

Infoblatt, 09.07.2007

Nr. 358/176

LC RON-HILL BERLIN e.V.

www.ron-hill.de

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

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



Kolumne

Liebe RON-HILL'er,

Mit großer Freude habe ich registriert, dass sich 26 Vereinsmitglieder und -freunde auf den Weg nach Jüterbog gemacht haben, um den Vereinsmeister/-in zu erlaufen. Herzlichen Glückwunsch an Sylvia Jacobs, Dirk Pätzig und Peter Budraß (M60+). Ein großes Dankeschön geht an Dagmar und Willi Klaus für die wieder sehr liebevoll ausgerichteten Vereinsmeisterschaften.

An dieser Stelle möchte ich mich auch bei Euch bedanken für das steigende Interesse an unseren Vereinstreffs. Es macht einfach Spaß mit Euch.

Wie immer bleibt schön gesund und denjenigen, die in den Urlaub fahren oder fliegen wünsche ich erholsame Tage.

Euer Micha

Das Allerneueste:

- Wir gratulieren herzlichst **Dana Kegel und Sascha Wolf zur Hochzeit** und wünschen ihnen ein glückliches Leben. Natürlich haben die Sportfreunde unseres Vereins für die beiden gesammelt und konnten einige kleine Präsente überreichen. Dafür wollen sich Dana und Sascha Wolf bedanken und zwar bei der City-Nacht auf dem Ku'damm, wo beide auch die 10km mitlaufen wollen. Sie wollen gern mit den RON-HILL'ern mit einem Gläschen Sekt auf eine glückliche Zukunft anstoßen. **Treffpunkt ist der 04.08.07 gegen 21:30 Uhr (also nach dem Lauf) am Stand des Hertha-Fanclubs.**
- Hiermit begrüßen wir recht herzlich Christine Sittek und Uwe Mohr, sowie Marco Bronst und Raoul Schramm in unserem Verein. Der 12-jährige Raoul ist der hoffnungsvolle Nachwuchs unseres Vereins und der Sohn von Andreas Schramm. Christine und Uwe aus Erkner sind teilnehmende Läufer unseres diesjährigen SEZ- und Gartenlaufs und nehmen mit Erhard Bader und Sylvia Jacobs am Staffellauf Cottbus –Zielona Gora teil. Auch Marco danken wir für die Spende einiger Quittungsblöcke bei unserem Gartenlauf und seinem dortigen Einstand über 10,9km.

- Traditionell findet der nunmehr schon **11.Hohenschönhausener Gartenlauf** bei bestem Wetter statt. So auch in diesem Jahr, am Sonntag den 01.07.07 schien wieder die Sonne, es war auch erstmalig nicht ganz so warm, aber an den Tagen vor und nach dem Lauf regnete es häufiger. Also bestes Wetter zum Laufen. Wer hat da wohl einen guten Draht zum Himmel? Wir konnten uns wieder über 330 Läufer freuen, dabei freuten wir uns besonders über 200 Läufer (30 mehr als im Vorjahr) beim Berlin-Cuplauf über 5,7km. **Herzlichen Dank unseren vielen Helfern im Org.büro, am Getränkestand und unseren netten Rundenzählern sowie unserem Sprecher Ecky Broy.** Als Belohnung gab es wieder für alle Helfer und natürlich auch für die Läufer ein kulturelles Programm mit Musik und die lecker schmeckende Kartoffelsuppe. Ein ganz herzliche Dank natürlich auch an Robert Wiese und sein Team von der KG, Falkenhöhe Nord, ohne dessen Engagement dieser Lauf so nicht möglich wäre und dem zuverlässigen Team von der Firma Ziel-Zeit für die exakte Zeitnahme. Auch besser als im Vorjahr war, dass die Siegerehrungen speziell der 1,1km und 5,7km diesmal deutlich früher als bisher durchgeführt wurden. Aber nicht nur helfen stand auf der Tagesordnung der RON-HILL'er, gelaufen wurde auch, 19 Läufer/-innen gingen auf die Laufstrecke. Bei den 5,7km konnte sich Christian Karbe über den 9.Platz in 21:06min. freuen, aber auch unser neues Mitglied Uwe Mohr, der noch vor Ort einen Aufnahmeantrag unterschrieb konnte sich über den 22.Platz in 22:25min freuen und erreichte knapp vor Helmut Huber (22:31min.) das Ziel. Bei den Frauen kam es zu einem erneuten Duell zwischen Ilka Gomoll und Christine Sittke, welches diesmal Ilka trotz erhöhter Belastung durch die Organisation des Laufes in schnellen 25:09min. für sich entscheiden konnte. Ilka erreichte dabei den 6.Platz bei den Frauen und ließ nur 58 Männern den Vortritt, aber auch Christine durfte sich zur Siegerehrung begeben, sie wurde zweite der W45. Auf der langen Strecke (11km) musste sich Steffi Winkler nur knapp der Siegerin bei den Frauen, Angela Fink (49:03min.), geschlagen geben, aber sie kam schon auf dem 22.Platz ins Ziel knapp vor Bodo Matthes, der kurz nach seiner Rückkehr aus Nepal wieder recht erfolgreich am Laufgeschehen teilnimmt. Große Pech hatte dagegen Sylvia Kegel, die als 5.Frau ins Ziel lief und trotzdem leider nur den 4.Platz der W40 belegen konnte, schade. Herzliche Glückwünsche auch an Jürgen Bolz und Gerhard Redel, die gemeinsam auf dem 51.Platz in guten 55:11min. das Ziel erreichen.
- Bei unserem Vereinstreff am 28.06.07 fand unser **dritter Skatabend** diesen Jahres mit wieder 10 Skatspielern statt. Souveräner Sieger mit der herausragenden Punktzahl von 1258 Punkten wurde Hans-Joachim Vogel vor Andreas Schramm (931P.) und der besten Frau, Sylvia Kegel (839P.). Damit gab es in diesem Jahr bei jedem Skattag immer einen anderen Sieger, das spricht für die Ausgeglichenheit unserer laufenden Skatspieler. Die weiteren Ergebnisse: 4.Dirk Pätzig 749P., 5.Sylvia Jacobs 713P.,

