und 3 (2002) an, dass das Team des Leichtathletik-Verbandes Nordrhein zu den besten im Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) zählt.

Um so größer natürlich in diesem Jahr die Freude, dass es endlich einmal für den ersten Rang gereicht hat. Ein besonderes Lob ging an die Heimtrainer, die die Aktiven exzellent auf diese hochkarätige Veranstaltung vorbereiteten.

Im nächsten Jahr hat Disziplintrainer Kofferschläger ein ganz besonderes Bonbon für das qualifizierte Team parat. 2004 wird nämlich die 15. Auflage des DLV-Talentcross im Rahmen der 11. Crosslauf-Europameisterschaften im Ostseebad Heringsdorf ausgetragen (10. - 12.12.04). Es besteht also dann die Möglichkeit, Weltklasseathleten hautnah zu erleben!

Die ersten beiden Sichtungsläufe im neuen Jahr finden am 1. Februar bei den LVN-Crossmeisterschaften in Viersen-Süchteln sowie am 8. Februar auf der bekannten Strecke in Hilden statt.

### **Herner Silvesterlauf (31.12.03): Rekord-Teilnehmerfeld! – Norbert Korte**

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

1. Roland Steinmetz (76)	RSG Herne	32:02	
52. Andreas Sievert (66)	M 35/ 11.	40:04	
65. Andreas Black (59)	M 40/ 14.	40:47	
83. Hubert Hülskamp (58)	M 45/ 9.	42:12	
102. Hans Georg Bein (56)	M 45/ 14.	43:26	
106. Friedhelm Garze (48)	M 55/ 3.	43:35	
120. Rainer Krüger (62)	M 40/ 26.	44:17	
125. Stephan Krüger (89)	A-Sch./ 1.	44:36	
191. Walter Hümpfner (59)	M 40/ 43.	46:58	
243. Volker Heinrichs (44)	M 55/ 7.	48:39	
295. Wilfried Papenburg (64)	M 35/ 55.	50:37	
355. Martin Blunck (51)	M 50/ 27.	53:19	
356. Harald Sohnius (35)	M 65/ 5.	53:21	478 Läufer im Ziel.

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

1. Stefanie Glasenapp (74)	ASV Duisburg	39:30	
34. Vera Hellmich (59)	W 40/ 10.	50:01	
44. Gabriele Pohlmann (41)	W 60/ 1.	52:05	
102. Cordula Hümpfner (61)	W 40/ 23.	61:29	
121. Gabriele Krüger (63)	W 40/ 28.	67:26	127 Läuferinnen im Ziel.

Mannschaftswertung: 1. Baukauer TC 2:12:39 ... 7. LC Wuppertal 2:43:35

Der Herner Silvesterlauf wird in der Laufszene von Jahr zu Jahr immer beliebter. Gegenüber dem Teilnehmerrekord aus dem Vorjahr gab es noch einmal eine Steigerung um 12 %. Der Start musste deshalb von dem Platz neben der Eissporthalle auf die Straße verlegt werden.

Uns fehlte diesmal ein Mann wie Jan Eggert, der im letzten Jahr den 5. Platz belegte. Andreas Sievert ist aber auf einem guten Weg, weiter nach vorne zu stoßen.

Das „heiße Gefecht“ zwischen Wolfgang Stein, Andreas Black und Hubert Hülskamp aus dem Vorjahr fand diesmal nicht statt. Wolfgang Stein fehlte, und Hubert Hülskamp ließ es etwas ruhiger angehen. Andreas Black konnte sich trotzdem noch einmal um rd. 20 Sekunden verbessern.

Rainer Krüger hat in diesem Jahr bemerkenswerte Fortschritte gemacht. Das wird besonders bei einem Zeitvergleich zwischen Herne 2002 + 2003 deutlich. Satte 6 Minuten!

### 1. Ortholife Sport Silvesterlauf in Remscheid-Reinshagen (31.12.): Gelungener Auftakt! - Norbert Korte

<u>Männer:</u>	1. Arnd Bader (66)	Remscheider SV	48:54,3	
	16. Michael Bremer (66)	M 20+/ 12.	58:11,5	
	90. Norbert Korte (50)	M 40+/ 49.	69:05,6	196 Läufer im Ziel.
<u>Frauen:</u>	1. Cornelia Kronenberg (54)	LCK Ronsdorf	62:46,1	
	43. Gerlinde Kiel (51)	W 40+/ 25.	95:44,6	48 Läuferinnen im Ziel.

Mit „Wiederbelebung gelungen“ überschrieb der Remscheider General-Anzeiger seinen Artikel zum 1. Ortholife Sport Silvesterlauf. Und auch die weiteren Zeilen hören sich recht euphorisch an:

„Es war bitter kalt. Athleten, Zuschauer und Organisatoren aber wurde es muckelig warm (ums Herz). Die ‚Wiederbelebung‘ des traditionsreichen Remscheider Silvesterlaufs ist am *Samstag* mittag perfekt gelungen. Nach 17-jähriger Pause zauberten Remscheider SV und Reinshagener TB innerhalb weniger Wochen eine Veranstaltung aus dem Hut, die unter anderem Athleten aus Holland und Kroatien anlockte, viel Zuspruch bekam und ab sofort im Wettkampfkalender ihren festen Platz bekommen dürfte.“

Bei soviel Begeisterung für das Geschehen fällt es kaum auf, dass Silvester 2003 auf einen Mittwoch fiel. Ein Glück für alle Arbeitnehmer! Der Auftakt verlief in der Tat vielversprechend. Die Organisation klappte reibungslos. Nachdem die Voranmeldungen zuerst nur schleppend eingingen, waren es mit über 240 Teilnehmern am Ende deutlich mehr als erwartet. Da können die Solinger auf der anderen Wupperseite mit ihrem Müngstener Brückenlauf vor Neid nur blass werden. Dort dümpelt die Teilnehmerzahl schon seit Jahren so um die 60/70 vor sich hin.

Leider fehlte Kurt Hahn, der einst den Remscheider Silvesterlauf ins Leben rief und auch jetzt wieder im Vorfeld den Kontakt zum Sponsor Orthomol herstellte, aus gesundheitlichen Gründen. Da waren aber Arnd Bader und Sascha Velten, die beiden zurzeit bekanntesten Remscheider Läufer. Arnd Bader hatte schon an der Wende einen deutlichen Vorsprung vor Günter Trust (Ohligser TV) und Sascha Velten. Zum Schluss betrug sein Vorsprung auf die beiden rd. eine bzw. zwei Minuten.

Als bester Wuppertaler lief Frank Holberg vom Barmer TV als Vierter ins Ziel (52:36,7). Frank, der sich in den letzten Jahren unter seinem Trainer Jens Hillringhaus kontinuierlich verbessert hat, verabschiedete sich mit diesem Lauf vom BTV. Ab sofort trägt er das Trikot der LG Remscheid. Schade, schon wieder einer weniger in Wuppertal, der ein bisschen was drauf hat!

