Volles Programm für die Lauffreunde

LEICHTATHLETIK Walter siegt in Welver / Viele junge Läufer mit erstem Wettkampf / Klein meistert den Rennsteiglauf / Deimann mit Streckenrekord

BÖNEN ▪ Mit dem Fortschreiten des Jahres füllt sich der Startkalender der Bönener Lauffreunde immer mehr. Und so verteilten sich die Ausdauersportler auf viele Veranstaltungen. Für einige Aktive boten sich sogar Doppelstartmöglichkeiten.

Eröffnet wurde das Wochenende am Freitagabend mit dem Altstadtlauf in Lippstadt. Hier war Katrin Walter (W35) über zehn Kilometer am Start. In 41:13 Minuten wurde sie Zweite in der Gesamtwertung. „Ich freue mich, dass die Gesundheit wieder mitspielt und solche Ergebnisse möglich werden", sagte die zurzeit so erfolgreiche Läuferin.



Beim Buchenwaldlauf sammelten einige Lauffreunde ihre erste Wettkanpferfahrunger. Katrin Walter (unten mit Sohn Dominik) gewann das 5-km-Rennen. ▪ Foto: pr

Am Samstag standen zwei Veranstaltungen in der Umgebung zueinander in Konkurrenz. Startmöglichkeiten gab es für die Lauffreunde sowohl beim 15. Buchenwaldlauf in Welver als auch beim 16. Wälster Lauf in Walstedde.

In Welver zeigten sich über fünf Kilometer Katrin Walter und Ingo Hanke ganz vorne. Walter gewann kurz nach ihren Vortageserfolg die Gesamtwertung der Frauen in 20:35 Minuten, Ingo Hanke wurde in 18:54 Fünfter. Erste Wettkampferfahrungen in Trikot der Lauffreunde sammelten Julie Donkiewicz (28:44 Minuten, 2. WU16), Nadine Donkiewicz (32:57, 1. WU20), Marie Donkiewicz (36:39, 2. WU18), Alina Henze (39:11, 3. WU16), Maria Harder (40:52, 4. WU16) und Sabina Donkiewicz (42:55, 2. W40). Sabina Donkiewicz: Julie, Nadine und Marie Donkiewicz wurden obendrein übrigens Zweite der weiblichen Teamwertung. Den Bambini-Lauf über 400 m beendete Dominik Walter (Jahrgang 2009) auf Rang drei.

Über zehn Kilometer gab es zwei Altersklassensiege für die Lauffreunde. Todt G. Willingmann lief in 41:33 als Schnellster der M50 durchs Ziel. Bei den M65 konnte kein Altersgenosse mit Simon Vulf (56:51) mithalten. Carsten Donkiewicz erreichte in einer neuen persönlichen Bestzeit von 51:39 Rang acht der M50. „Debütant" Fabian Nawrath freute sich über den zweiten Platz der MU20 (58:03).

Die übrigen Ergebnisse

5 km: Michael Flory 24:24 Minuten, 3. M50; Melanie Post 30:01, 4. W35 (persönliche Bestzeit).

5 km Nordic Walking: Dieter Freitag (M65) 35:05 Minuten (persönliche Bestzeit), Karin Freitag (W60) 42:31

Willingmann hielt sich nicht lange in Welver auf. Unmittelbar nach dem Zieleinlauf machte er sich auf den Weg nach Walstedde, um noch einmal über zehn Kilometer zu starten. Er gewann erneut seine Altersklasse, war jedoch in 44:50 drei Minuten langsamer. Martin Schulte erreichte nach 21:36 Mini das Ziel des 5-km-Laufes (4. M50). Damit verbesserte er seine fünf Jahre alte Bestzeit um drei Sekunden. Hartmut Stoepel gewann in 27:42 seine Altersklasse M65.

Die übrigen Ergebnisse:

Corinna Stoepel 27:50 Minuten, 6. WU20; Justin Wieneke 31:15, 5. MU20; Daniela Stoepel 31:21, 8. WU20

In den frühen Stunden des Samstags – um 6 Uhr – fiel in Eisenach der Startschuss für den sogenannten Supermarathon des Rennsteiglaufes. 72,7 Kilometer geht es über den gleichnamigen Wanderweg auf den Höhen des Thüringer Waldes bis nach Schmiedefeld. Die Aufstiege addieren sich auf 1867 Meter, die Abstiege auf 1382 Meter. Mit 215 Höhenmetern bildet der Start den tiefsten Punkt. Den „Höhepunkt" bildet der Große Beerberg mit 974 Metern. Am Start war auch „Ultraläufer" Michael Klein. Er erreichte nach 8:36:53 Stunden das Ziel und lief damit auf Platz 828 von 2127 Finishern beziehungsweise Rang 177 seiner Altersklasse M50. Lauffreunde-Pressewart Jürgen Korvin weiß aus eigener Erfahrung: „Das ist ein schwerer Lauf, teilweise hat er Crosscharakter." Tanja Felgenhauer nutzte die Reise mit ihrem Partner nach Thüringen für die Teilnahme an einer 17-km-Wanderung (ohne Zeitnahme).

Die Top-Leistung des Wochenendes lieferte jedoch am Sonntag Jonas Deimann (MU20) ab. Beim 13. Hattinger Hüttenlauf gewann er in 17:41 Minuten den 5-km-Wettbewerb. Das war nicht nur eine neue persönliche Bestzeit, sondern bedeutete auch Streckenrekord. „Und das wenige Wochen nach einen Sturz mit dem Rennrad. Super", zeigt sich Korvin begeistert. Vater Stefan Deimann erreichte beim 10-km-Hauptlauf in einer Zeit von 45:41 den 14. Platz (4. M45). Mutter Ewa Deimann nahm am 5-km-Walking-Wettbewerb teil, den sie nach 37:30 beendete. Start und Ziel lag auf dem Gelände der ehemaligen Henrichshütte. „Die alten Industrieanlagen bildeten eine interessante Laufkulisse", so Stefan Deimann. Heiko Bücker (M45) beendete einen Halbmarathon diesen nach 1:52:32 Stunden.

Am Donnerstag der vergangenen Woche waren die Lauffreunde auch beim B2Run in Dortmund im Einsatz. Dieser Lauf mit Start am Signal-Iduna-Park und mit Ziel im Stadioninneren gehört zu einer Reihe von Firmenläufen, die deutschlandweit in zehn Großstädten stattfinden. Die Strecke war mit 6,1 Kilometern angegeben. Anders als beim Firmenlauf in Unna gab es eine Zeitmessung, so dass das Ganze durchaus einen Wettkampfcharakter hatte. Die Ergebnisliste weist knapp 10 000 Finisher aus. „Das waren aber nicht alles aktive Läufer. Das merkte man schon", sagte der Bönener Martin Munk, der den Lauf nach 24:27 Minuten auf Platz 115 beendete. Was in Dortmund los war, zeigt der Vergleich der Brutto- und Nettozeit von Munk. Er lief 39:05 nach dem Startschuss über die Startlinie, an der die Nettozeit genommen wird. „Das ganze Rennen war ein einziger Überholvorgang", so Munk. Vorneweg lief Jonas Deimann, der in 22:20 im Ziel ankam und in der Ergebnisliste auf Rang 24 erscheint (von 5437 Männern). Gute Platzierungen erreichten auch Ralf Bartmann (25:30, 219.) und Stefan Deimann (26:32 und 381.). ▪ **WA**