

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

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



**Kolumne**

Liebe RON-HILL'er,

die 13.Vereinsmeisterschaft in Jüterbog und der 10.Gartenlauf in Hohenschönhausen sind Geschichte. Unseren Vereinsmeistern möchte ich recht herzlich gratulieren und ein großes Dankeschön an Willi und Dagmar Klaus für den wieder so liebevoll ausgerichteten Lauf.

Ebenfalls wieder ein großer Erfolg war unser Gartenlauf, 340 Teilnehmer (neuer Rekord) gingen auf allen Strecken bei fast zu tollem Wetter an den Start und ließen den Tag bei Kartoffelsuppe und einigen kühlen Bierchen umrahmt von Musik und Unterhaltung ausklingen. Allen Helfern und dem Gartenteam um Robert Wiese möchte ich hiermit meinen Dank aussprechen. Wie immer wünsche ich Euch alles Gute und denjenigen, die in den Urlaub fahren, erholsame Tage.

Euer Micha

**Das Allerneueste:**

- Die neuen **Termine für unseren Vereinstreff** finden am 03.08.06, 24.08., 07.09. (mit Skat), 21.09., 05.10., **26.10.06** und 16.11.06 jeweils um 18:00 Uhr in unserem Vereinslokal „Pali-Eck“ statt. Wir hoffen auf das Kommen vieler Interessenten in die Koppenstraße 41 in 10243 Berlin. Trotz der sommerlichen Temperaturen hoffen wir auf das Kommen vieler Interessenten, vor allem gern auch wieder seltene Gesichter!!!
- **Hiermit weise ich nochmals alle RON-HILL'er, welche ihren Jahresbeitrag noch nicht bezahlt haben, darauf hin, dies schnellstens nachzuholen. Alle diejenigen, ca. 15 Mitglieder, werden einen kleinen Merkzettel in ihrem Infoblatt vorfinden. Bitte Zahlung bis spätestens 30.07.06!!! Herzliches Dankeschön!!!**
- Hiermit bitte ich alle Läufer, welche sich selbst zu Läufen anmelden, die exakte Schreibweise des Vereinsnamen einzuhalten, dies soll so aussehen: **LC RON-HILL Berlin.**

- Hiermit gratulieren wir recht herzlich **Willi Klaus** zum **Zweifachen Norddeutschen Meistertitel der M65** über 100m in guten 14:14sec. und zum knappen Hochsprungsieg mit 1,34m. Die Norddeutschen Meisterschaften fanden in diesem Jahr in Jüterbog statt, dort wo auch Willis Autohaus steht und er viel Zeit verbringt, also quasi ein Heimspiel. In seiner Paradeisziplin, dem 800m-Lauf, reichte es diesmal zur Vizemeisterschaft in 2:32,77min., den 4.Platz belegte er über 400m in 66,78sec. Wir gratulieren ihm recht herzlich und wünschen viel Erfolg für die nächsten Wettkämpfe.