Olaf von der Cron (LCK Ronsdorf) lief als Siebenter 53:34,5 Min. Olaf hat offensichtlich die Fronten gewechselt. Er startete diesmal nicht - wie sonst üblich - für das Bunert-, sondern für das Runners Point Running Team.

Ganz ausgezeichnet hielt sich Michael Bremer. Mit 58:11,5 Min. blieb er deutlich unter der 60:00-Min.-Marke, die auf dieser Strecke die Streu vom Weizen trennt. Michael duellierte sich mit Klaus Lehmbach (57:40,4), dem „Altmeister“. Kurz hinter der Wende sah es noch so aus, als ob er ihn noch schlagen könnte. Schließlich setzte sich Klaus aber doch mit seiner größeren Routine noch deutlich durch.

Meine Zeit von 1:09:05 Std. ist nicht auf einen Fehler bei der Zeitnahme zurückzuführen. Ich bin tatsächlich nicht schneller gelaufen. Wenige Tage vor dem Lauf plagten mich auf einmal muskuläre Probleme in beiden Beinen, die sich so schnell auch nicht mehr beheben ließen. Ich war deshalb froh, ohne Verletzung ins Ziel gekommen zu sein. Die Zeit spielte da eher eine untergeordnete Rolle.

Ob der Remscheider Sylvesterlauf für uns künftig eine Alternative zu Herne sein kann, bezweifle ich trotz der gelungenen „Wiederbelebung“. Die Wendepunktstrecke ist mit ihren jeweils 7 km an den Hängen oberhalb der Wupper entlang doch recht anspruchsvoll, und die fast 2 km, die nach dem Start im Reinshagener Stadion zuerst einmal bergab gelaufen werden, muss man hinterher vom tiefsten Punkt der Strecke aus zwangsläufig auch wieder rauf. Die dabei zu überwindenden 80 Höhenmeter hören sich zwar nicht allzu gewaltig an, haben es aber doch in sich. Zumindest zum Auftakt gab es auch keine Altersklassenwertung im 5-Jahres-Rhythmus. So mussten sich die 60-jährigen mit den 40-jährigen messen. Da wir aber gerade in den höheren Altersklassen stark besetzt sind, wäre für uns so eine Platzierung unter den ersten Drei kaum denkbar. Auch fehlt es an der für das Gemeinschaftserlebnis wichtigen Infrastruktur. Es gibt keinen großen Saal, in dem man sich nach dem Lauf bei Kaffee und Kuchen hinsetzen könnte, um bei einem gemütlichen Plausch auf die Siegerehrung für die erfolgreichen Vereinskameraden zu warten. Alles spielte sich draußen ab. Angesichts der Kälte mochte da keiner mehr lange verweilen.

**Sylvesterlauf in Goch-Pfalzdorf (31.12.) - 10 km:** 1.Twan Lensen (76) 30:45,2  
AV Venray Regio

- amtlich vermessene Strecke - 208. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 43:26,8  
(einschl. Frauen) 914 Läuferinnen + Läufer im Ziel.

Die Begeisterung des Organisationsteams über ihre Veranstaltung möchten wir unseren Leserinnen und Lesern nicht vorenthalten:

Liebe Freunde des Pfalzdorfer Sylvesterlaufes,

der 17. Pfalzdorfer Sylvesterlauf hat erneut Rekordzahlen beschert. Mit 2.645 gemeldeten Teilnehmern dürfen wir erneut einen Teilnehmerrekord vermelden. Mit weit über 3.000 Zuschauern ist das Interesse beim Publikum - wie in den Jahren zuvor - ungebrochen. Wir sind begeistert von der uns entgegengebrachten Resonanz und auch stolz, eine solche Veranstaltung organisieren zu dürfen. Aber ohne Euch Läufer, ohne das tolle Publikum, ohne den unermüdlichen Einsatz aller Helfer und auch ohne die Unterstützung unserer Sponsoren wäre die Großveranstaltung nicht durchführbar. ...

Werner Beecker 2003: 42 x Sieger (davon 25 x mit Pokal), 4 x Deutscher Meister, 2 x Westdeutscher Meister, 5 x Nordrhein-Meister

Viele Ausdauersportler sind Vegetarier: Sie lehnen sogar das Sitzfleisch ab!

Prof. Dr. Gerhard Uhlenbruck

### **Ratinger Silvesterlauf (04.01.04): LCW-Schüler starten gut ins neue Jahr**

			<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>
<u>Schüler A + B über 2,1 km:</u>	1. Jan-Philipp Werner (89)	LCW	7:44	7:45
	2. Nikolai Werner (89)	M 15/ 2.	7:52	7:52
46 Läufer + 50 Läuferinnen im Ziel.	15. Timo Bauer (90)	M 14/ 5.	8:51	8:53
<u>Schüler C + D über 1,1 km:</u>	1. Konstantin Ewert (93)	LAV Essen	4:06	4:08
56 Läufer + 25 Läuferinnen im Ziel.	30. Janis Bauer (94)	M 10/ 6.	5:12	5:14

<u>10 km Frauen, weibl. Jugend:</u>	1. Stefanie Buss (75)	ASC Rosellen	38:23	38:25
	29. Martina Bauer (64)	W 40/ 10.	48:37	49:13
	60. Dorothee Grünheit (56)	W 45/ 5.	53:46	54:18

170 Läuferinnen im Ziel (starteten gemeinsam mit den Läufern ab M 45). Insgesamt 681 Läufer im Ziel (separater Lauf für Männer M 20 - 40 + männl. Jugend)

Die hohen Startgebühren im letzten Jahr hatten viele unserer Seniorensportler von einem Start abgehalten. Teilweise ist der Veranstalter in diesem Jahr von seinen hohen Startgebühren wieder abgerückt. Sie lagen aber trotzdem mit 10 Euro für den 10-km-Lauf noch jenseits von „Gut und Böse“. Es ist halt sehr teuer, Starläufer aus Afrika einzuladen. Die breite Masse soll dann die Zeche bezahlen. Wenigstens wurde den vielen Zuschauern kein Eintrittsgeld abverlangt. Allerdings unkten einige aus Spaß, dass sich das auch bald ändern soll.

Unsere Schüler nutzten diesen Lauf gleich zum Jahreseinstand. Janis Bauer kam über 1,1 km in 5:14 Min. auf Platz 6 in der M 10. Sein Bruder Timo trat in der M 14 über 2,1 km an und erkämpfte sich in 8:53 Min. Platz 5. Den Gesamtsieg über 2,1 km holte sich wieder überlegen Jan-Philipp Werner in 7:45 Min. Erst sieben Sekunden später kam sein Bruder Nikolai als Zweiter der M 15 ins Ziel. Aber auch diese Platzierung war sehr deutlich, denn der Gesamtdritte lief wiederum erst 7 Sek. später ins Ziel.

