



Unsere Kontonummer:
Postbank, BLZ:100 100 10
Kontonummer: 6365 73 101

2.Konto (für Startgelder):
Postbank
345 31 106

Kolumne:***Olympia und die deutschen Läufer***

Liebe Ron-Hill'er,

... diesem Monat trifft sich die Sportjugend der Welt in Athen. Eine Kernsportart der Olympischen Spiele ist nun 'mal die Leichtathletik. Besonders die Langstreckenläufer haben bei Olympia eindrucksvoll Geschichte geschrieben. Die Läufe von Spiridon Louis, Paavo Nurmi, Emil Zatopek, Ron Clarke, Abebe Bikila, Waldemar Cierpinski, Dieter Baumann und Haile Gebreselassie sind eindrucksvolle Marksteine der Leistungsentwicklung im modernen Langstreckenlauf seit 1896. Dagegen tritt so mancher „Hasenweltrekord“ der jüngeren Zeit in den Hintergrund.

Äthiopien und Kenia werden um die Vormachtstellung in der Welt streiten. Tunesien, Marokko und vielleicht noch einige afrikanische Staaten, Japan, China oder Großbritannien könnten eine Medaille abbekommen. Unser Land mit mehr als 80 Millionen Einwohnern und einer gut entwickelten Laufbewegung ist dabei zahlenmäßig schwach und ohne Medaillen-Aspirantinnen vertreten. Zugesagte Einzelfallprüfungen für die Nominierung wurden pauschal seitens des NOK abgesetzt. Eine Leidtragende ist die bei internationalen Meisterschaften stets gutplazierte Sonja Oberem, die in den Nominierungswettkämpfen bei Wind und Regen die Norm hauchdünn verfehlte.

Es bleibt zu hoffen und zu wünschen, daß die wenigen Pflänzchen auf dem Beet des deutschen Ausdauerlaufes eine gute Entwicklung nehmen. Wenn zu wenig „Saat“ aufgeht, muß man die Frage nach dem „Klima“ (Bewegungsarmut, Ernährung, Konsumtionspassivität) und nach der Effizienz in der Arbeit der „Gärtner“ stellen.

In der Hoffnung, daß Olympia 2004 dennoch ein Fernsehleckerbissen wird und so manche Impulse für das eigene Laufen vermittelt

Achim

Sport – line GmbH
Sportartikelhandel und Service
Sportsponsoring

Storkower Straße 147
10407 Berlin
Telefon: 030 / 4 23 29 73
Telefax: 030 / 42 85 96 07

Das Allerneueste:

- Herzlichen Dank an Eike Tank für die Urlaubsgrüße vom Polarkreis-marathon (Lapland)!!!
- Die neuen **Termine für unseren Vereinstreff** sind am 09.09., 23.09., 7.10., 21.10., 11.11. und am 02.12.04 jeweils um 18:00 Uhr in unserem Vereinslokal „Kikis Schnitzel und mehr“ am Comeniusplatz 1.
- **Mahnung!!! Hiermit möchten wir unsere 40!!! Beitragssäumigen des Jahres 2004 nochmals auffordern ihren Jahresbeitrag schnellstmöglich auf unser Vereinskonto zu überweisen (siehe oben)!!!** Die Betroffenen werden einen kleinen Zettel in ihrem Infoblatt finden!!!
- Der 2.Skatabend unserer **Skatserie 2004** am 08.07.04 brachte endlich einmal mit 12 Teilnehmern die erwünschten 4 Tische a 3 Spieler. Es siegte mit dem hervorragenden Ergebnis von 1160Punkten Joachim Schuberth vor Dirk Pätzig mit 890P. und Wolfgang Oesterreich mit 832P.. Die weiteren Ergebnisse: 4.Andreas Schramm 768P., 5.Ecky Broy 606P., 6.Knuth Triebe 599P., 7.Horst Kastanowicz 570P., 8.Sebastian Huß 515P 9.H.J. Vogel 456P., 10.Sylvia Kegel (1.Frau) 359P., 11.Sylvia Jacobs 278P. und 12. Peter Rymarowicz 171P.. Nach 2 Spieltagen führt unser Vorsitzender Joachim Schuberth mit 2086 Punkten vor Dirk Pätzig mit 1855P. und Wolfgang Oester. mit 1732P.. Die nächsten Spieltage werden am 19.08., 09.09., 07.10. und am 11.11.04, durchgeführt jeweils gegen 18:30Uhr in unserem Vereinslokal „Kikis Schnitzel und mehr“ (siehe oben)

