

**Schuh schnüren zum zweiten KSK Winterlauf am 9. Januar in Bell
„Run“ an den Weihnachtsspeck bei der Winterlaufserie in Alfter**



Im Vorjahr fand der erste Winterlauf noch bei Schneegestöber statt. Beim 1. KSK Winterlauf am **13.12.15 in Bell** herrschten bei fast frühlingshafter Witterung optimale Bedingungen. Insgesamt starteten 177 Sportler und legten 865 Runden zurückgelegt, dies bedeutet 2162,5 km Gesamtkilometer. Das waren 62 Aktive mehr, gleichzeitig wurden gegenüber 2014 942, 5 km mehr zurückgelegt.

„Es kommt bei dieser Veranstaltung nicht auf die gelaufene Zeit an, sondern auf die Anzahl der zurückgelegten Runden. Eine Runde ist etwa 2,5 km lang“, erklärte Vorstandsmitglied Erich Portz. „Die Sportler können bei uns laufen, walken oder ganz einfach gehen, dies ist auch ein Grund dafür, dass unsere Winterläufe gerne besucht werden“, ergänzt Josef Wagner, Ehrenmitglied und Verantwortlicher für die Ergebniserfassung.

„Jeder Sportler, der unsere Veranstaltung besucht, erhält ein Präsent der Kreissparkasse Mayen. Außerdem erhalten alle Sportler eine Urkunde für die Teilnahme mit der Angabe der zurückgelegten Kilometer.

Markus Luhr von der HSC Gamlen (37,5, km) und Herman Schmitz (Spvvg Nickenich) mit 32,5 km führen bei den Männern das Feld an. Bei den Frauen liegen Marianne Katluhn (DJK Mayen), Karina Seifer (Lahnstein) und Marita Fronnert (LG Laacher See) mit 25 km gleichauf vorne. Alles ist offen, wir sind gespannt, wer die meisten Laufkilometer schafft und das Rennen macht“, verrät Laufbetreuer „Kalle“ Schuster.

Die LG Laacher See bedankt sich bei den Sportlern für den Besuch und lädt alle Interessierte zur zweiten Veranstaltung für **Samstag, den 09.01.2016 ab 13:00 Uhr nach Bell** ein, Zielschluss ist um 16:00 Uhr. Für das leibliche Wohl wird ausreichend gesorgt sein und Duschkmöglichkeiten sind vorhanden.

Ergebnisse der 1. Veranstaltung: www.lglaachersee.de

Bild: Große Freude – der Nikolaus (Horst Ommer) begrüßte die Aktiven auf der Strecke



Beim vierten Lauf der 44. Alterer Winterlaufserie, direkt nach den Weihnachtsfeiertagen, ging es bei strahlendem Sommerwetter, im angeblichen Winter, an die vorher angefütterten Kalorien der LG Laacher See Läufer/innen. Über die originell markierten Waldwege (linkseröm, rächseröm und schnackuss) im Naturpark Kottenforst bei Bonn ging es verkehrsfrei und nahezu eben auf die 10, 15 oder 20 km Strecken, die in beliebiger Kombination auch mehrfach zurückgelegt werden konnten. So wurden weitere 100 Kilometer dem Laufkonto der LG Laacher See gut geschrieben. Diesmal liefen für die LG Laacher See: Jutta Schmidt, Klaus Jahnz, Christiane Münzel und Michael Rüb die 20 km Strecke. Elisabeth Waldorf und Jason Luxem absolvierten die 10 km Runde. Alle hatten viel Spaß und waren von der Strecke, auf der man auch einen geschmückten Weihnachtsbaum finden konnte, sehr angetan. Als Belohnung für die Anstrengung gab es den

kontraproduktiven Glühwein im Ziel, den sie die LG'ler mit viel Genuss schmecken ließen.

Alle freuen sich im neuen Jahr auf die nächsten beiden Serienläufe in Alfter.

Bild: In Alfter (v.li. Elisabeth Waldorf, Jutta Schmitt, Christiane Münzel, Michael Rüb, Jason Luxem und Klaus Jahnz)