

# Pressemitteilung Nr. 19/2016 der Laufgemeinschaft Laacher See

## **Gute Stimmung und Treppchenplätze beim Jubiläumslauf des LT SV Westum**

Pünktlich zur Jubiläumsveranstaltung des SV LT Westum strahlte die Sonne und die Temperaturen waren schon recht sommerlich. Zum 40. Mal veranstaltete die LT SV Westum den legendären Murrelauf. Selbstverständlich besuchte die LG Laacher See dieses Event und erhielt mit 47 Aktiven eine Auszeichnung für den zweiten Meistbeteiligungsplatz.



Bevor es für die „Großen“ auf die langen Strecken ging, absolvieren die Youngstars ihre Runden. In 1:40 Min. beendete Julian Kawalek den Bambinilauf über 250 m. Der dritte Platz der mJ U12 über 750 m ging an Louis Kawalek (4:49 Min.).

Nachdem die Schüler im Ziel waren, fiel der Startschuss für den zehn km Hauptlauf. Schnellster LG'ler war hier Manfred Schmitt mit 47:16 Min. und dem zweiten Platz der M 55. Fünf Minuten danach folgte Kirsten Krümpelmann (5. W 45) in 52:58 Min. Kirsten verbesserte ihr Zeit zum Vorjahr um fast sechs Minuten. Einen tollen ersten Platz

der M U18 erzielte der 15-jährige Jason Luxem mit 60:37 Min. für den zweiten Platz der W 55 wurde Ulrike Grohse mit einer Zeit von 61:35 Min. geehrt.

### **Ergebnisse beim Hauptlauf:**

Markus Wolscht (M 50, 56:00 Min.); Andreas Göbel (M 30, 56:10 Min.); Christina Michels (W 445, 59:21 Min.); Beate Klöppel (W 45, 61:27 Min.); Brigitte Schäfer (W 50, 63:48 Min.); Michael Becker (M 30, 69:45 Min.); Christiane Münzel (W 50, 70:46); Michael Rüb (M 50, 70:46 Min.); Marita Fronnert (W 55, 1:13:57 Std.); Hans-Hermann Krümpelmann (1:21:18 Std.)

Seit März bietet die LG Laacher See ein Lauftraining für Anfänger und Wiedereinsteiger an. Über zwanzig Interessierte nehmen regelmäßig beim den Treffs teil. Einige davon wollten nun ihre Fitness beim Jedermannlauf über fünf km testen. Ob Dominik Meier tatsächlich ein Anfänger ist, ist zu bezweifeln. Schon nach 25:28 Min. lief er über die Ziellinie – toll. Corinna Otto und Brigitte Keiper liefen ein Primärennen in 35:13 Min. Silke van Elkan (36:08 Min.) und Andrea Meier (40:10 Min.) gehören ebenfalls zu den Neulingen. Die weiteren Ergebnisse der LG'ler:

Corinne Törper (31:01 Min.); Bettina Gäß (33:18 Min.); Herbert Kawalek (34:13 Min.); Stefan Helbing (38:12 Min.), Gabriele Schmidt (41:56 Min.)

Tabea Kawalek (49:54 Min.) und Jarne Törper (42:49 Min.) walkten diese nicht einfache Strecke. Die zehn km absolvierten mit bester Laune und viel Spaß unterwegs nachfolgende WalkerInnen der LG Laacher See:

Silvia Dünchem (1:40:02 Std.); Irmel Groß (1:29:11 Std.); Erich Portz (1:40:02 Std.); Monika Schuster (1:40:02 Std.); Bettina Schweitzer (1:40:02 Std.); Silke Törper (1:10:32 Std.); Elisabeth Waldorf (1:40:02 Std.); Brigitte Wehren (1:29:15 Std.); Claudia Werner (1:40:02 Std.)

Bei der langen Distanz über 21,1 km handelt es sich wahrhaftig um einen Panoramalauf, der ein paar Tücken aufzuweisen hat. Die ersten Kilometer führen in Richtung Rhein, um anschließend an der Ahr zu laufen. Nach elf km kommt eine Steigung, die bis KM 17 nicht enden will. Für die Strapazen werden die Sportler mit einer tollen Aussicht auf die Rotweinberge an der Ahr belohnt. Wenn dann noch, wie in diesem Jahr die Rapsfelder in voller Blüte sind, möchte man fast stehen bleiben, um das tolle Panorama zu genießen. Zahlreiche Vatertagsausflügler jubelten den Läufern zu, die die letzten Kilometer im Sinziger Wald liefen. Wie nicht anders zu erwarten, stand Bärbel Monschauer bei der Siegerehrung auf dem Siegerpodest. Mit einer Zeit von 2:13:12 Std. sicherte sie sich den ersten Platz der AK W 65. Für den zweiten Platz der W 40 wurde Karin Breslauer belohnt. Gemeinsam mit Ursula Jahr (W 45) legte sie eine Punktlandung von exakt 2:22:22 Std. hin. Der dritte Platz der M 50 ging an Dr. Parvis Torbati (1:36:18 Std.). „Die Gegner dieser Altersklasse sind wirklich stark. Da muss man sich echt anstrengen“, meint der Mendiger. Aaron Lung (MHK, 2:08:14 Std.) und Anita Massion (W 55, 2:15:46) erhielten ebenfalls eine Auszeichnung für den dritten Platz in ihren Altersklassen.

### **Ergebnisse beim Halbmarathon:**

Daniel Breslauer (M 45, 2:08:14 Std.); Klaus-Dieter Hammel (M 45, 2:08:14 Std.); Klaus Jahnz (M 65, 2:15:22 Std.); Karl-Heinz Schuster (2:15:47 Std.); Michael Ringel (M 40, 2:22:48 Std.)

Auf der zehn km Walking-Strecke waren Silke Törper (69:58 Min.) und Frank Monschauer (1:16:50 Std.) unterwegs.