Vereinsnachrichten:

- Am 3./4.7.04 fanden im Berliner Mommsenstadion die Norddeutschen Meisterschaften der Senioren statt. Auch Andreas Schramm und Dirk Pätzig beteiligten sich daran. Andreas versuchte sich an den 200m (6./28,34sec.) und den 400m (3./62,02sec.). Dirk Pätzig musste sich in der M45 mit der starken Konkurrenz u.a. aus Potsdam (Olaf Beyer) auseinandersetzen und kam über 1500m hinter Olaf (4:19min.) und Ronald Moritz (4:25min.) in 4:39,84min. auf den 3.Platz. Auch unser Sponsor und Mitglied Willi Klaus testete 4 Wochen vor den Senioren-EM seine Form auf 4 Strecken von 100m bis 1500m und konnte besonders als souveräner Dreifachsieger über 400m (63,20sec.), 800m (2:24min.) und 1500m überzeugen. Aber auch mit dem 3.Platz über 100m in 13,97sec. konnte Willi sehr zufrieden sein. Herzliche Glückwünsche!!!

- Am 03.07.04 fand der **20.Schweriner Fünf-Seen-Lauf** bei angenehmen „Lauf“-Temperaturen (20°C) und teilweise Sonnenschein mit insgesamt 3300 Teilnehmern über 10, 15,8 und 30,1km statt. Auch unser Verein startete bei diesem Jubiläum mit 17 Läufern/-innen, wobei Helmut Scharping und Peter Rymarowicz die einzigen sind, die an allen bisherigen Läufen teilnahmen. Der Schnellste auf der langen Strecke war besagter Peter R., der auf dem 83.Platz nach 2:10:17h das Ziel erreichte, vor Heinz Lachmann und Claudio Trübenbach, die gemeinsam ins Ziel nach guten 2:15:26h kamen. Besonders Heinz durfte sich freuen über den 2.Platz in der M60. Außer ihm lief nur noch Steffi Winkler auf das Podest. Sie wurde von ihrem „Hasen“ Jörg Möhring auf 2:19:41h gezogen und belegte damit den 3.Platz der WHK. Schnellste(r) auf der 15km Strecke war Ilka Gomoll, die das Ziel nach 1:12:49h auf dem 168.Platz von 1120 Finishern erreichte. Sie konnte sich über den 7.Platz bei den Frauen (5.W30) freuen. Uta Kaske lief nach vielen Jahren der Laufabstinenz mal wieder beim FSL und kam glücklich mit ihrer „Häsin“ Sylvia Kegel nach 1:23:43h ins Ziel. Beim abendlichen Sportlerball bei prächtiger Stimmung und toller Musik ließen viele den schönen Tag ausklingen.
- Nach einer Pause von einem Jahr fand am 10.07.04 wieder der **12.Staffellauf über 103,1km** auf 15 Etappen von Cottbus nach Zielona Gora statt. 68 Teams gingen bei angenehmen Temperaturen an den Start. Das Team mit dem höchsten Gesamalter war die Mannschaft unseres Vereins mit Peter Budraß, Bernd Koletzki, Erhard Bader, sowie den beiden Gastläufern Gisela Varrelmann und Manfred Jente. Diese 5 Läufer brachten zusammen 332 Jahre auf die Waagschale, da war es auch nicht verwunderlich, dass es nur zum 68.Platz in 8:37:15h reichte. Das war nur 6 min. hinter dem vorletzten Team, aber noch deutlich vor dem Zeitlimit. Damit brauchten sie fast exakt 1 Stunde länger, als das andere RON-HILL-Team, welches auf dem 28.Platz nach 7:34:05h das Ziel erreichte. Sylvia Jacobs, Ecky Broy, Knuth Triebe, Gerald Piegler und Peter Rymarowicz lieferten sich bis zu den letzten Wechseln einen spannenden Kampf mit den Frauen von LOK Potsdam (7:39h) und dem A-Team (u.a. mit Steffi Winkler und Bodo Matthes, 7:42:29h, 39.Platz), wobei dann am Ende die Ausgeglichenheit unsererer RON-HILL'er und der starke Schlussspurt durch Sylvia Jacobs den Ausschlag für die gute Platzierung unsererer Mannschaft brachte. Dabei stand der Start noch am Donnerstag auf der Kippe, als Peter Schmidt kurzfristig absagen musste. Herzlichen Dank an Peter Ry., der hier spontan einsprang und damit dafür sorgte, dass diese gute Platzierung erst möglich wurde. Bestes Mitglied unseres Vereins war allerdings Christian Karbe, der mit der Staffel des ESV LOK Potsdam den 6.Platz in 6:15:07h belegte.