Georg Rüttinger

Aus der Homepage des Veranstalters: Etwa 6.000 Besucher und über 1.300 Teilnehmer zog der Silvesterlauf in der Ratinger Innenstadt an. Er zählt damit weiterhin zu den sportlichen Höhepunkten in der Dumeklemmerstadt. Der Teilnehmerrekord aus dem Vorjahr konnte wohl wegen des schlechten Wetters nicht überboten werden.

Eine zentimeterdicke Schneeschicht bedeckte am Sonntagmorgen ganz Ratingen. Es herrschten also keine optimalen Bedingungen, auch wenn die Mitarbeiter der Stadtwerke die Laufstrecke vom Gröbsten befreiten. Doch das Wetter kannte kein Erbarmen. Hagel und Schneefall machte die Strecke trotz aller Bemühungen wieder rutschig. So kam es beim Lauf der Schüler/innen A + B zum ersten Sturz. Ein rothaariges Mädchen fiel kurz nach dem Start hin, vier andere Kinder fielen über sie. Glück im Unglück: Alle rappelten sich wieder auf und konnten den Lauf beenden. Jan-Philipp und Nikolai Werner blieben davon unbeeindruckt. Sie gewannen gleich ihr erstes Rennen im neuen Jahr.

### **„Rund um die Anger“ in Duisburg-Huckingen (10.01.): Klein, aber fein! – Vera Hellmich**

<u>5 km:</u>	1. Michael Schramm (80)	FC Stoppenberg	16:40,0	keine amtlich vermessene Strecke!
	53. Harald Sohnius (35)	M 35/ 7.	24:32,1	76 Läufer + 36 Läuferinnen im Ziel.

Bei Harald ist offensichtlich das Geburtsjahr mit der Altersklasse verwechselt worden. In seiner Altersklasse M 65 wäre er Dritter geworden.

<u>10 km Männer:</u>	1. Stefan Losch (68)	TUSEM Essen	33:51,1	- keine amtlich
	22. Andreas Sievert (66)	M 35/ 7.	40:06,9	vermessene Strecke -
	30. Hubert Hülskamp (58)	M 45/ 7.	40:46,4	
	52. Hans Georg Bein (56)	M 45/ 11.	42:44,9	
	61. Friedhelm Garze (48)	M 55/ 4.	43:32,9	124 Läufer im Ziel.
<u>10 km Frauen:</u>	1. Nele Wild-Wall (73)	BSG WAZ	38:23,3	
	13. Vera Hellmich (59)	W 45/ 2.	49:46,6	
	15. Dorothee Grünheit (56)	W 45/ 3.	51:55,3	
	17. Gabriele Pohlmann (41)	W 60/ 1.	52:36,3	
	19. Helga Rother (41)	W 60/ 2.	53:14,1	28 Läuferinnen im Ziel.

Es war ein netter, kleiner, familiärer Lauf mit einer kleinen und anschließend 2 großen Runden rund um die Anger. Die drei Ersten einer Altersklasse bekamen eine Medaille. Da sich die Siegerehrung verzögerte, werden uns Urkunden und Medaillen nachgeschickt. Es war schön! Diesen Lauf nehmen wir nächstes Jahr wieder mit in die LCW-Laufliste auf.

Martina Bauer lief trotz der ungünstigen Bedingungen eine neue Bestzeit über 10 km auf der Straße. Das in den letzten Jahren übliche große LCW-Aufgebot fehlte diesmal in Ratingen. Das hohe Startgeld im vergangenen Jahr hatte unserer Vereinskasse doch arg zugesetzt. Wir sind deshalb diesmal nach Huckingen im tiefsten Duisburger Süden ausgewichen. Zwei Veranstaltungen, wie sie gegensätzlicher wohl kaum sein können. In Ratingen viel Trubel mit Masse und Klasse, in Huckingen gemütliche Atmosphäre und übersichtliche Felder.

### **1. Lauf der Essener Waldlaufserie (17.01.): Werner-Zwillinge setzen ihre Siegesserie fort - Georg Rüttinger**

Regnerisches Schmuddelwetter bescherte den Läuferinnen und Läufern keine idealen Bedingungen. Auch die frierenden Zuschauer wurden auf eine harte Probe gestellt.

Mit einem Schnupfen und leicht geschwächt trat Max Bujotzek trotzdem zum Wettkampf über 1.100 m an. Er hielt tapfer durch und belegte in dem großen Feld der Starter Platz 11 in seiner Altersklasse M 11 in 5:36 Min. Beim 1.500-m-Lauf der Schüler/innen A siegte wieder ungefährdet Jan-Philipp Werner in hervorragenden 4:55 Min. mit enormer Verbesserung zum Vorjahr. Den 2. Platz in der M 15 belegte sein Bruder Nikolai in 5:08 Min., der allerdings den Ersten der M 14 ziehen lassen musste. Jan-Philipp und Nikolai Werner treten auch am 24. Jan. in Essen an und hoffen auf den Seriensieg.

Schüler C (M 10/ M 11) - 1,1 km: 1. Konstantin Ewert (93) LAV Essen 3:59  
28 Läufer + 40 Läuferinnen im Ziel. 20. Max Bujotzek (93) M 11/ 11. 5:36

Schüler A (M 14/ M 15) - 1,5 km: 1. Jan-Philipp Werner (89) LCW 4:55  
11 Läufer + 13 Läuferinnen im Ziel. 3. Nikolai Werner (89) M 15/ 2. 5:08

Ärzte behandeln anderer Leute Krankheiten, Läufer behandeln ihre eigene Gesundheit. – Liebe deinen Nächsten wie dein Laufen. – Läufermotto: Laufend agil contra schleichend senil.

## 2. Lauf der Essener Waldlaufserie (24.01.): Jan-Philipp Werner gewinnt ungefährdet die Serie - Georg Rüttinger

Schneeregen und Glatteis machten aus der Laufstrecke eine wahre Rutschbahn. Zum Glück verbesserte sich das Wetter während der Veranstaltung und alle kamen unverletzt ins Ziel. Bei den Schülern M 14/ M 15 über 1.500 m setzten sich gleich die drei Favoriten, darunter Jan-Philipp und Nikolai, an die Spitze des Feldes. Am letzten Berg vor dem Ziel erschien Jan-Philipp als Erster und siegte mit großem Abstand in 4:50 Min., 5 Sek. schneller als beim 1. Lauf. Sein Bruder Nikolai kam als Gesamtdritter (2. M 15) ins Ziel. Er verbesserte seine Zeit um 7 Sek. auf 5:01 Min.

Für den Seriensieg erhielt Jan-Philipp seinen 50. Pokal. Auch Nikolai erhielt für seinen 2. Platz einen Pokal. Für ihre Pokalsammlung benötigen die beiden Brüder bald ein separates Zimmer. Der Januar verlief für beide bisher sehr erfolgreich. Drei Wettkämpfe und je dreimal Platz 1 und 2.

