

Pressemitteilung Nr. 10/2019 der Laufgemeinschaft Laacher See e.V.

Sonniges und sportliches Wochenende für die LG'ler.

Persönliche Bestzeit von Raheb Rahimi in Köln, Sieg von Viola Pulvermacher in Gerolstein.



Viele Mitglieder der LG Laacher See wollen im April in Bonn beim Halbmarathon starten. Zur Vorbereitung ist es empfehlenswert, Testwettläufe zu absolvieren. Am letzten Februarwochenende stand so ein Testwettkampf auf dem Plan. Da in der Region kein geeigneter Volkslauf angeboten wurde, haben die meisten diesen Test am Laacher See durchgeführt. Raheb Rahimi und Klaus Jahnz starteten bei der letzten Veranstaltung der 35. Winterlaufserie des LSV Köln-Porz. Raheb lief die zehn km Strecke bereits im Januar. Doch jetzt legte er sich mächtig ins Zeug und lief seine persönliche Bestzeit über zehn km. Mit 38:07 Min. gewann er seine Altersklasse. Klaus Jahnz wurde mit 65:10 Min. Vierter der M 70.

Bild links: Raheb Rahimi bei seinem Lauf in Köln-Porz



Viola Pulvermacher stärkt derzeit ihre Fitness bei verschiedenen Crossläufen. Bei frühlinghaften Temperaturen ging sie bei der Langstrecke über 8000 m an den Start. Mit 30:28 Min. lief sie als erste Frau und gesamt Vierte über die Ziellinie. Bei traumhaftem Laufwetter fanden über 100 Läuferinnen und Läufer den Weg nach Gerolstein-Büschel zum Eifelsteig-Crosslauf, dem 3. Lauf der Crosslaufserie 2018/2019.

Bild rechts: Viola Pulvermacher auf dem Weg zu ihrem Sieg