

Bergige Strecke bei schönem Herbstwetter bei Auftaktveranstaltung der Cross-Lauf-Serie Cochem-Zell in Laubach

In der regionalen Laufszene ist der 1. Lauf der Crosslauf-Serie Cochem-Zell in Laubach nicht unbekannt. Bei guten Bedingungen gingen 13 Mitglieder der LG Laacher See am ersten Oktobersonntag den Start.

Es ging in Laubach (Eifel) über eine kurze, 4800 Meter und auch über eine lange, 8300 Meter Distanz. Für die jüngsten Teilnehmer sowie Jugendlichen wurden auch kürzere Strecken (300m bis 2400m) angeboten. Bei sehr milden Temperaturen machten sich rund 100 Teilnehmer auf die Strecke.



Die Strecken waren leicht profiliert. In einer großen Schleife ging die 4,8 km Runde zuerst abwärts zum tiefsten Punkt (490 MüNN) des Rundkurses und dann kontinuierlich bergan zum Ziel (545 MüNN). Auf der Langdistanz lief man zuerst die selbe Schleife und machte sich dann nochmals in Form einer Acht abwärts auf ca. 485 Höhenmeter, um anschließend wieder den höchsten Punkt der Strecke zu erreichen. Es ging am Sportplatz von Müllenbach vorbei zurück ins Ziel zum Sportplatz nach Laubach. Mit zwei Anstiegen über gute 60 Höhenmeter auf der

8,3 km Strecke wurde von den Läufern eine gute Kondition verlangt. Alle Veranstaltungen im Rahmen der Crosslauf-Serie sind unter den Läufern der Region durchaus bekannt und werden gerne gelaufen.

Die Ergebnisse der LG Läufer beim 1. Crosslauf in Laubach 2017

Julia Ringel lief beim Kinderlauf über die 300 Meter auf den 3. Platz in einer Zeit von 1:37 Min.

Über die 4,8 km Runde kamen nachfolgende LG'ler ins Ziel:

Daniela Ringel 30:55 Min 1. Platz; Hans-Hermann Krümpelmann 32:18 Min 1. Platz;
Klaus Jahnz 32:18 Min 3. Platz.

Auf der lange Strecke liefen:

Michael Rüb 43:43 Min 1. Platz; Kirsten Krümpelmann 43:59 2. Platz;
Bärbel Monschauer 48:17 Min 1. Platz; Jason Luxem 49:07 Min 1. Platz;
Bärbel Hermann 50:15 Min 1. Platz; Michael Ringel 51:00 Min 5. Platz;
Klaus Jahnz 53:06 Min und Marita Fronnert 58:39 Min 1. Platz.

Eine Premiere walkten die Elisabeth Waldorf und Frank Monschauer.

Sie machten sich auf die 8,3 km Strecke und erreichten gemeinsam das Ziel nach 1:30:22 Std..

Die Läufer der Laufgemeinschaft freuen sich schon auf den 2. Lauf zur Cochemer Cross-Serie am 29. Oktober in Klotten an der Mosel.