

Pressemitteilung Nr. 22/2019 der Laufgemeinschaft Laacher See

Premiere für zwölf Halbmarathonstarter, tolle Eindrücke beim Deutsche Post Marathon in Bonn und beim Vienna-city-Halbmarathon

Seit Monaten haben sich die Lauf- und Walkingfreunde der LG Laacher See für eine Teilnahme beim Deutsche Post Marathon in Bonn vorbereitet. Für diesen Tag wurden viele Trainingskilometer absolviert und akribisch auf die Ernährung geachtet. Unter ihnen 17 Aktive, die einen Halbmarathon walken wollten. Während der Vorbereitungszeit wurden sie von Walkingroutinier Frank Monschauer betreut. Frank achtete stets darauf, dass es „seinen Hühnern“ gut ging. Aus gesundheitlichen Gründen mussten leider zwei Walkerinnen auf einen Start verzichten. Für die HM-Neulinge Silvia Alfien, Inge Eltgen-Bay, Ingo Gerz, Sabine Nagel, Heike Ritzdorf, Gabriele Schmidt, Bettina Schweitzer und Thomas Weiler erfüllte sich ein lang gehegter Traum. Bestens motiviert und gut gelaunt gingen alle bei strahlendem Sonnenschein an den Start. Die Gruppe blieb stets zusammen und gab mit ihren blauen Trikots ein tolles Bild ab. Mit einer Zeit von 3:10 Std. kamen die lustigen Walker*innen über den gelben Teppich ins Ziel.



Die LG'ler im Finisher Shirt und mit Medaille

Premiere als Halbmarathon Läufer hatten Erik Blum (M 30, 1:42:39 Std.), Adelheid Boes (W 50, 2:54:07 Std.); Bernd Fuhrmann (2:38:59 Std.), Nancy Junglas (2:27:15 Std.) und Claudia Schüller (2:54:07 Std.). Sie alle liefen ein hervorragendes Rennen in Begleitung von erfahrenen Vereinskollegen. Das Sportlerfeld auf dieser Distanz wurde von insgesamt 72 Aktiven der LG Laacher See geprägt. Der schnellste davon war Raheb Rahimi mit einer tollen Zeit von 1:22:32 Std. Bärbel Monschauer wurde mit 2:11:15 Std. für den 2. Platz der W 65 geehrt. Klaus Jahnz lief als einziger den Marathon, den er mit dem 3. Platz der M 70 in einer Zeit von 5:19:24 Std. beendete. Die weiteren Ergebnisse sind unter folgendem Link einzusehen: <http://results.frielingsdorf-datenservice.de/2019/bonn/search.php>

Während die einen in Bonn liefen, waren Heike Court (2:10:19 Std.) und Stefan Helbing (2:15:51 Std.) beim **Halbmarathon in Wien** vertreten. Auch sie genossen einen wunderschönen sonnigen Tag mit tollen Eindrücken.



Foto:
Die lustigen
Walker*innen
der
LG Laacher See