#### Vereinsnachrichten:

- Herzlichen Dank an Martin Engler für Kartengröße aus Oberfranken sowie von Eike Tank vom 1.Europa-Marathon in Luxemburg, den er in 4:55h bewältigte. Aber auch beim Abebe Bikila Marathon in Äthiopien war Eike Tank am Start und erreichte das Ziel, trotzdem er sich verlaufen hatte, nach 5:39h, etwa 150 Minuten nach dem letzten Äthiopier.
- Am 08.06.06 fanden sich leider nur 8 Freunde des **Skats** zum **3.Spieltag** unserer diesjährigen Serie ein. Gegen die sonst dominierenden Männer setzte sich erstmals Sylvia Kegel mit guten 967 Punkten vor Wolfgang Oesterreich (932P.) und Knuth Triebe (829P.) durch. Die weiteren Platzierungen: 4.Dennis Knychala 770P., 5.Joachim Schuberth 662P., 6.Dirk Pätzig 454P., 7.Theo Hamm 229P. und 8.Gert Schlarbaum (Gast) 115P.. In der vorläufigen Gesamtwertung nach 3 Spieltagen führt weiterhin Wolfgang Oesterreich mit 3539Punkten vor Joachim Schuberth (2992P.), 3.Knuth Triebe (2017P.), 4.Dirk Pätzig (1788P.), 5.Wolfgang Voigtländer (1711P.), 6.Sylvia Kegel (1578P.), 7.Peter Rymarowicz (1567P.), 8.Horst Kastanowicz (1386P.), 9.Andreas Schramm (1292P.), 10.Theo Hamm 960P., 11.Dennis Knychala 708P..... Der Termin für unseren nächsten (4.) Spieltag steht auch schon fest, es ist der 07.09.06 im Anschluss an unseren Vereinstreff gegen 18:30Uhr in unserem Vereinslokal.
- Beim **RUN & BIKE in Neuzelle** am 26.05./ 27.05.06 starteten 243 Teams über 42,195km. Jedes Team besteht aus 2 Läufern/-innen und 1 Fahrrad, wobei eine(r) immer läuft, der/ die andere dabei Rad fährt. Aus unserem Verein nahmen in diesem Jahr 2 Teams diesen anspruchsvollen Wettlauf in Angriff. Bodo Matthes belegte mit seiner schnellen Partnerin Sylvia Renz den 8.Platz, 2.Platz Mixed-Wertung, in guten 2:57:21h. Auch das Läufer(Ehe)paar Bernfried und Iris Krüger waren froh und kaputt nach 4:27:07h das Ziel erreicht zu haben, sie belegten den 229.Platz, 69.Mixed.
- Beim Brandenburg-Cuplauf über 21,5km in **Bad Liebenwerder**, beim **Elsterlauf** am 28.05.06 starteten 167 Läufer/-innen. Natürlich war auch Werner Jacobi, der in der Nähe wohnt, am Start und erreichte mit 2:03:37h eine sehr gute Zeit. Herzliche Glückwünsche für den 138.Platz, 3.M70!!!

- Beim **Nachlauf von Lübars**, der am 27.05.06 seit Langem mal wieder als Lauf des Berlin-Cups stattfand gingen 195 Läufer an den Start. Schnellster unseres Vereins war auf dem 7.Platz Christian Karbe in schnellen 36:46min. Altersklassensiege erreichten Hans-Joachim Schulze (M60, 42:51min.) und Dorothea Funke (W30, 43:38min.), damit belegte sie den 3.Platz in der Frauenwertung. Herzliche Glückwünsche!!!
- Beim **Steglitzer Volkslauf** über 6km am Teltowkanal am 31.05.06 waren, trotz 1.Tag der Tiergartenstaffel, sogar 262 Läufer am Start. Christian Karbe belegte dort den 10.Platz (1.M30) in 21:20min., den 213.Platz (11.M65) belegte Helge Ziem in guten 34:40min.
- Die **Teamstaffel des SCC** im Tiergarten über 5x5km fand in diesem Jahr am 31.05./ 01.06.06 mit über 1400 Teams an 2 Tagen statt und platzte so langsam aus allen Nähten. Auch unser Verein war mit vielen Teams, darunter viele Starter in ihren Firmen und Betrieben vertreten. Auch eine reine Superoldie-Mannschaft unseres Vereins war erfolgreich am Start. Willi Klaus, Heinz Lachmann, Hans-Joachim Schulze, Peter Budraß und Helmut Huber belegte den 78.Platz in 1:48:07h und siegten souverän bei den Superoldies. Eine zweite Mannschaft mit jungen, aufstrebenden Läufern belegten den 138.Platz in guten 1:52:00h.
- Beim **Mönchsheidelauf** in Liepe am folgenden Tag starteten auf einer landschaftlich, schönen und waldreichen 10,5km Runde Sylvia Jacobs, Peter Rymarowicz und Ecky Broy. Herzliche Glückwünsche gehen vor allem an Sylvia, die die Wertung der Frauen souverän beherrschte und den Sieg in 45:19min. auf dem 5.Platz des gesamten Feldes sichern konnte. Aber auch Peter, der gerade vom Muskelfaserriss genesen ist, kam auf den 8.Platz (2.M50) in 47:25min.. Kurz nach Peter kam dann auch schon Ecky ins Ziel (47:56min.) auf dem 10.Platz (3.M50).
- Beim **Below Gedenklauf in Wittstock** (Brandenburg-Cup) am 03.06.06 starteten bei strömenden Regen 152 Läufer über 10km. Einziger RON-HILL'er war hier Christian Karbe, der nur 6 Läufern den Vortritt lassen musste und in 37:58min. den 3.Platz der M30 belegte.
- Am 06.06.06 fand mit 108 LäuferInnen der sehr beliebte **Hainlauf** im Friedrichshain über ca. 7km statt. Der leicht hügelige über den kleinen Bunkerberg bewältigten Gunnar Barber (22:57min.) und Christian Karbe (23:09min.) am schnellsten. Aber Knuth Triebe konnte sich über den 34.Platz in 29:21min. und nach dem Lauf auf gewohnte Gemütlichkeit bei Imbiss und Getränken in angenehmer Atmosphäre freuen. Bei den Frauen konnte sich unser Verein über einen Doppelsieg freuen. Dorothea Funke siegte souverän in 27:25min. vor der aufstrebenden und wieder in guter Form laufenden Sylvia Kegel (29:56min.). Herzliche Glückwünsche!!!