Schüler A (M 14/ M 15) - 1,5 km: 1. Jan-Philipp Werner (89) LCW 4:50 Serie: 9:45  
10 Läufer + 15 Läuferinnen im Ziel. 3. Nikolai Werner (89) M 15/ 2. 5:01 Serie: 10:09

**3. Lauf der Winterlaufserie in Wegberg (25.01.) - 10 km:** 1. Alain Wolf (76) 30:23  
FC Germania Vossenack  
- amtlich vermessene Strecke - 67. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 44:50  
207 Läuferinnen + Läufer im Ziel.

### Nachträge + Korrekturen

#### Crosslauf in Mülheim auf der Raffelberger Pferde-Rennbahn (16.02.03)

		<u>Netto-</u>	<u>Brutto-Zeit</u>	
<u>8 km Cross:</u>	1. Oliver Mintzlauff (75) LG Bonn/Troisdorf/Niederkassel	23:50	23:51	169 Läufer +
	42. Werner Beecker (32) M 70/ 1.	32:11	32:12	24 Läuferinnen im Ziel.

**OTV-Meile in Oberhausen (22.03.) - 10,1 km:** 1. Jörn Hansen (73) Team Niederrhein 31:33  
184 Läufer + 40 Läuferinnen im Ziel. 40. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 42:17

Verwöhnt vom Wettergott wurden die Läuferinnen und Läufer bei der 13. OTV-Meile, die der Oberhausener TV wieder im Kaisergarten durchführte. Das schöne Wetter sorgte für eine hohe Teilnehmerzahl, dichtes Gedränge und entsprechend viele Nachmeldungen. So waren es schließlich knapp 700 Teilnehmer, die am Ende die Ziellinie überquert hatten. Sogar aus dem Nachbarland Holland reisten einige Teilnehmer an. Als besonderes Highlight wurde erstmals ein Videofilm von dieser Veranstaltung gedreht und zum Kauf angeboten. ... Dichtes Gedränge herrschte dann um 15.40 Uhr, als knapp 50 Frauen und 200 Männer an der Startlinie standen. Doch hier herrschte Ordnung und der Start verlief reibungslos.

aus der Homepage des Veranstalters

**Moers-Uffort (24.05.) - 10 km:** 1. Harald Falkenhagen (51) Duisburg 38:31,0  
- keine amtlich ver- 8. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 41:09,3  
messene Strecke - M 60: 4. Harald Trantow (39) 53:00,3  
46 Läufer + 5 Läuferinnen im Ziel.

Das Wetter spielte leider nicht mit bei diesem 21. Utdorfer Volkslauf. Obwohl die Verantwortlichen viel Mühe darauf verwandten, die aufgeweichten Waldwege in einen einigermaßen „laufbaren“ Untergrund zu verwandeln, machten die Regenmassen die Arbeit immer wieder zunichte. Am Lauftag musste man dann schweren Herzens die Entscheidung treffen, den parallel zum 10-km-Lauf auf flacher Strecke ausgeschrieben Berglauf mit einem Höhenunterschied von 100 m ausfallen zu lassen. Der glitschige Untergrund die Halde hinauf hätte ein zu großes Verletzungsrisiko für die Sportler bedeutet.

N.K.

**Bochum-Langendreer (25.05.) - 10 km:** 1. Alexander Lubina (79) TV Wattenscheid 32:58,2  
106 Läufer + 27 Läuferinnen im Ziel. 37. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 41:25,8

**Dormagen-Straberg (31.05.) - 10 km:** 1. Marcel Frank (78) ASV Köln 35:04  
125 Läufer + 37 Läuferinnen im Ziel. 27. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 43:02

- amtlich ver-

messene Strecken - Halbmarathon: 1. Berthold Mertes (63) 1:17:09  
TSV Bayer Leverkusen

112 Läufer + 22 Läuferinnen im Ziel. 32. Eberhard Dunger (51) M 50/ 4. 1:46:20

**Legden bei Coesfeld (06.06.) - 10 km:** 1. Manuel Meyer M 20 Coesfeld 33:25,4

- amtlich vermessene Strecke - 24. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 43:04,5

98 Läufer + 9 Läuferinnen im Ziel. 55. Harald Trantow (39) M 60/ 3. 53:50,9

landschaftlich schöne, waldreiche und größtenteils asphaltierte Strecke

**Dortmunder Friedenslauf (09.06.) - 10 km:** 1. Roland Steinmetz (76) 34:06  
LT Starlight Team Essen

- amtlich vermessene Strecke - M 70: 1. Werner Beecker (32) 43:46

223 Läufer + 77 Läuferinnen im Ziel. M 60: 9. Harald Trantow (39) 54:38

### **Tengelmann-Lauf in Mülheim/Ruhr (15.06)**

Netto Brutto

- amtlich vermessene Strecke - 10 km: 1. Ingo Burghardt M 30 33:01 33:02  
FC Stoppenberg

701 Läufer + 213 Läuferinnen im Ziel. 69. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 41:15 41:16

**Stadtlauf in Halver (05.07.) - 10 km (6 Runden):** 1. Alexiej Gurkin (79) Russland 30:07

- amtlich vermessene Strecke - M 70: 1. Werner Beecker (32) 41:40

M 60: 6. Harry Trantow (39) 53:04

167 Läufer + 38 Läuferinnen im Ziel.

### **RWW-Ruhrauenlauf in Mülheim/Ruhr (23.08.)**

- amtlich vermessene Strecke -

Netto- Brutto-Zeit

10 km: 1. Ingo Burkhardt M 30 FC Stoppenberg 33:21 33:22 820 Läufer + 223 Läufer-

110. Werner Beecker (32) M 70/ 1. 42:54 42:55 rinnen im Ziel.

„Rund um den Fühlinger See“ in Köln (14.09.): Rainer Krügers HM-Debüt geglückt!

Halbmarathon: 1. Andreas Zester (77) Lubigteam PSV Bonn 1:11:09,4 - amtlich vermessene  
239. Rainer Krüger (62) M 35/ 53. 1:43:46,3 Strecke -  
(ist schon M 40!)