- Am 18.07.04 fand bei sommerlich warmen Temperaturen der **15.Havellauf**, als 9.Lauf des Berliner Läufercups mit 756 Teilnehmern, darunter der sehr gute Frauenanteil von 34%, statt. Auch aus unserem Verein fanden 15 Sportfreunde den Weg zum Start am Flensburger Löwen. Der Lauf wurde wieder sehr gut organisiert, so bekam am Start jeder Teilnehmer eine Gürteltasche und im Ziel ein Handtuch von Runners Point. Bester unseres Vereins war Christian Karbe auf dem 15.Platz (5.M20) in 52:27min., nur 2 min. später (54:38min.) kam schon der souveräne Sieger der M60, Dr. Wolfgang Leunig, ins Ziel. Gewohnt erfolgreich präsentierten sich unsere Frauen. Sylvia Jacobs wurde erst nach 9km von der Spitze verdrängt und belegte hinter Bianca Meyer (SCC Berlin, 55.53min.) in 56:07min. den 2 Platz, hervorragend war auch der 4.Platz von Dana Scholz, die hier mit 58:06min. trotz gesundheitlicher Probleme sehr deutlich unter der 60min.-Grenze blieb. Damit konnte der Verein 2 Frauen auf dem Siegerpodest feiern, zumal es mit 80,- bzw. 40,- Euro Gutscheinen von Runners Point sehr ansprechende Preise gab. Auch Katja Lünser befindet sich momentan wieder in einer guten Form und siegte in ihrer AK W20 in 1:02:15h. Herzliche Glückwünsche!!!
- Am 21.07.04 startete Andreas Schramm beim Sportfest des VfV Spandau im Stadion Hakenfelde über 400m und belegte in 62,29 sec. den 3.Platz. Nur 3 Tage später startete er dann nochmals beim Polizeisportfest über 800m. In einem starken Feld mit dem Sieger Sascha Stephan, der mit 1:50,6min. einen neuen Meetingrekord aufstellte, belegte er in 2:22,1min. den 11.Platz.
- Vom **22.07.04 bis 01.08.04** fanden in Aarhus und Randers die Europa-meisterschaften der Senioren/-innen statt. Aus unserem Verein gingen dort Frank Hinz und Dirk Pätzig bei wechselndem Wetter an den Start. Frank Hinz, Katja Lünser, Sonja und Dirk Pätzig sowie Sylvia und Michael Kegel hatten sich für eine Woche ein herrliches Ferienhaus am Meer gemietet. Sie wollten sich die Zeit zwischen den Wettkämpfen so angenehm wie möglich machen, und nutzten die Zeit zum Training oder Relaxen. Aber natürlich kam das sportliche nicht zu kurz, denn auch die anderen Berliner Sportler wurden durch den RON-HILL-Fanclub lautstark angefeuert, so auch unser **Sponsor Willi Klaus**, der in 5 Disziplinen zuzüglich dem Zehnkampf startete und mit **3 Goldmedaillen, sowie 2x Silber und 1x Bronze** sehr erfolgreich agierte. Herzliche Glückwünsche!!! Willi erkämpfte im 800m Lauf gegen seinen deutschen Konkurrenten und Freund Willi Scheidt in guten 2:22,26min den 1.Platz, ebenfalls war er über 2000m Hindernis in 8:11,39min. seinem finnischen Konkurrenten (8:15min.) überlegen und auch in der 4x400m Staffel siegte die Deutsche Staffel sehr überlegen in 4:09,08min. Über 400m flach und über 300m Hürden hatte er gegen den überragenden Guido Müller keine Chance und musste sich jeweils mit exzellenten Zeiten mit dem 2.Platz zufrieden