- Die **23.Lichtenrader Meile**, der 8.Lauf im Berlin-Cup, fand am 11.06.06 über 15km mit 207 Läufern/-innen statt. Hinter dem Sieger Uwe Linke (53:21min.) belegte Ralf Vogel in guten 59:09min. den 17.Platz (4.M40).
- Der **Schlössermarathon in Potsdam**, der auch von unserem Verein regelmäßig Anhänger findet, fand auch in diesem Jahr bei herrlichem Sonnenschein und 25°C statt. Da Schattenabschnitte auf der nicht einfach zu laufenden Strecke sehr selten waren, wurde es dann für die meisten Läufer zur Qual. Unter den 338 Mutigen, die den Marathon bewältigten, gehörte auch auf dem 8.Platz Christian Karbe. Er lief ein gleichmäßiges Rennen und konnte mit 2:58:29h für diese Bedingungen zufrieden sein. Einen wahren Ansturm gab es beim Halbmarathon, wo 1596 Läufer dabei waren. Schnellster war hier Klaus Hoffmeister, der den 224.Platz (9.M50) in guten 1:44:28h erreichte. Den selben Platz etwa erreichte auch Pete Schmidt auf der doppelt so langen Strecke (226.Platz,10.M55) in 4:22:01h.
- Beim nächsten Cuplauf eine Woche später beim **40.Berliner Berglauf** an der Oderbuchkippe über 3 anspruchsvolle Runden und 7,5km starteten 97 Läufer. An der Spitze gab es einen spannenden Kampf, den Olaf Haller in einem packenden Schlusspurt in 28:28min. für sich entscheiden konnte. Hinter dem Zweiten, Lutz Dorn, verfehlte Christian Karbe den Sieg mit dem 3.Platz in 28:39min. nur knapp, aber siegte in der M30. Schon auf dem 10.Platz erreichte der nächste RON-HILL'er, Stefan Lippold, das Ziel in 30:33min.. Besonders erfreut waren wir, das mit Sylvio Gadow und Hilmar Spreer selten gesehene Läufer in der Laufszene wieder bei einem Lauf dabei waren. Hilmar, der in diesem Jahr seinen 70.Geburtstag feiert, bildete dabei das Schlusslicht des Berglaufes. Herzliche Glückwünsche!!!
- Beim **Tollenseseelauf** am 17.06.06 siegte auf der hügeligen 21,1km Strecke in der Wertung der Frauen Dorothea Funke in 1:38:23h. Damit belegte sie von 180 Läufern den 43.Gesamtplatz.
- Am 18.06.06 startete Hans-Joachim Schulze mit 88 anderen Läufern beim **Hohen Neuendorfer Traditionslauf** über 10km, der in diesem Jahr erstmals durch den neu gegründeten Verein organisiert wurde. Aber es klappte alles reibungslos und er durfte sich über den Sieg in der M60 in guten 42:55min. freuen, damit kam er schon auf dem 20.Platz ins Ziel.
- Einziger Starter unseres Vereins beim **5.Bestenseer Seenlaufes** über 16km war Klaus Hoffmeister. Er belegte bei sonnigen 27°C von 71 Läufern den 19.Platz in guten 1:13:50h, dabei wurde er guter 2. der M50.