**Vereins-Bestenliste 2003**

**Schülerinnen**

W 11 - 800 m: 3:36,7 Johanna Teichmann (92) 09.05. Wuppertal  
3:58,87 Pia Kaufmann (92) 21.06. Wuppertal  
W 13 - 75 m: 14,03 Mirka Frank (90) 21.06. Wuppertal  
800 m: 3:39,99 Mirka Frank (90) 21.06. Wuppertal  
Weitsprung: 3,28 Mirka Frank (90) 21.06. Wuppertal  
W 14 - 800 m: 3:06,2 Theresa Lehnert (89) 09.05. Wuppertal

**Schüler**

M 9 - 50 m: 9,16 Janis Bauer (94) 21.06. Wuppertal  
1.000 m: 4:19,7 Janis Bauer (94) 09.05. Wuppertal  
Weitsprung: 2,91 Janis Bauer (94) 21.06. Wuppertal  
Ballwurf (80 g): 24,5 Janis Bauer (94) 21.06. Wuppertal  
Dreikampf: 689 Janis Bauer (94) 21.06. Wuppertal  
9,16 – 2,91 – 24,5  
M 10 - 1.000 m: 4:09,53 Max Bujotzek (93) 21.06. Wuppertal  
Weitsprung: 3,16 Max Bujotzek (93) 21.06. Wuppertal  
Ballwurf (80 g): 30,0 Max Bujotzek (93) 21.06. Wuppertal  
M 13 - 1.000 m: 3:33,0 Timo Bauer (90) 09.05. Wuppertal  
M 14 - 1.000 m: 2:53,23 Jan-Philipp Werner (89) 22.06. Kevelaer  
**Platz 10 Nordrhein-Schüler-Bestenliste M 14**  
2:55,43 - 21.09. Wuppertal 2:56,99 - 24.05. Leverkusen  
2:59,68 Nikolai Werner (89) 21.06. Wuppertal  
3:02,76 - 21.09. Wuppertal 3:05,50 - 24.05. Leverkusen  
3:26,1 Stephan Krüger (89) 09.05. Wuppertal  
3.000 m: 10:14,06 Jan-Philipp Werner (89) 17.05. Remscheid  
**Platz 8 Nordrhein-Schüler-Bestenliste M 14**  
10:25,04 Nikolai Werner (89) 17.05. Remscheid  
**Platz 9 Nordrhein-Schüler-Bestenliste M 14**  
3 x 1.000 m: 9:23,84 LCW 11.06. Hilden  
Nikolai Werner, Stephan Krüger, Jan-Philipp Werner  
Für Platz 10 wären 9:23,52 Min. erforderlich gewesen.  
10 km Straße: 43:31 Stephan Krüger (89) 25.07. Düsseldorf-Benrath



## Männer, männl. Jugend A

<u>800 m:</u>	2:47,05	Werner Beecker (32)	M 70	19.06. Aachen	
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
	3:07,34	Harald Trantow (39)	M 60	19.06. Aachen	
		Platz 10 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 60			
	3:15,69	Lothar Scholz (32)	M 70	19.06. Aachen	
		Platz 6 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
<u>1.500 m:</u>	5:30,32	Werner Beecker (32)	M 70	19.06. Aachen	
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70		5:43,71 - 03.08. Schweinfurt	
	6:32,09	Lothar Scholz (32)	M 70	19.06. Aachen	
		Platz 4 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
	6:39,24	Harald Trantow (39)	M 60	19.06. Aachen	
		Platz 15 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 60			
<u>3.000 m:</u>	14:20,15	Rüdiger Villbrandt (37)	M 65	21.09. Wuppertal	
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65			
	14:46,25	Karl Nagel (29)	M 70	21.09. Wuppertal	
		Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
<u>5.000 m:</u>	18:02,3	Jörg Schilde (67)	M 35	09.05. Wuppertal	
	18:13,5	Michael Bremer (66)	M 35	09.05. Wuppertal	
	18:47,9	Hubert Hülskamp (58)	M 45	09.05. Wuppertal	
		Top 30 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 45			
	19:20,1	Andreas Black (59)	M 40	09.05. Wuppertal	
	19:32,56	Werner Beecker (32)	M 70	10.05. Oberhausen	
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70		19:53,1 - 09.05. Wuppertal	
	19:44,9	Wolf-Ulrich Staiger (61)	M 40	09.05. Wuppertal	
	19:52,1	Hans Georg Bein (56)	M 45	09.05. Wuppertal	
	20:26,6	Eberhard Dunger (51)	M 50	09.05. Wuppertal	
	20:59,68	Frank Villbrandt (59)	M 40	21.09. Wuppertal	
	21:10,5	Friedrich Mann (36)	M 65	09.05. Wuppertal	
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65			
	21:12,4	Dirk Werner (52)	M 50	09.05. Wuppertal	
	21:19,6	Matthias Wickel (84)	MJA	09.05. Wuppertal	
	21:58,7	Rainer Krüger (62)	M 40	09.05. Wuppertal	
	24:11,47	Lothar Scholz (32)	M 70	02.08. Schweinfurt	
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
	25:38,5	Harald Trantow (39)	M 60	09.05. Wuppertal	
<u>10.000 m:</u>	41:52,73	Werner Beecker (32)	M 70	01.08. Schweinfurt	
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
	55:17,63	Lothar Scholz (32)	M 70	01.08. Schweinfurt	
		Platz 3 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			

10 km Straße

35:40	Rolf Werg (56)	M 45	13.04. Köln-Porz	
	Platz 13 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 45			35:46 - 14.06. Neuss
38:46	Michael Bremer (66)	M 35	05.01. Ratingen	
	Netto-Zeit: 38:38			39:25 - 13.04. Köln-Porz
38:51	Stefan Sammito (78)	M 20	25.07. Düsseldorf-Benrath	
40:09	Wolf-Ulrich Staiger (61)	M 40	14.06. Neuss	
40:12	Werner Beecker (32)	M 70	05.01. Ratingen	
	Netto-Zeit: 40:09			Platz 1 Nordrhein-Sen.-Bestenl. M 70
				40:59 - 30.05. Monheim
40:23	Andreas Black (59)	M 40	30.05. Monheim	
	40:23,5 - 30.04. Ratingen-Breitscheid			
40:50	Antonio Stellato (46)	M 55	19.06. Solingen	
	Platz 15 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55			
41:34	Hubert Hülskamp (58)	M 45	14.06. Neuss	
41:40	Andreas Sievert (66)	M 35	25.07. Düsseldorf-Benrath	
41:26	Hans Georg Bein (56)	M 45	20.09. Duisburg	Netto-Zeit: 41:23
43:02	Friedhelm Garze (48)	M 55	05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 42:59
43:13	Friedrich Mann (36)	M 65	25.07. Düsseldorf-Benrath	
	Friedrich wird in der Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65 mit 44:28 (14.06. Neuss) als			
	11. geführt.			
44:38	Rainer Krüger (62)	M 40	14.06. Neuss	
44:53	Manfred Bönner (49)	M 50	08.02. Duisburg	Netto-Zeit: 44:27
45:24	Frank Villbrandt (59)	M 40	25.07. Düsseldorf-Benrath	
45:39	Matthias Wickel (84)	MJA	25.07. Düsseldorf-Benrath	
46:14	Wilfried Papenburg (64)	M 35	25.07. Düsseldorf-Benrath	
47:22	Eberhard Dunger (51)	M 50	05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 46:44
47:09	Lothar Scholz (32)	M 70	28.09. Nütterden	
	Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70			
52:27	Bernd Bahne (43)	M 60	09.03. Leverkusen	Netto-Zeit: 52:26
53:19	Harald Trantow (39)	M 60	22.06. Goch	
53:27	Hans-Jürgen Lieverz (41)	M 60	19.06. Solingen	
71:35	Rolf Niedt (35)	M 65	05.04. Duisburg	Netto-Zeit: 70:57