6.Joachim Schuberth 584P., 7.Wolfgang Oesterreich 510P., 8.Gert Schlarbaum (Gast) 369P., 9.Horst Kastanowicz 199P. und 10.Ecky Broy -19P.. Nach der Sommerpause findet der 4.Spieltag unserer Skatserie am 13.09.07 gegen 18:30 Uhr in unserem neuen Vereinslokal an der Oderbruchkippe „Zur Laube“ statt. Aber bitte vergesst auch nicht unsere anderen Termine für unseren Vereinstreff am 02.08. und 23.08.07 jeweils um 18:00Uhr. In der vorläufigen Gesamtwertung nach drei Spieltagen führt weiterhin Andreas Schramm mit 2666 Punkten ziemlich knapp vor Hajo Vogel mit 2629 Punkten und Sylvia Kegel 2395P., 4.Wolfgang Oesterreich 2058P., 5.Dirk Pätzig 1492P., 6.Joachim Schuberth 1053P..

Vereinsnachrichten:



- Der mittlerweile sehr beliebte **AVON-Frauenlauf** fand am 12.05.07 mit 3477 Läuferinnen bei nicht einfachen Bedingungen statt, zum zweiten Mal siegte hier Sabrina Mockenhaupt in locker herausgelaufenen 34:42min.. Diesmal wurde der Lauf, wo die Frauen unter sich sind, auch von unserem Verein angenommen. Birgitt Uhlig belegte in starken 42:00min. den 19.Platz und konnte die AK W45 für sich entscheiden. Aber auch Ricarda Bäcker bewies nun wieder ansteigende Form und belegte in 45:18min. den 58.Platz. und Sylvia und Dana Kegel kämpften sich gemeinsam zu einer Zeit unter einer Stunde in 59:33min. Erfreut waren wir auch über den Lauf von Carmen Huber, die in Vorbereitung auf die 5x5km Staffel im Tiergarten wieder am Wettkampfgeschehen teilnimmt und mit 1:00:34h sehr zufrieden war. Auch weitere Frauen unseres Vereins wurden im 5km „Fun-Run“ gesichtet und erreichten auch dort gute Ergebnisse. Herzliche Glückwünsche und weiter so!!!!
- Dirk Pätzig vertrat als einziger RON-HILL'er unseren Verein bei den **Europameisterschaften der Senioren in Regensburg**. Nachdem er sich kurz vorher noch verletzte und sein Start noch auf der Kippe stand, ging er aber trotzdem in starker Form an den Start. Auf der 10km Strecke belegte er von 68 Startern seiner AK den 30.Platz in schnellen 37:16min. und auf der längeren 21,1km Strecke belegte er von 104 Startern den 32.Platz in 1:25:00h., dabei lief der Sieger schon nach 1:12h ins Ziel.