- Die 3.Auflage des **Bernauer Mittsommernachtslaufes** wurde mit 109 Läufern/-innen bei schwülwarmen Temperaturen am 22.06.06 gestartet. Leider musste aufgrund von Bauarbeiten die übliche Strecke verändert werden und so mussten pro Runde 2000m absolviert werden. Am Start waren 19 2-er Teams und 12 Teams mit 4 Läufern, darunter auch die Titelverteidiger des Vorjahres, LC RON-HILL Berlin. In der Besetzung Dennis Knychala, Sylvia Jacobs, Ecky Broy und Ilka Gomoll siegten unsere Läufer wieder souverän mit exakt 30000m vor den Rauschenden Windböen (25290m), damit waren nur 4 Männerteams schneller. Besonders Dennis überraschte das Team mit konstant schnellen Rundenzeiten, damit war er sogar noch einen Tick schneller als Sylvia.
- Natürlich freuen wir uns auch immer über Nachrichten von RON-HILL'ern, die nicht mehr in Berlin und Umgebung wohnen. Maria Jordan, die ja schon seit einiger Zeit in Düsseldorf wohnt, entwickelt sich dort immer besser. Bei 2 Wettkämpfen in den letzten 3 Wochen beteiligte sie sich sehr erfolgreich. Sie wurde jeweils mit einem Pokal geehrt, für die älteste Teilnehmerin, Maria wurde im Januar diesen Jahres schon 75 Jahre alt und wird nicht müde. Am 25.06.06 startete sie beim Düsseldorfer Brückenlauf über 10km und erreichte von 977 Startern den 891.Platz (**179.Frau/ 1.W75**) in guten 1:08:00h. Herzliche Glückwünsche auch für den gut bewältigten Halbmarathon am letzten Wochenende beim Rheinuferlauf in Duisburg in guten 2:35:30h. Sie belegte von 205 Läuferinnen und Läufern den 200.Platz. Mach weiter so!!!

**Sport – line GmbH**  
**Sportartikelhandel und Service**  
**Sportsponsoring**

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

**LAUFZEIT**  
DAS MONATSMAGAZIN FÜR ALLE FREIZEIT-DES LAUFERS

**Wolfgang Weising** LAUFZEIT Verlags GmbH  
 Chefredakteur 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: [wweising@laufzeit.de](mailto:wweising@laufzeit.de)

[www.laufzeit.de](http://www.laufzeit.de)

**Holz-und Bautenschutz**

**Björn Dittich**

Handlungsbereich für Dacharbeiten

**Matenzelle 19**  
**13053 Berlin**

Tele: 030/5298320 Fax: 030/96062942 Mobil: 0177/298320

**Wolfgang Augsten** **Allianz** 

Hauptvertretung  
 Allianz Versicherungs-Aktengesellschaft

John-Scheer-Straße 36  
 10407 Berlin  
 Tel./Fax (030) 4249610

Bürozeiten  
 Mo. u. Mi. 10-13 Uhr  
 Di. u. Do. 10-13 Uhr  
 15-18 Uhr  
 und nach Vereinbarung

Privat: Kolwitzstraße 48  
 10425 Berlin  
 Telefon (030) 4412214  
 Funk: 0172-3102050

### Ausschreibungen und Termine:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
22.07.	10:00	Stundenpaarlaufserie in Nauen	30/ 60min.	Stad.; Ludwig-Jahn Str.
22.07.	18:00	1.AIRport-Run/ Flughafen Schönefeld	21,1/ 10km	10km ausgebucht
26.07.	Ab 18:30	Berliner Bahnlaufserie <b>5.Lauf</b> und am 23.08.06 ( <b>6.Lauf</b> )	800/ 1500/ 3000m 19:00: 30&60'	Sportforum Hohenschönhausen
02.08.	19:00	Laufserie des TuS HSH <b>5.Lauf</b>	30/ 60'	Stad. Hanns-Eisler-Str.
04.08.	19:00	4.Teichlauf in Zeisholz	10km	Dortteich; MT.01.08.
05.08.	17:00	4.Rostocker Marathon Nacht	42,2/ 21,1km	MT.24.07.!!
05.08.	20:00	15.Vattenfall City Nacht/ Kudamm	5/ 10km	MT.21.07.06!!!
07.08.	18:00	Mittsomerstundenlauf MT.03.08.	30/ 60'	Sportpl. Lassaner Str.
13.08.	<b>10.00</b>	21.Kreuzberger Viertelmarathon	MT.08.08.06	Columbiadamm 111
19.08.	09:00	1.Sächsische Schweiz-Marathon	45km...	<b>wurde abgesagt!!!</b>
19.08.	10:00	25.Oderpokallauf in Frankfurt Oder	10/ 5km	MT.17.08.06
19.08.	18:00	16.Pankower Paarlauf mit Musik	30/ 60'/ MT.16.08.	Kissingenstadion
20.08.	09:00	Berliner Straßenlauf/ Generalprobe	21/ 5km/ MT.04.8.	Mommsenstadion
20.08.	10:00	6.Burgenlauf Penzlin- Burg Stargard	23,7km	Burg Penzlin/ <b>MT.18.8.</b>
25.08.	18:30	12.Rund in Lichtenberg MT.15.08.	10/ 5,7km	Fennpfuhl; Saefkow-Pl
25.08.	20:30	5.Berliner Firmenlauf	6,1km/ MT.15.08.	Straße des 17.Juni
26.08.	19:00	<b>5x5km-Staffel in Potsdam</b>	MT.20.08.06	Bassinplatz
02./ 03.09.	14:00	24 Stundenlauf im Bernauer Stadtpark auch 6 Stunden-Lauf	Auch 24-h-Staffel 2er u. 4er-Teams	1.MT. 31.07., 1615m-Runde!!!
09.09.	10:00	<b>Neubrandenburger Staffelmaraon am Reitbahnsee</b>	5 Läufer/Innen 5,7-12km	MT.31.08.06

