

**Lauf um die Mönchsheide ist wieder zum Leben erwacht.
Zwei Gesamtsiege für die LG Laacher See.**

Zehn Jahre Pause sind genug, hat sich das Team Flott gedacht und lud zum Lauf um die Mönchsheide ein. Dem Ruf sind 47 Aktive der LG gefolgt. Als Jüngster schaffte Klaas Pulvermacher 300 m in 4:19 Min.



Die 10 km gewann Felix Schmidgen mit 37:13 Min. Ihm folgte nach 3 Min. die schnellste Frau Viola Pulvermacher in 40:25 Min. Mit 54:35 Min. gewann Jason Luxem die AK mJ U20. Bärbel Monschauer siegte in der AK W 65 mit 56:28 Min. Für den 2. Platz in ihren AK erhielten Michael Münz (M 50, 44:22 Min.), Eric Blum (M 30, 47:10 Min.), Nicole Frantzen (W 35, 51:30 Min.), Jannis Schweitzer (MJ U 23, 55:46 Min.), Lydia Justen (W 55, 58:06 Min.) und Klaus Jahnz (M 70, 62:49 Min.) eine Auszeichnung. Für den 3. Rang wurden Birgit Geisen (W 55, 61:59 Min.), Kirsten Krümpelmann (W 50, 62:21 Min.) und Ulrike Grohse (W 60, 61:39 Min.) geehrt.

LG Ergebnisse:

Harald Justen (7. M 55, 51:32 Min.), Michael Rüb (8. M 55, 52:43 Min.), Markus Wolscht (5. M 50, 57:18 Min.), Christina Michels (4. W 45, 60:03 Min.); Sylvia Franzen (W 45, 61:48 Min.), Alexandra Gerz (4 W 55, 64:58 Min.), Claudia Schüller (8. W 50, 71:28 Min.), Sabine Nagel (9. W 50, 71:29 Min.), Christiane Münzel (7. W 55, 71:44 Min.), Marita Fronnert (7. W 60, 75:09 Min.), Werner Bergweiler (5. M 60, 63:28 Min.)

Diese Strecke nahmen auch die Walker Hans-Hermann Krümpelmann, Gabriele Schmidt und Frank Monschauer auf sich. 5 km walkten Lothar Eger (44:55 Min.), Ingo Gerz (37:57 Min.); Rosita Ommer (54:39 Min.); Monika Schuster (54:37 Min.) und Bettina Schweitzer (37:58 Min.).

Mit 21:52 Min. lief Karin Breslauer als 2. Frau beim 5 km-Lauf ins Ziel, dicht gefolgt von Barbara Grell in 22:09 Min.. Michael Krämer (20:26 Min.), Daniel Breslauer (23:35 Min.), Guido Neumann (24:28 Min.), Christiane Neumann (24:54 Min.), Kalle Schuster (29:47 Min.), Horst Ommer (29:49 Min.), Frank Schäfer (31:20 Min.), Brigitte Schäfer (31:21 Min.).

Seit April führt die LG einen Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs durch. „Wöchentlich werden längere Einheiten in Verbindung mit Koordinationsübungen trainiert. Ein Erfolg ist schon sichtbar“, berichtet Lauffreizeitbetreuerin Anja Schweitzer. Mit Elisabeth Waldorf begleitete sie Gabi Walsdorf (34:47 Min.) und Günther Bermel (35:54 Min.) bei ihrem ersten Volkslauf.

Foto oben: Die LG'ler vor dem Start auf der Mönchsheide
Foto links: Felix Schmidgen und Viola Pulvermacher