geben. Im Zehnkampf überzeugte er natürlich besonders in den Laufdisziplinen, die er mit großem Vorsprung für sich entschied und damit den 3.Platz mit 7087 Punkten belegte, dabei lag er nach dem 1.Tag mit 3994P. noch aussichtsreich auf Platz 2 (hinter Reinhard Dahms 4018P.), aber seine Schwächen im Wurf und Stabhochsprung konnte er nicht mehr ganz ausbügeln. Aber er hat einen guten Wettkampf abgeliefert, da muß er wirklich nicht enttäuscht sein. Natürlich brachten auch Frank und Dirk sehr gute Ergebnisse. Frank Hinz belegte in guten 16:59,20min. bei starker Konkurrenz (Siegerzeit 14:53min.) den 6.Platz. **Dirk Pätzig** verfehlte im Vorlauf über 1500m als 16. nur das knapp das Finale. Er lief mit **4:33,54min** eine Zeit, die er nur in seinen besten Jahren ablieferte. Mit nur 1 Sekunde schneller wäre er im Finale gewesen, welches Olaf Beyer auf dem Bronzeplatz (4:13min.) erreichte. Über 800m kam Dirk ebenfalls mit einer hervorragenden Zeit von **2:11,61min.** als 4. seines Vorlaufes in das Halbfinale. Dort versuchte er alles, mit einer wahnsinnig schnellen 1.Runde, aber es reichte nicht für den Einzug ins Finale, er schlug sich trotzdem super mit dem 15.Platz und 2:12,32min. Aber alle Teilnehmer waren sich einig, dass es sich gelohnt hat dort zu starten, schon allein wegen der großartigen Stimmung und dem einzigartigen Flair dieser Meisterschaften. Herzliche Glückwünsche für tolle Leistungen!!!

Auto Klaus

 Sondermodelle
  Audi
 



 Jahreswagen
Gebrauchtwagen
Kundendienst

14913 Jüterbog • Gewerbering 2 • Tel.: 03372 / 41 88-0

Ausschreibungen und Termine:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
21.08.	08:00	Rund um die Müritz u. 8x10km-Staff.	78/ 28,2km &Staff.	Stadthafen; MT. 1.7.04
21.08.	10:00	Dahlewitzer Waldcrosslauf	14,4/ 7,2km	Sportplatz D., MT 18.8.
21.08.	15:00	14. Pankower Paarlauf	MT. 19.08. 30/ 60min.	Kissingensportplatz
22.08.	09:00	28. campina Straßenlauf	MT. 18.08. 21,1/ 5km	Mommensenstadion
22.08.	10:00	4. Burgenlauf Penzlin – Stargard	23,7km	MT. 20.08.04
25.08.	Ab 18:30	Marzahner Läufercup	5.Lauf 5/ 10km	Sportplatz Allee der Kosmonauten
25.08.	Ab 18:30	Berliner Bahnlaufserie und am 15.09.04	6.Lauf 800/ 1500/ 3000m 7.Lauf 19:00: 30&60min.	Sportforum Hohen-schönhausen
28.08.	16:00	Straßenlauf der LLG Luckenwaide	15/ 7,5km	Tel.03371/ 61 53 47!!
28.08.	20:00	3.Sanssouci Pokal-Nachtlaf	5x5km, MT. 20.8.	Bassinplatz; Potsdam
29.08.	10:00	3.Mittelddeutscher Marathon	10km/ MT.25.08.	Weinhaus, Mittenwalde
29.08.	ab 16:45	3.Mittelddeutscher Marathon	& Staffel & 21,1/ 10/ 5km & Skater	MT: 12.08.04 verschied. Startorte!!!
01.09.	19:00	Laufserie des TuS HSH	5.Lauf 30/ 60min.	Stad. Hanns-Eisler-Str.
04.09.	10:30	25.USEDOM Marathon / Wolgast	42/ 21km	MT.27.08.04
04.09.	11:00	1.Königswarthaer Straßenlauf	10km/ MT.02.09.	Stad. an der Winze
04.09.	14:00	24h von Bernau und Staffellauf	MT.22.08.04	Stadtpark Bernau
04.09.	15:00	9.Lauf im Grünen/ Neuseddin	8,1/ 17,3km	MT.26.08./ Sportplatz
05.09.	09:00	6.Mercedes Benz Lauf (Berlin-Cup)	21,1/ 10km	Holzhauser Str.
05.09.	09:20	12.Friedrichsfelder Gartenlauf	6/ 10km	KGA Märkische Aue
05.09.	10:30	Lauf um den Müllroser See und Frauenlauf (10.00 Uhr)	10km	Müllrose, Campingplatz MT. 01.09.04
11.09.	10:00	18.Nuthetal – Crosslauf	8,5/ 17km	www.lwv-potsdam.de
11.09.	10:00	Gartenschaulauf Marzahn	10/ 20km/ MT.6.9.	Eisenacher Str, Park
11.09.	10:00	Neubrandenburger Staffelmarrath.	MT. 30.08.04	9,5/7,1/ 8,5/ 5,7/11,4km
11.09.	16:00	Rudower Frauenlauf	10/ 5km/ MT. 8.9.	Waltersdorfer Chaus.
12.09.	10:10	32.Volkslauf des Nordens	4/ 10,5/ 20,25km	Rehberge, MT.06.09.
19.09.	09:30	7.Internat WACHAU – Marathon Senioren ab Jahrgang 1939 erhalten 50 % Ermäßigung!!!!	42/ 21/ 10km	MT.10.09.04 (Online)
19.09.	10:00	Berliner Funkturmlauf & 6km Anlauf	MT.13.09.04	Stadion Eichkamp
09.10	09:00	27.Harz-Gebirgslauf	11/ 23/ 42km	1. MT.28.08.04!!!!
21.11.	10:00	12.Marathonstaffel des SCC	1.MT: 06.10.04	M: 12/ 10/ 5/ 10/ 5,2km F: 6/ 6/10/ 5/ 10/ 5,2km