### Nachtlauf von Lübars über 10km am 27.05.06 (6.Lauf im Berlin-Cup):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Dorothea Funke	58./ 3.Frau 1.W30	43:38min.	Hans-Joachim Schulze	50./ 1.M60	42:51min.
Christian Karbe	<b>7./ 2.M30</b>	36:46min.	Wolfgang Voigtländer	140./ 6.M55	50:46min.

### 40.Berliner Berglauf über 7,5km (9.Lauf im Berlin-Cup) am 17.06.06:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	49./ 1.W30 8.Frau	38:03min.	Dennis Knychala	40./ 3.MHK	36:15min.
Christian Karbe	3./ 1.M30	28:39min.	Sylvio Gadow	64./ 8.M40	42:23min.
Stefan Lippold	10./ 3.M40	30:33min.	Helge Ziems	90./ 7.M65	50:41min.
Helmut Huber	28./ 2.M55	34:10min.	Hilmar Spreer	97./ 4.M70	1:10:04h

### 3.Schlössermarathon in Potsdam am 11.06.06:

Name	Km	Ergebnis	Zeit in Std.	Name	Km	Ergebnis	Zeit in Std.
Christian Karbe	42,2	8./ 1.M30	2:58:29	Dorothea Funke	21	1104./ 33.W30 245.Frau	2:10:50h
Peter Schmidt	42,2	226./ 10.M55	4:22:01	Klaus Hoffmeister	21	224./ 9.M50	1:44:28h

### Teamstaffel des SCC Berlin im Tiergarten über 5x5km am 01.06.06:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Willi Klaus	78.Platz/	22:22min.	Peter Schmidt		24:25min.
Heinz Lachmann	1.Platz	22:03min.	Jörg Möhring	138.Platz	20:58min.
Hans-Joachim Schulze	Superoldies	20:53min.	Bodo Matthes	<b>1:52:00h</b>	21:45min.
Peter Budraß	1:48:07h	21:58min.	Dennis Knychala		23:21min.
Helmut Huber		20:52min.	Sylvia Renz		21:31min.

### Laufbericht:

Etwa 410 Läuferinnen und Läufer aus Deutschland, Dänemark, den Niederlanden und Polen fühlten sich reif für die Insel und nahmen ihr erworbenes Startrecht bei **9.Gerolsteiner Helgoland-Marathon** am 13.Mai auf Deutschlands einziger Hochseeinsel wahr. Und sie alle waren sicherlich – wie auch ich – angetan von der guten Organisation durch den VfL Fosite Helgoland von 1983 e.V., dem auch in diesem Jahr über 150 Helfer aus den Vereinen der Insel und zahlreiche Sponsoren hilfreich zur Seite standen. Es war deutlich zu spüren, dass die Veranstaltung eine gemeinsame Angelegenheit der etwa 1500 Einwohner zählenden Inselgemeinde ist. Hinzu kam ein sehr läuferfreundliches Wetter. Wer allerdings Bestzeiten laufen wollte, hatte den falschen Startort gewählt. Der Rundkurs über 10,5km, der von den Marathonis viermal zu bewältigen war, hatte es mit dem Anstieg vom Unter- zum Oberland und dem Wendekurs auf der neuen Westmole doch in sich. Reichlich entschädigt wurde das Feld dafür durch die reizvolle Sicht vom Klippenweg auf die Nordsee, die lange Anna und die Lummenfelsen.