- Der auch in unserem Verein immer noch sehr beliebte **35.Rennsteiglauf** fand in diesem Jahr am **19.05.07** mit 14431 Teilnehmern auf diversen Strecken und darunter auch 24 RON-HILL'ern statt. Der Thüringer Wald erfreute die Läufer diesmal mit viel Sonnenschein und angenehmen Temperaturen und so wurden meist nur gute Leistungen erzielt und der Lauf bereitete besonders viel Spaß. Auf der sehr beliebten Marathonstrecke absolvierte unser langjähriges Mitglied **Jürgen Pahl seinen 20.Rennsteigmarathon in guten 4:25:10h** und Ricarda Bäcker lief hier das erste Mal diesen Marathon und kämpfte sich nach 4:36:40h ins Ziel, das war diesmal kein lockerer Lauf, der erste Marathon seit über 3 Jahren fiel ihr doch wieder sehr schwer. Aber sie konnte noch 7 Minuten vor Knuth Triebe und Rötger Henry auf dem 1473.Platz das Ziel durchqueren mit denen sie längere Zeit gemeinsam lief. Allerdings war Claudis Trübenbach unserer schnellster Marathoni auf dem 135.Platz und er konnte mit 3:33:28h sehr zufrieden sein. 12 Starter unseres Vereins gingen mit 5506 anderen Läufern auf der stark belauften Halbmarathonstrecke an den Start und mussten dann im Ziel leider noch auf die LKWs warten, die ihre warmen Sachen bringen sollten. Ein Ampelrückstau durch eine Baustelle im Startort Oberhof verzögerte die Fahrt der LKWs, zum Glück dass die Sonne die durchgeschwitzten Läufer wärmte, sonst hätten sich viele Läufer bei der langen (30-50Minuten) Wartezeit erkältet. Schnellste unseres Vereins war Sylvia Jacobs in starken 1:34:07h, die nur 9 Frauen und 221Männern den Vortritt ließ und in der AK W45 nur um drei Sekunden den AK-Sieg verpasste. Erst zwölf Minuten später (1:46:43h) erreichte der beste Mann unseres Vereins, Peter Budraß, das Ziel, dieser konnte sich allerdings auch über den 7.Platz der M65 freuen. Wieder gingen auch vier ganz eiserne Läufer auf die Supermarathonstrecke und Bärbel Jacobi zeigte hier wieder ihre starken Ausdauerqualitäten und verpasste einen Podestplatz in der Frauenwertung mit dem 4.Platz in 6:53:56h denkbar knapp. Dabei war es besonders ärgerlich, da sie das Ziel als dritte Frau überquerte und nur die bessere Nettozeit der Gegnerin sie auf den vierten Platz verwies, sie musste sich mit dem 2.Platz der W45 trösten. Sehr schade!!! Aber auch der Neuling auf dieser Strecke, Ralf Vogel, schlug sich achtbar und belegte den 154.Platz in 6:59:46h. Besonders freute sich diesmal Werner Jacobi, der das erste Mal in seinem bisher 73-jährigen Leben unter zehn Stunden blieb und in 9:50:54h den 5.Platz der M70 belegte. Herzliche Glückwünsche natürlich auch an alle anderen Finisher diesen Laufes.
- Beim **6.Run & Bike in Neuzelle** mit 28 Teams über 100km nahmen als Schwapp-Piraten Andre Koletzki und Jörg Sachse teil und belegten in guten 8:33:10h den 12.Platz der Gesamtwertung und in ihrer AK den 3.Platz. Bei diesem Event wechseln sich die beiden Starter immer ab, es fährt einer auf dem Fahrrad während der andere läuft und umgekehrt.