Ergebnisse:

20.Schweriner Fünf-Seen-Lauf am 03.07.04:

Name	Km	Ergebnis	Zeit	Name	Km	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	15,8	168./ 7.Frau 5.W30	1:12:49h	Katja Lünser	30,1	271./14.Frau 4.WHK	2:24:26h
Sylvia Kegel	15,8	516./ 66.Frau 15.W40	1:23:42h	Pet. Rymarowicz	30,1	83./ 9.M50	2:10:17h
Uta Kaske	15,8	517./ 67.Frau 16.W40	1:23:43h	Heinz Lachmann	30,1	139./ 2.M60	2:15:26h
Ralf Rose	15,8	180./ 17.M50	1:13:22h	Cl. Trübenbach	30,1	140./26.M45	2:15:27h
Helm. Scharping	15,8	246./ 14.M60	1:15:56h	Jörg Möhring	30,1	198/21.MHK	2:19:37h
Ha-Jo. Vogel	15,8	605./ 33.M60	1:26:27h	Bodo Matthes	30,1	254./56.M40	2:23:21h
Steffi Winkler	30,1	202./ 9.Frau 3.WHK	2:19:41h	Knuth Triebe	30,1	334./33.M50	2:27:36h
				Werner Palm	30,1	593./34.M55	2:43:27h
				Bernfried Krüger	30,1	956./88.M50	3:17:21h
				Eckhard Lukas	30,1	959./30.M60	3:18:30h

Norddeutsche Meisterschaften der Senioren in Berlin am 03./04.07.04:

Name	Meter	Ergebnis	Zeit	Name	Meter	Ergebnis	Zeit
Willi Klaus	100m	3.M65	13,97sec	Andreas Schramm	200m	6.M40	28,34sec
	400m	1.M65	63,20sec		400m	3.M40	62,02sec
	800	1.M65	2:24,54min	Dirk Pätzig	800m	4.M45	2:14,80min
	1500	1.M65	5:21,36min		1500	3.M45	4:39,84min