Mannschaftswertung

1:54:45	LCW I*)		14.06. Neuss	
	Rolf Werg (56) - Michael Bremer (66) - Wolf-Ulrich Staiger (61)			
1:58:20	LCW I		05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 1:58:00
	Michael Bremer (66) - Stefan Sammito (78) - Werner Beecker (32)			
2:01:04	LCW I**)		30.04. Ratingen-Breitscheid	
	Stefan Sammito (78) - Andreas Black (59) - Werner Beecker (32)			
2:01:24	LCW I**)		25.07. Düsseldorf-Benrath	
	Stefan Sammito (78) - Andreas Black (59) - Andreas Sievert (66)			
2:07:24	LCW II - M 40		05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 2:07:03
	Wolf-Ulrich Staiger (61) - Hans Georg Bein (56) - Friedhelm Garze (48)			
2:09:12	LCW II**)		25.07. Düsseldorf-Benrath	
	Wolf-Ulrich Staiger (61) - Friedrich Mann (36) - Stefan Krüger (89)			

2:09:49	LCW II*)	14.06. Neuss
	Hubert Hülskamp (58) - Friedhelm Garze (48) - Friedrich Mann (36)	
2:12:56	LCW II**) - M 40	30.04. Ratingen-Breitscheid
	Hans Georg Bein (56) - Friedhelm Garze (48) - Rainer Krüger (62)	
2:15:06	LCW III**)	25.07. Düsseldorf-Benrath
	Friedhelm Garze (48) - Frank Villbrandt (59) - Matthias Wickel (84)	
2:26:01	LCW IV**)	25.07. Düsseldorf-Benrath
	Rainer Krüger (62) - Wilfried Papenburg (64) - Bernd Bahne (43)	

\*) inoffiziell! In der Ergebnisliste auf der Homepage des Veranstalters war keine Mannschaftswertung aufgeführt.

\*\*) inoffiziell! Laut Ausschreibung und Ergebnisliste gab es keine Mannschaftswertung.

Bessere Zeiten auf Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

39:35	Andreas Sievert (66)	M 35	09.11. Düsseldorf-Hassel
40:13	Antonio Stellato (46)	M 55	28.06. Remscheid Netto-Zeit: 40:11
40:45	Hans Georg Bein (56)	M 45	19.06. Hürth-Efferen
40:52	Hubert Hülskamp (58)	M 45	06.04. Düsseldorf
44:45	Eberhard Dunger (51)	M 50	17.05. Bochum-Laer
44:55	Matthias Wickel (84)	MJA	09.11. Düsseldorf-Hassel
45:08	Frank Villbrandt (59)	M 40	18.10. Essen
45:13	Norbert Korte (50)	M 50	23.08. Mülhausen (Thür.)
47:58	Walter Hümpfer (59)	M 40	09.11. Düsseldorf-Hassel
49:22	Volker Heinrichs (44)	M 55	09.11. Düsseldorf-Hassel
49:55	Bernd Bahne (43)	M 60	06.04. Düsseldorf
51:03	Klaus Pallasch (39)	M 60	23.08. Mülhausen (Thür)
51:53	Harald Sohnius (35)	M 65	09.11. Düsseldorf-Hassel
53:01	Harald Trantow (39)	M 60	24.05. Moers-Utfort
53:04	Hans-Jürgen Lieverz (40)	M 60	28.06. Remscheid
57:08	Walter Müller (34)	M 65	09.11. Düsseldorf-Hassel
57:50	Hans Wiczorrek (30)	M 70	09.11. Düsseldorf-Hassel

### Halbmarathon

1:29:20	Antonio Stellato (46)	M 55	13.04. Köln-Porz
	Platz 15 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55		
1:32:01	Hubert Hülskamp (58)	M 45	09.03. Hattingen-Bredenscheid
1:32:53	Wolf-Ulrich Staiger (61)	M 40	09.03. Hattingen-Bredenscheid
1:35:14	Hans Georg Bein (56)	M 45	09.02. Herten-Bertlich
1:35:35	Friedhelm Garze (48)	M 55	28.06. Lönigen/Emsland Netto-Zeit: 1:35:30
	Top 40 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55		
1:36:12	Manfred Bönner (49)	M 50	05.04. Duisburg Netto-Zeit: 1:35:39
1:38:26	Friedrich Mann (36)	M 65	09.03. Hattingen-Bredenscheid
	Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
1:43:47	Rainer Krüger (62)	M 40	14.09. Köln
1:43:55	Volker Heinrichs (44)	M 55	09.03. Hattingen-Bredenscheid
1:46:20	Eberhard Dunger (51)	M 50	31.05. Dormagen-Straberg

### Mannschaftswertung

4:40:01	LCW*) - M 40	09.03. Hattingen-Bredenscheid
	Hubert Hülkamp (58), Wolf-Ulrich Staiger (61), Hans Georg Bein (56)	
4:45:53	LCW - M 40	09.02. Herten-Bertlich
	Hubert Hülkamp (58), Hans Georg Bein (56), Wolf-Ulrich Staiger (61)	

\*) Leider fehlt die LCW-Mannschaft in der Ergebnisliste.

Bessere Zeiten auf Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

1:24:52	Stefan Sammito (78)	M 20	09.11. Düsseldorf-Hassel
1:26:56	Antonio Stellato (46)	M 55	09.11. Düsseldorf-Hassel
1:32:01	Andreas Black (59)	M 40	09.11. Düsseldorf-Hassel
1:35:52	Rainer Krüger (62)	M 40	09.11. Düsseldorf-Hassel
1:50:57	Bernd Bahne (43)	M 60	09.11. Düsseldorf-Hassel

<u>Marathon:</u>	2:53:02	Rolf Werg (56)	M 45	28.09. Berlin	Netto-Zeit: 2:52:51
		Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 45			
	3:11:54	Andreas Sievert (65)	M 35	12.10. Essen	Netto-Zeit: 3:11:23
	3:20:02	Hans Georg Bein (56)	M 45	28.06. Lönningen/Emsland	
		Netto-Zeit: 3:19:57	3:20:07 (Netto 3:19:36)	- 12.10. Essen	
	3:22:11	Hubert Hülkamp (58)	M 45	04.05. Düsseldorf	Netto-Zeit: 3:21:21
	3:27:51	Wolf-Ulrich Staiger (61)	M 40	04.05. Düsseldorf	Netto-Zeit: 3:27:01
	3:28:37	Peter Muschkiet (64)	M 35	14.09. Münster	Netto-Zeit: 3:28:00
	3:41:11	Friedhelm Garze (48)	M 55	01.06. Duisburg	Netto-Zeit: 3:40:45
	3:47:45	Manfred Bönner (49)	M 50	16.08. Reykjavik (ISL)	Netto-Zeit: 3:47:31
	3:56:36	Werner Langenberg (43)	M 60	28.09. Berlin	Netto-Zeit: 3:55:50
	3:56:43	Eberhard Dunger (51)	M 50	22.06. Menden	

### Mannschaftswertung

10:38:45	LCW – M 35	04.05. Düsseldorf	
	Hubert Hülkamp (58) - Wolf-Ulrich Staiger (61) - Peter Muschkiet (64)		
	Platz 14 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 35		
10:49:55	LCW*) - M 45	28.09. Berlin	Netto-Zeit: 10:44:39
	Rolf Werg (56) - Werner Langenberg (43) - Manfred Bönner (49)		
10:57:01	LCW	01.06. Duisburg	Netto-Zeit: 10:55:41
	Hans Georg Bein (56) - Friedhelm Garze (48) - Peter Muschkiet (64)		

\*) inoffiziell! In der Ergebnisliste auf der Homepage des Veranstalters war keine Mannschaftswertung aufgeführt.

