

## Pressemitteilung Nr. 05/2012 der Laufgemeinschaft Laacher See

### **Klassensiege beim 4. Crosslauf in Lonngig und der Auftaktveranstaltung des Winterlaufes 2012 in Mayen.**

#### **Informationsveranstaltung zur Vorbereitung auf den „Hochwald Mittelrhein – Marathon“.**



Der Crosslauf der TUS Lonngig hat sich als feste Veranstaltung bei den Crossläufen im Rheinland etabliert. Mit sieben Sportlern stand die LG Laacher See am Start. Noch in der Babypause versucht Daniela Ringel wieder regelmäßig an Volkslaufveranstaltungen teilzunehmen. Beim Jedermannlauf von 3 800 Meter siegte sie in ihrer AK WHK in 31:20 Min. Ihr Mann Michael (M 35, 17:36 Min.) und Michael Becker (MHK, 31:21 Min.) konnten sich ebenfalls über einen Altersklassensieg freuen. **Günter Bruchhaus** belegte den ersten Platz beim Walking in einer Zeit 32:19 Min. Der langjährige Volkslaufwart feierte im Oktober seinen 75. Geburtstag und gehört nach wie vor zu den aktivsten Walkern im nördlichen Rheinland-Pfalz. Fast an jedem Wochenende vertritt er die Walker der LG Laacher See bei einer Volkslaufveranstaltung.

Melanie Schmidt plant in diesem Jahr ihren ersten Halbmarathon laufen und möchte nun Wettkampferfahrung sammeln. Allerdings hatte sie nicht mit einer solch anspruchsvollen Strecke gerechnet. Tapfer lief sie die 9 000 Meter in 1:06:48 Std. durch und konnte am Ende mit dem zweiten Platz der AK W 35 punkten. Ebenso Michael Ringel (M 35, 46:00 Min.), der den Jedermannlauf zum Aufwärmen nutzte. Sein Freund Achim Söntgerath, Gastläufer der LG Laacher See, wurde Dritter mit einer Zeit von 1:06:21 Std.

**Bild:** Günter Bruchhaus, feierte seinen 75. Geburtstag

Bei der Auftaktveranstaltung des **Winterlaufes in Mayen** durfte die LG Laacher See selbstverständlich auch nicht fehlen. Die Bambinos Geraldine (1:33 Min.) und Laurence Bermel (3:03 Min.) absolvierten den 300 Meter Lauf. Ihre Mutter Katja siegte in der AK W 40 mit 24:52 Min. beim 4 000 Meter Jedermannlauf. Michael Ringel legte gleich einen Doppelstart hin. Den Jedermannlauf absolvierte er in 17:12 Min. und wurde Erster der AK M 35.

Beim Hauptlauf über die 8 400 Meter neben Thomas Pörsch, der den ersten Platz der AK M 30 mit einer Zeit von 36:52 Min., nachfolgende Sportler der LG Laacher See am Start.

Rüdiger Jahr, 9. M 40, 39:09 Min.  
Carsten Bermel, 8. M 35, 43:56 Min.  
Ursula Jahr, 4. W 40, 51:53 Min.  
Ilka Jost, 5. W 40, 57:13 Min.

Michael Ringel, 5. M 35, 39:29 Min.  
Marita Fronnert, 3. W 50, 51:23 Min.  
Melanie Schmidt, 3. W 35, 57:13 Min.

#### **Terminhinweis: Vorbereitung Halbmarathon und Marathon 2012**

Die LG bereitet Interessierte in individuellen Trainingsgruppen auf die Wettbewerbe vor. Hierzu bietet die LG Laacher See am **15.02.2012 um 19:00 Uhr in Mendig, Restaurant Donaulaube, Bachstraße**, eine Informationsveranstaltung an.

Weitere Informationen und **vorherige Anmeldung** bei:

Stene Dietrich (0170/7919218) Elisabeth Waldorf (0171/916 2011)  
Klaus Jahnz (0175/296 2172) oder per e-Mail: [Klaus@lqlaachersee.de](mailto:Klaus@lqlaachersee.de)