

## Pressemitteilung Nr. 19/2019 der Laufgemeinschaft Laacher See e.V.

### **„Wer die Welt bewegen will, sollte erst sich selbst bewegen“**

Die 14. Auflage der Ahrkreisstaffel, fand in diesem Jahr in der Kurstadt Bad Neuenahr statt. Sie stand unter dem Motto des griechischen Philosophen Sokrates „Wer die Welt bewegen will, sollte erst sich selbst bewegen“.

Getreu diesem Motto´s schnürten 24 Läufer\*innen der LG Laacher See ihre Lafschuhe und machten sich in vier Staffeln als „Vulkanaustreter“ auf den Weg nach Bad Neuenahr. Mehr als 70 weitere Teams drehten dort im Kurpark ihre Runden, um einen Staffelmaraon zu absolvieren.

Staffelmaraon bedeutet, jede Staffel besteht aus maximal 6 Läufern, wobei mindestens eine Frau und ein Kind unter 16 Jahren dabei sein müssen. Insgesamt 42,195 Kilometer wurden etappenweise bei dieser sportlichen Herausforderung für Groß und Klein absolviert. Es ging auf 37 Einzelrunden mit je ca. 1120 Metern, sowie auf eine Startrunde von 750 Metern, die vom Teamkind gelaufen wurde.

Das Team „Vulkanaustreter II“ bestehend aus: Tim Kahl, Nils Kahl, Birgit Blum, Erik Blum, Raheb Rahimi und als Teamchef Thomas Kahl konnte die vereinsinterne Wertung mit dem 9. Gesamtplatz in einer Zeit von 2:59:42 h für sich entscheiden. Dicht gefolgt mit einer Zeit von 3:15:14 h von den „Vulkanaustreter IV“ bestehend aus Felix Lichtenberg, Marion Schmidgen, Anita Massion, Aaron Lung und als Coach Jens Lichtenberg.

Jasmin Hanusch, Jason Luxem, Nicole Frantzen, Birgit Geisen, Sascha Reimann und Michael Rüb als „Vulkanaustreter I“ kamen in einer Zeit von 3:19:17 h gemeinsam über die Ziellinie. Die „Vulkanaustreter III“ Eric Opitz, Christin Rühle, Bärbel Monschauer, Christiane Münzel, Ingo Mohr und Teamchef Michael Münz konnten, angetrieben durch die ordentliche Stimmung der restlichen Staffeln, innerhalb der Wechselzone, den Maraon in einer Zeit von 3:43:18 h beenden. Nach der Siegerehrung wurde noch entspannt bei mit kleinen Snack und Getränken, gefachsimpelt. Eric Opitz, einer der jüngsten Teilnehmer, versprach: „ Wir kommen nächstes Jahr wieder und treten weiter Vulkane aus.“



**Foto 1 : Vor dem Start in Bad Neuenahr**



Foto 2: Die schnellste Staffel der LG



Foto 3: Staffelwechsel