### **Frauen**

#### 5.000 m

22:45,9	Birgit Braschos (54)	W 45	09.05. Wuppertal
	Platz 10 Nordrhein-Senioren-Bestenliste W 45		
23:11,5	Martina Bauer (64)	W 35	09.05. Wuppertal
26:20,76	Helga Rother (41)	W 60	05.07. Carolina (Puerto Rico)
	Platz 3 Nordrhein-Senioren-Bestenliste W 60		

### 10 km Straße

48:17	Vera Hellmich (59)	W 40	30.04. Ratingen-Breitscheid	
48:38	Birgit Braschos (54)	W 45	30.05. Monheim	
	48:39 - 30.05. Monheim			
49:14	Dorothee Grünheit (56)	W 45	25.07. Düsseldorf-Benrath	
51:18	Gabriele Pohlmann (41)	W 60	05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 50:46
	Platz 6 Nordrhein-Senioren-Bestenliste W 60			
51:24	Ingeburg Keller (54)	W 45	30.04. Ratingen-Breitscheid	
52:47	Helga Rother (41)	W 60	30.04. Ratingen-Breitscheid	
54:27	Karin Blume (53)	W 50	30.04. Ratingen-Breitscheid	
55:20	Gerlinde Kiel (51)	W 50	05.01. Ratingen	Netto-Zeit: 54:44
60:53	Regine Große-Wortmann (48)	W 55	25.07. Düsseldorf-Benrath	

### Mannschaftswertung

2:29:07	LCW*) - W 40	25.07. Düsseldorf-Benrath	
	Dorothee Grünheit (56) - Vera Hellmich (59) - Birgit Braschos (54)		

\*) inoffiziell! Laut Ausschreibung und Ergebnisliste gab es keine Mannschaftswertung.

Bessere Zeiten auf Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

58:45	Cordula Hümpfer (61)	W 40	09.11. Düsseldorf-Hassel
-------	----------------------	------	--------------------------

### Halbmarathon

1:49:22	Vera Hellmich (59)	W 40	28.06. Lönigen/Emsland*)	Netto-Zeit: 1:49:08
	1:50:21 - 09.02. Herten-Bertlich			
1:55:27	Gabriele Pohlmann (41)	W 60	09.02. Herten-Bertlich	
	Platz 4 Nordrhein-Senioren-Bestenliste W 60			
1:57:28	Ingeburg Keller (54)	W 45	28.06. Lönigen/Emsland	Netto-Zeit: 1:57:13
1:59:23	Karin Blume (53)	W 50	28.06. Lönigen/Emsland	Netto-Zeit: 1:59:05
2:04:55	Helga Rother (41)	W 60	09.02. Herten-Bertlich	
	Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste W 60			
2:13:26	Gerlinde Kiel (51)	W 50	09.03. Hattingen-Bredenscheid	

### Mannschaftswertung

5:46:13	LCW*) - W 40	28.06. Lönigen/Emsland	Netto-Zeit: 5:45:26
	Vera Hellmich (59) - Ingeburg Keller (54) - Karin Blume (53)		
5:50:43	LCW - W 40	09.02. Herten-Bertlich	
	Vera Hellmich (59) - Gabriele Pohlmann (41) - Helga Rother (41)		

\*) inoffiziell! In der Ergebnisliste auf der Homepage des Veranstalters war keine Mannschaftswertung aufgeführt.

Bessere Zeiten auf Strecken, die nicht den Vorschriften entsprechend vermessen wurden:

1:54:49	Gabriele Pohlmann (41)	W 60	09.11. Düsseldorf-Hassel
---------	------------------------	------	--------------------------



## **Ernst-Andreas Ziegler aus dem Dienst bei der Stadt Wuppertal verabschiedet**

Unser Mitglied Ernst-Andreas Ziegler ist mit der Vollendung des 65. Lebensjahres Ende November 2003 aus den Diensten der Stadt Wuppertal ausgeschieden. Das ist eigentlich nichts Besonderes und insofern keiner Würdigung wert. Bei ihm ist es aber doch etwas anderes. Er leitete nicht nur 32 Jahre lang mit viel Erfolg das städtische Presse- und Informationsamt, sondern setzte sich über seine eigentliche Arbeit hinaus auch mit viel Engagement für die Begründung und Pflege von zunächst einmal schwierigen Städtepartnerschaften wie mit Beer Sheva in Israel und Kosice in der Tschechoslowakei ein.

Ernst-Andreas stammt aus Weimar. Erste Eindrücke über Wuppertal sammelte der gelernte Journalist als Redakteur beim Wuppertaler General-Anzeiger. 1972 wechselte er dann nach einem kurzen Abstecher als freier Journalist ins Barmer Rathaus.

Nicht vielen ist es vergönnt, von den Honoratioren der Stadt quer durch alle Parteien und den Medien mit Lob aus dem Amt verabschiedet zu werden. Gar mancher schon ist nach einem rasanten Aufstieg mehr oder weniger offen mit Schimpf und Schande davon gejagt worden.

Seine ruhige sachliche Art und sein Bestreben, sich nicht ins Rampenlicht zu drängen, sondern im Hintergrund zu wirken, hat ihm jenseits der parteipolitischen Minenfelder überall Respekt und Anerkennung verschafft. Ein selbstironisches Zitat bei seiner Verabschiedung mit den unvermeidlichen Lobreden macht dies deutlich: „So ist der Lauf der Welt. Der Friedhof ist voller unersetzlicher Leute.“

Es würde sicherlich zu weit führen, hier die Verdienste von Ernst-Andreas näher zu beleuchten. Andere können das bestimmt auch viel besser. Ich möchte nur auf ein Ereignis zurückkommen, das seinerzeit weit über Wuppertals Grenzen hinaus auf großes Interesse stieß, der von Ernst-Andreas Ziegler mit initiierte Freundschaftslauf in die Wuppertaler Partnerstadt Kosice.

Bundesaußenminister Genscher, der ja Wuppertal zu seinem Bundestagswahlkreis auserkoren hatte, und sein tschechoslowakischer Amtskollege Chnoupek vereinbarten im Dezember 1987 in Prag die gemeinsame Schirmherrschaft über diese Veranstaltung, die es in der Form als eine Grenzen überschreitende Demonstration für den friedlichen Dialog zwischen Ost und West noch nicht gegeben hatte.

