

Erfolgreiche LG'ler beim Winterzauberlauf in Mayen

Der Winterzauberlauf ist in der kalten Jahreszeit ein tolles Event, um die Fitness und die Kondition nach den Festtagen zu testen. Mit 42 Startern stellte die LG Laacher See einen großen Anteil des Teilnehmerfeldes. Neun LG'ler bewältigten die Walkingstrecke über 5,6 km.



Ein Teil der LG'ler beim Winterzauberlauf in Mayen

Beim Kids Run über 800 m war Julia Ringel mit 4:02 Min. erfolgreich.

Auf der Mitteldistanz von 4 km belegte das Team der LG Laacher See viele Treppchenplätze. Altersklassensieger waren Raheb Rahimi (M20, 14:48 Min.), Antonio Blanco (M40, 15:33 Min.), Karin Breslauer (W45, 18:53 Min.), Kirsten Krümpelmann (W 50, 19:44 Min.), Egon Göhring (M60, 18:23 Min.).

Auf der Langstrecke von 8,4 km galt es 3 Runden zurück zu legen. Antonio Blanco siegte bei den Männern der AK M40 in 34:24 Min. Karin Breslauer (W45, 46:49 Min.), Simone Schubert (W50, 46:58 Min.) und Anita Massion (W60, 52:29 Min.) siegten ebenfalls in ihren Altersklassen.

Ergebnisse unter www.latus-mayen.de

„Der Winterzauberlauf ist ein guter Auftakt, um in die neue Saison zu starten. Viele Aktiven haben sich für den Bonn Marathon im April angemeldet. Ab Februar findet die Vorbereitung auf die Distanzen von 21,1 km und 42,195 km. Sehr empfehlenswert ist es, die Fitness über die Wintermonate beizubehalten und die Grundlagen zuschaffen“, so die Laufftreffbetreuerin Karin Breslauer.