Zum Wettkampf selbst: der 32-jährige Sascha Velten (Remscheider SV) kam zu einem sicheren Start-Ziel-Erfolg in 2:40:57h und nahm seinem ärgsten Verfolger über 3:30min. ab. Auf die Ehrenplätze kamen Frank Thomsen von der LG Bremen Nord (2:44:31h) und Burkhard Weber (3:02:48h, Helgoland Frachtkontor). Stark auch die Sieger der AK 55 (Dirk Wulff, 3:18:04h), M60 (Manfred Luginger, 3:23:33h) und M70 (Helmut Jung, 3:49:57h), die auf Rang 11, 16 bzw. 68 von 222 Zieleinläufern eintrafen. Die in der AK 40 startende Andrea Krajenski (SV Emmerstadt) benötigte 3:24:36h zum sehr deutlich ausfallenden Sieg bei den Frauen (21. der Gesamtwertung) vor Petra Thiel (3:53:45h, TSV Schönberg), Steffi Jespersen (3:57:48h, Sportschule Malente) und Heike Ahrens (3:59:33h). Alle anderen Damen blieben über 4 Stunden, darunter auch die Marathon-Legende Sigrid Eichner (5:42:56h), die auf Helgoland zum 1111.Mal über 42,195km und länger zum Zieleinlauf kam.

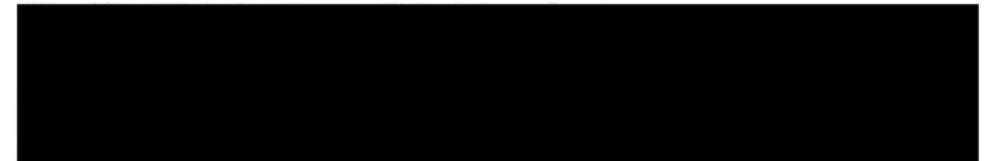
Auch eine kürzere Strecke stand zur Auswahl, die ich in Angriff nahm. Den Minimarathon über 5,8km (eine Runde im Unter-, Ober- und Mittelland ohne Hafengelände) bewältigten 187 Aktive. Hier gab es ebenfalls ziemlich klare Entscheidungen. Volker Krajenski (Jahrgang 1966) stand auf der kürzeren Strecke seiner Gattin nicht nach – Sieg in 21:50 Minuten vor dem 13-jährigen Yannik Peters (23.22min.) und Kevin Müller (24:12min.), sowie die C-Schülerin Ariane Ballner (27:01min./ Inzlingen) vor Lena Piepenhagen (28:41min./ LG Elmshorn) und Marie Cohrs (27:01min.). Mit meinem Ergebnis (36:16min.) war ich diesmal recht zufrieden (50.Platz bei den Männern, 90.Platz im Gesamteinlauf) und bedauerte, dass es keine Altersklassenwertung gab.

Was heute in der Laufbewegung nicht unbedingt selbstverständlich ist: bei diesem Laufereignis stimmte das Preis-Leistungsverhältnis. Die Startgebühr beim Marathon betrug 40,-Euro bzw. beim Minimarathon 18,-Euro. Dafür gab es Funktionsshirt, Medaille, Urkunde mit persönlichen Angaben und Ergebnisdaten, Ergebnisliste, vier Versorgungsstellen je Runde, Nudelparty, Siegerehrung, Abschlussparty, Kaffee und Kuchen, kostenlosen Aufenthalt in der Schwimmhalle, Massage....

Der Termin für den Jubiläumslauf steht schon fest: Sonnabend, 12.Mai 2007. Wegen der Streckenenge und begrenztem Bettenkontingent gibt es ein Teilnehmerlimit. Eine Registrierung ist schon jetzt möglich. Das ist die Meldeadresse: [www.helgolandmaraton.de](http://www.helgolandmaraton.de),

Zimmerreservierung: Kurverwaltung: 04725/ 8137 11, JHB 04725/ 341.

Helge Ziems



■ QUALITY-PRINT		<b>ARNOLD</b>
		Druckerei
	Andreas Arnold	Geschäftsführer
	Am Wall 15 · Güterverkehrszentrum D-14979 Großbeeren Telefon 03 37 01 / 74 55- 0 Telefax 03 37 01 / 74 55-10	

*Redaktion und Auswahl der Beiträge (außer Lauf-  
berichte) und Ergebniszusammenstellung erfolgt durch:  
Ilka Gomoll, Pressewart des LC RON-HILL Berlin  
Ein Anspruch auf Vollständigkeit wird im Infoblatt nicht  
garantiert.  
Nachdruck und Kopieren ist nicht statthaft.  
Erscheinungsweise erfolgt monatlich!*