

## Pressemitteilung Nr. 47/2016 der Laufgemeinschaft Laacher See

### Sportlicher Herbstnachmittag in Kaisersesch. Sechs erste Plätze in den Altersklassen.



Ein Teil der LG'ler vor den verschiedenen Starts in Kaisersesch

Der Waldsportplatz in Kaisersesch war der Austragungsort des dritten Wertungslaufes der Cochem-Zeller Crosslaufserie 2016, die nun schon zum 29. durchgeführt wurde. Der TuS Kaisersesch hatte alle Cross-Strecken bestens präpariert und so konnten mehr als 160 Laufinteressierte der Region bei besten Bedingungen starten, sogar das Wetter spielte mit.

Siebzehn Sportler der LG Laacher See gingen über die verschiedenen Crossstrecken zwischen 1100 und 8100 Metern an den Start. Rund um den Waldspielplatz ging der Kurs der Kurzstrecke, bei dem auch einige Höhenmeter bewältigt werden mussten. Die Mittel- und Langstrecke ging vom Waldsportplatz über Stock und Stein entlang des Steinbachtals in Richtung Urmersbach bis zum höchsten Punkt des Kurses. Der ca. 4 Kilometer lange Rundkurs mit rutschigen Gefällstrecken und teilweise anspruchsvollen Steigungen musste für die Langstrecke von 8,1 km zweimal durchlaufen werden.

In der Jugendklasse U12 gingen Leonard Winkler und Felix Jahnz auf die 1,1 km Strecke. Mit 5:19 Min und 6:49 Min wurden sie nur knapp vom Erstplatzierten geschlagen und belegten den zweiten und dritten Platz der Alterswertung.

#### **Die Ergebnisse der Mittelstrecke über 4050 Meter:**

Stefanie Steffes (1. W 30, 29:49 Min.),  
Klaus Jahnz (1. M 65, 29:42 Min.),  
und Jason Luxem (24:33 Min.).

Marita Fronnert (1. W 55, 30:20 Min.),  
Michael Ringel (6. M 40, 20:55 Min.)

Elisabeth Waldorf (1. W 55) und Horst Ommer (4. M 60) nutzten die Strecke zum walken, wobei sie mit ihrer Zeit von 44:35 Min. in der Läuferwertung waren

Auf der langen Distanz über 8,1 km waren Ulrike Grohse (1. W 55, 53:25 Min.), Marita Fronnert (2. W 55, 66:07 Min.) am Start.

Bei den Männern dominierten in der Altersklasse M50 die Läufer der LG. Die Teilnehmer teilten die Plätze unter sich: Bernd Engel in 35:23; Michael Rüb in 44:47 Min; Markus Wolscht in 45:52 Min und Harald Justen in 45:53 Min. Jörg Steffes lief in 44:30 Min. Platz 3 und Michael Ringel in 46:55 auf den 4. Platz der M 45.

Das Finale der Cochemer Laufserie 2016 findet am 4. Dezember mit dem Nikolauslauf in Aflen bzw. auf dem Sportplatz in Auderath seinen Höhepunkt und wird sicherlich für einige Platzierte in ihren Altersklassen noch richtig spannend, da die Läufer noch gute Chancen auf den Seriensieg haben.