15.Havellauf am 18.07.04 über 13,7km:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Sylvia Jacobs	43./ 1.W40/ 2.Frau	56:07min.	Christian Karbe	15./ 5.MHK	52:27min.
Dana Scholz	58./ 2.W30 4.Frau	58:06min.	Dr. Wolfgang Leunig	29./ 1.M60	54:38min.
Katja Lünser	106./ 1.WHK 9.Frau	1:02:15h	Heinz Lachmann	68./ 3.M60	58:54min.
Ilka Gomoll	165./ 4.W30 15.Frau	1:04:48h	Peter Rymarowicz	77./ 6.M50	59:33min.
Ute Goldammer	329./ 4.W45 43.Frau	1:11:48h	Knuth Triebe	138./ 9.M50	1:03:39h
			Thomas Wilbrandt	209./ 27.M45	1:07:05h
			Diddi Eppmann	224./ 5.M65	1:07:42h
			Wolfgang Eick	280./ 12.M60	1:10:05h
			Gerald Piegler	512./ 61.M45	1:19:50h
			Bernfried Krüger	582./ 45.M50	1:23:20h

LAUFZEIT
DAS MONATSMAGAZIN FÜR ALLE FREUNDE DES LAUFENS

Wolfgang Weising
Chefredakteur

LAUFZEIT Verlags GmbH
Danziger Straße 219
D-10407 Berlin
Telefon: +49 (0)30 423 50 66
Telefax: +49 (0)30 424 17 17
Mobil: +49 (0)172 391 55 02
E-Mail: w.weising@laufzeit.de

www.laufzeit.de

Senioreneuropameisterschaften in Dänemark vom 22.07.04 – 01.08.04:

Name	Meter	Ergebnis	Zeit/ min.	Name	Meter	Ergebnis	Zeit/ min.
Dirk Pätzig	800m	4. im Vorlauf 8. im Halbfinale gesamt 15.	2:11,61 2:12,32 min.	Willi Klaus	300m	1. im Vorlauf	49,76sec
	1500	16.Platz M45	4:33,54		Hürden 400m	2.Platz M65 1. im Vorlauf 3. im Halbfn.	49,30sec 64,84sec 62,38sec
Frank Hinz	5000	6.Platz M35	16:59,20		800m	1.Platz M65	2:22,26
					4x400	1.Platz M65	4:09,08
					2000m	1.Platz M65	8:11,39
					Hindernis Zehn- kampf	3.Platz M65	7087 Punkte

Für alle Interessierten hier die Einzelergebnisse vom Zehnkampf von Willi Klaus: 100m: 13,78sec, Weit: 4,73m, Kugel: 9,08m, Hoch: 1,33m, 400m: 62,55sec., 100m Hürden: 18,83sec., Diskus: 27,20m, Stab: 2,20m, Speer: 22,05m, 1500m: 5:29,36min.!!!!

FachbeitragDrachenbootrennen

mit dem Laufclub RON-HILL Berlin am 19.06.04 in Bln.-Grünau, Regattastrecke

Name des Teams: Wasserläufer, Startnummer 92

Zum 2.Mal hat sich eine Gruppe aus unserem Verein entschlossen an einer Drachenbootregatta teilzunehmen. Dana Kegel, Sylvia Jacobs, Anja Sander, Robert Pottkämper, Andreas Schramm, Knuth Triebe, Wolfgang Oesterreich und Rötger Henry. Die Mannschaft wurde ergänzt durch Familienangehörige und Freunde der Sportler. Leider verletzt war Horst Kastanowicz.

Bei unserem 1.Rennen im vergangenen Jahr in Liebenwalde haben wir Erfahrungen gesammelt und wussten daher jetzt, dass unsere Stärken in der Ausdauer und Disziplin liegen werden, die Schwächen in der Athletik und Technik. Davon ausgehend lagen die Zielvorstellungen für das Team bei ca. Platz 90 von 108 Booten!!!

Wir trafen uns zum gemeinsamen Training auf dem Müggelsee und trainierten unsere Technik und Ausdauer. Schon da war zu erkennen, dass sich ein harmonisches Team mit Sinn für Humor und einem gesunden Ehrgeiz gefunden hatte.

Der Wettkampf begann um 10:00 Uhr und endete am späten Nachmittag.

Wir fuhren 4 Rennen indem jeweils 9 Boote starteten. Die Stimmung steigerte sich im Laufe des Wettkampftages in einen Erfolgsrausch. Am Ende standen wir im B-Finale und erreichten Platz 15 der Gesamtwertung.

Ich danke allen Sportlern im Boot für ihren Einsatz und ihre Disziplin (Zuverlässigkeit, Trainingsfleiß und Alkoholverzicht während des Wettkampfes), die diesen Erfolg möglich machte.

- Wir machen weiter!!! -

Lauffreund Rötger Henry