

**Tolle Ergebnisse für die Sportler der LG Laacher See
beim Abschlusswinterlauf in Mayen**



Einige Aktive der LG vor zweiten Winterlauf in Mayen

An Fastnachtssamstag traten insgesamt 18 Aktive der LG Laacher See zu zweiten Winterlauf des LA TUS Mayen an. Bei besten Witterungsbedingungen traten erst die Walker Silke (40:23 Min.) und ihr Sohn Jarne (53:20 Min.) über 5,6 km ihren Wettkampf an. Sie mussten sich nur einer Konkurrentin durchsetzen. Silke machte hier mit über fünf Minuten Vorsprung das Rennen.

Beim Jedermannlauf über 4 000 m konnte Corinne Törper ihren Sieg bei der AK WJU 16 verteidigen. Mit einer Zeit von 19:46 Min. verbesserte sie ihre Zeit um fast drei Minuten. Dies gelang auch Anja Schweitzer, die wieder die AK W 40 mit 20:50 Min. gewann. Bettina Gäb (W 45, 22:08 Min.) wurde Zweite der AK W 45. Vierter der M 40 wurde Michael Ringel mit 19:46 Min..

Beim Hauptlauf über 8 400 Meter hatte Bernd Engel mit dem dritten Platz der AK M 45 und der Zeit von 34:09 Min. die Nase der LG vorn. Die Frauen waren auch wieder mal sehr erfolgreich. So wurden Bärbel Monschauer (W 65, 47:55 Min.), Karin Breslauer (W 40, 47:56 Min.) und Ursula Jahr (W 45, 51:13 Min.) für ihre Erstplatzierungen geehrt. Ana Joksimovic möchte dieses Jahr ihren ersten Halbmarathon laufen und nutzte die Strecke als ersten Testwettkampf, den sie mit dem zweiten Platz der W 35 und 57:18 Min. beendete. Begleitet wurde sie von den Laufrountines Elisabeth Waldorf (4. W 50, 57:38 Min.) und Markus Wolscht (9. M 45, 57:40 Min.).

Weitere Ergebnisse bei der Langstrecke über 8,4 km
Jahr, Rüdiger (40:10 Min., 5. M45), Breslauer, Daniel (53:56 Min., 5. M 45),
Rülke, Markus (44:10 Min., 6. M 45); Schweitzer, Franz-Josef (44:20 Min., 7. M45),
Ringel, Michael (48:44 Min., 4. M40) und Wölwer, Kurt (49:28 Min., 4. M50)

Gegenüber dem ersten Winterlauf im Januar konnten viele LG'ler ihre Ergebnisse deutlich verbessern, was nicht zuletzt den Witterungsverhältnissen geschuldet ist.

Nun heißt es, den Trainingsfokus auf den Halbmarathon im April in Bonn auszurichten. „Die Pläne sind fertig und unsere Sportler sind schon recht fleißig und absolvieren ihre Einheiten. Wir werden wieder mit einer großen Gruppe am Start sein“ berichtet Lauffreizebetreuerin Anja Schweitzer, die vor zwei Jahren ihren ersten Halbmarathon in Bonn finishte.