

**Die Winterlaufserie in Ochtendung ging in die 3. Runde.
LG'ler auch bei der Winterlaufserie in Alfter.**



Ein Teil der LG'ler in Ochtendung, die weiteren waren noch auf der Strecke

Am 2. Februar richtete die DjK Ochtendung den 3. Winterlauf aus. Statt frostigen Temperaturen fühlte es sich wie im Frühjahr an. Einige Sportler sind schon von Heuschnupfen durch Frühblüher geplagt.

Die LG Laacher See war diesmal mit einer kleineren Delegation am Start. Viele sind erst in der Nacht aus dem Winterurlaub gekommen. Die jüngste Läuferin war Julia Ringel. Sie gewann den Lauf über 1,4 km in 9:31 Min. Bei den Walkern waren Barbara Bernel, Lothar Eger und Ingo Gerz auf der Kurzstrecke über 4 km unterwegs. Diese Distanz liefen 12 weitere LG'ler, die fast alle Podiumsplätze erzielten.

Beim Hauptlauf über 8,1 km war die LG mit 14 Aktiven am Start. Viele davon konnten ihre Klassensiege zu den Vormonaten verteidigen. Marco Biegel lief als schnellster LG'ler nach 32:16 Min. über die Ziellinie. Dies bedeutete den 5. Gesamtplatz für den 16-Jährigen aus Nickenich.

Die 4. und letzte Veranstaltung findet am 1. März statt. Hier werden die Seriengewinner im Anschluss der Läufe geehrt.

Weitere Ergebnisse sind unter www.djk-ochtendung.de

Auch bei der **Winterlaufserie des Alfterer SC** gingen LG'ler an den Start. Auf den originell "op kölsch" markierte Waldwegen im Naturpark Kottenforst nutzten Jason Luxem, Michael Rüb, Lothar Eger, Elisabeth Waldorf, Klaus Jahnz, Karin und Daniel Breslauer die Teilnahme in familiärer Umgebung als ideales Wintertraining.

Die Rundstrecken von 10 km, 15 km oder 20 km konnten beliebig in Kombination auch mehrfach ohne Zeiterfassung zurückgelegt werden.



Foto links:
V.li. Jason Luxem,
Michael Rüb,
Lothar Eger,
Elisabeth Waldorf,
Klaus Jahnz bei der
Winterlaufserie
in Alfter.

Foto rechts:
Karin und
Daniel Breslauer
in Alfter