Voraussetzung für diesen Freundschaftslauf war die bereits 1978 von den beiden Außenministern ergriffene Initiative zu einer Städtepartnerschaft zwischen Wuppertal und Kosice. Im Mai 1980 unterzeichneten Oberbürgermeister Gottfried Gurland und der Vorsitzende des städtischen Nationalausschusses von Kosice, Dipl.-Ing. Ján Veles, im Wuppertaler Rathaus die Urkunden für die Städtepartnerschaft.

Seit Juni 1984 unterstützt der Wuppertaler Freundeskreis Kosice e.V. aktiv die Partnerschaft. Drei Bürgerreisen nach Kosice gab es. Die ersten Kosicer kamen im Herbst 1987 nach Wuppertal. Einen „Wuppertal-Platz“ gibt es seit März 1985 in Kosice, umgekehrt das „Kosice-Ufer“ seit Oktober 1985 in Wuppertal. Von Anfang an haben Sportler engagiert dazu beigetragen, die Städtepartnerschaft mit Leben zu erfüllen. Sei es auf dem Tennisplatz, beim Schwimmen, Badminton, Handball, Volleyball oder Basketball. Bereits seit 1981 starteten Läuferinnen und Läufer beim ältesten europäischen Marathonlauf in Kosice.

Es gehörte sicherlich viel Mut, Fantasie und Einsatzbereitschaft dazu, die Idee eines Freundschaftslaufes mitten in den Zeiten des Kalten Krieges in die Tat umzusetzen.

„Wie Ihr wißt, beginnt in wenigen Tagen das vielleicht ungewöhnlichste Sportereignis, das es zwischen Ost und West gegeben hat! Gemeint ist der Freundschaftslauf über 1.765 km in Wuppertals slowakische Partnerstadt Kosice.“

Mit diesen Worten überschrieb Ernst-Andreas Ziegler seinen Aufruf an die Wuppertaler Langstreckler. Sie sollten die jeweils 16 Läuferinnen + Läufer aus Wuppertal und Kosice am 11. Mai 1988 auf der ersten Etappe vom Barmer Rathaus aus nach Remscheid zu begleiten.

Bei herrlichem Sonnenschein waren es schließlich rund 180 Läuferinnen und Läufer, die sich unter dem Beifall der etwa 2.000 Zuschauer nach dem Startschuss von Bundesaußenminister Hans-Dietrich Genscher auf den Weg nach Remscheid machten. Genscher bat die Aktiven, die Botschaft nach Kosice mitzunehmen, dass das deutsche Volk keinen anderen Wunsch hat, als in Frieden zu leben und zu arbeiten und gute Beziehungen zu seinen Nachbarn zu unterhalten.

Wie hießen neben Ernst-Andreas Ziegler die übrigen Läuferinnen und Läufer der Wuppertaler Mannschaft, die man als Botschafter für die Völkerverständigung ausgesucht hatte? Ihre Namen hatten in der Wuppertaler Laufszene einen guten Klang und sind sicher manchem auch heute noch gut bekannt. Sie verdienen es, hier genannt zu werden: Silvia Merten – Christa Vahlensieck – Marita Vestweber – Dagmar Wefers – Michael Diederichs – Jochen Kannebäcker – Hartmuth Kühn – Karl Nagel – Lothar Ritter (Milden) – Peter Schmitz – Uwe Schüder – Heinz Steimer – René Treibert – Peter Vorsteher – Volker Wengenroth.

Auch die BILD-Zeitung ließ es sich nicht nehmen, über dieses Ereignis zu berichten. Karl Nagel wurde meines Wissens als dem bisher einzigen LCWer die Ehre zuteil, in der BILD-Zeitung erwähnt und sogar mit den Worten „Ein voller Bauch bremst.“ zitiert zu werden. Es ging darum, dass er vor dem Start beim gemeinsamen Frühstück im Rathaus nur ein Marmeladenbrötchen mit einem Ei und ein Glas Orangensaft verzehrt hatte.

Ein paar Kilometer der ersten Etappe liefen auch der tschechoslowakische Botschafter in Bonn und die Läuferlegende Emil Zatopek mit. Das Ehepaar Zatopek und Emils großer Widersacher in zahlreichen Langstreckenrennen, Herbert Schade, gehörten auch mit zum Tross, der die beiden Mannschaften nach Kosice begleitete.

„Ein historischer Moment liegt vor aus.“ Mit diesen Worten kündigte Dr. Spacil, der tschechoslowakische Botschafter in Bonn, den Weg über die ansonsten nur nach strengen Kontrollen zu überwindende Grenze bei Furth im Wald an.

Mit Salz und Brot wurden die Freundschaftsläufer an ihrem ersten Etappenort jenseits der Grenze in Tabor von Mädchen in Trachten begrüßt. Zuvor hatten die Sportler und ihre Begleiter eine überwältigende Welle der Gastfreundschaft und Herzlichkeit bei ihrem Lauf durch die blühende Mai-Landschaft des Böhmerwaldes erlebt.

Ernst-Andreas Ziegler meinte: „Wir schreiben ein Stück Geschichte. Ob es eine Seite oder gar ein Kapitel im Geschichtsbuch beider Länder sein wird, wird sich zeigen.“

Ein wahrer Triumphzug erwartete die Freundschaftsläufer dann zum Finale nach einer Woche in Kosice. Mehrere 10.000 Menschen mögen es gewesen sein, die die Sportlerinnen und Sportler enthusiastisch feierten. Der tschechoslowakische Außenminister Bohoslav Chnoupek gratulierte zu dem großartigen Erfolg. „Mit jedem Ihrer Schritte haben Sie sich für das Näherkommen unserer Völker eingesetzt. Ich bin überzeugt, daß dies ein wichtiger Impuls für künftige friedensbildende Veranstaltungen sein wird.“

Ein halbes Jahr später ließ die CSSR-Botschaft in einer Erklärung zum Besuch Chnoupeks in Bonn verlauten, dass der Sport und insbesondere der Freundschaftslauf Wuppertal - Kosice zur Verbesserung der deutsch-tschechoslowakischen Beziehungen beigetragen hat. Ernst-Andreas Ziegler hatte daran sicherlich einen entscheidenden Anteil.



Der mit einem Professoren- und einem Dokortitel ausgezeichnete Ernst-Andreas Ziegler wird sich nicht aufs Altenteil zurückziehen, sondern sich als Freiberufler mit Kommunikation und Konfliktbewältigung befassen. Schön wäre es, wenn er wieder mehr Zeit fürs Laufen finden und vielleicht mit uns gemeinsam an Wettkämpfen teilnehmen würde. Es müssen ja nicht unbedingt 100 km sein. Halbmarathon reicht ja auch schon.

N.K.