- Einziger Starter **des Straßenlaufs durch Frohnau** am 20.05.07 über 10km war Wolfgang Voigtländer. Er belegte von 249 Startern den 123.Platz in 49:53min. und konnte sich über den 3.Platz der M55 freuen.
- Der nun schon **21.Straßennachtlauf in Lübars** am 26.Mai auf einem Rundkurs fand bei sommerlichen Temperaturen über 10km mit 168 Läufern statt. Aus unserem Verein belegte Dirk Pätzig den 16.Platz und konnte in guten 38:33min. seine AK M50 gewinnen, damit sammelte er einen wertvollen Sieg und 20 Punkte im Berliner Läufercup. Helmut Huber stand ihm aber ebenfalls mit einem Sieg nicht nach und freute sich über den 44.Platz in 42:07min.. Ebenfalls freuten wir uns über die Teilnahme von Ralf-Peter Rose, der auf dem 121.Platz (8.M55) in guten 51:51min. das Ziel erreichen konnte und weiter aufsteigende Form beweist.
- Am **Pfingstmontag** wurde im Berliner Hotel Park Inn am Alexanderplatz der **2.Treppenlauf** mit integrierter Meisterschaft der Feuerwehr gestartet. Trotz größerer Verspätung gingen 178 Läufer/-innen an den Start über 39 Etagen und 770 Treppen. Auch aus unserem Verein stellten sich drei Läufer dieser Herausforderung und besonders Sylvia Jacobs freute sich riesig über ihren Sieg bei den Frauen in starken 4:34min. und dem 30.Platz in der Gesamtwertung. Damit konnte sie sich über wertvolle Sachpreise und einen ansprechenden Bargeldgewinn freuen, sie hat zwar schon öfter mal einen großen Lauf gewonnen, aber noch nie gab es solch einen „Hauptpreis“. Begleitet wurde sie von Dennis Knychala und Ecky Broy, die in 5:42min. bzw. 5:43min. den 105.(106.)Platz belegen konnten. Herzliche Glückwünsche an unsere große Siegerin!!!
- Beim **12.Steglitzer Volkslauf** am 30.05.07 wurden die Veranstalter der LG Süd beim 7.Lauf des Berliner Läufercups mal wieder mit Nachmeldungen überrannt und jeder Teilnehmer durfte sich über ein grausiges lilafarbiges T-Shirt freuen. Insgesamt erreichten 333 Läufer/-innen das Ziel, der Schnellste war hier Sebastian Gerig vom LAC Berlin in 19:21min. Nur zwei Minuten nach dem Sieger erreichte auf dem 13.Platz Christian Karbe das Ziel und nur eine Minute später konnte sich Dirk Pätzig über den Sieg in der M50 in schnellen 22:01min. freuen. Die 6km-Pendelstrecke am Teltowkanal bewältigte auch Helge Ziems in guten 35:17min. und konnte sich über den 11.Platz der M65 freuen.

www.koch-gruppe.de Tel.030/ 54 99 88 - 0

**Autos - kauft
man bei KOCH!**

MAZDA
VOLVO
CITROËN
SKODA

Koch
Gruppe

- Am 03.06.07 starteten 60 Läufer/-innen beim **3.Klosterlauf in Lehnin** (Nähe Brandenburg), einem kleinen netten Lauf auf einer ca. 7km Runde im dortigen Wald und am Klostersee entlang. Die Veranstalter des dortigen Sportvereins und der dortigen Försterei sorgten auch für einen kleinen Imbiss und einer etwas anderen Tombola mit vielen kleinen Preisen von Runners Point bzw. Brennholz und diversen Holzfiguren. Ilka Gomoll freute sich, dass sie wieder in ihrer alten Heimat starten konnte und wurde aber von Christine Sittke (unserem Neumitglied) knapp auf den 4.Platz bei den Frauen verwiesen. Nach 8km erreichten sie die Plätze 27 und 28 in 40:11min. bzw. 40:23min.. Herzliche Glückwünsche!!!
- Erstmals ging es in diesem Jahr bei der **24.Lichtenrader Meile** wieder über den gefürchteten Berg und dieser Strecke stellten sich 207 Läufer auf der 2 Meilen-Distanz (15,064km). Teilnehmer unseres Vereins waren Dirk Pätzig und Helmut Huber. Vor allem Dirk überzeugte mit dem 10.Gesamtplatz hinter dem Sieger Gerrit Wegener (53:56min.) in starken 59:04min.. und dem 2.Platz in der M50 knapp hinter dem starken Ciro Cinieri. Auch Helmut freute sich über den Sieg in der M55 und dem 27.Platz der Gesamtwertung in guten 1:03:48h. Herzliche Glückwünsche!!!
- Erstmals fanden die **Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften** im Marathonlauf nicht beim Berlin-Marathon sondern beim **4.Potsdamer Schlössermarathon** statt. Start und Ziel war im Stadion Luftschiffhafen und es ging über eine größere Runde an den wichtigsten Potsdamer Sehenswürdigkeiten entlang. Das Läuferfeld war mit 409 Läufern sehr überschaubar und so konnte sich unser einziger Starter, Eike Tank, über den 3.Platz der M65 in guten 4:53:32h freuen. Aber auch Christian Karbe, für den ESV LOK Potsdam startend, freute sich riesig über den 3.Platz in der Gesamtwertung der Männer in schnellen 2:49:52h. Aber auch unsere beiden Marathonläufer, welche nicht bei den Meisterschaften starteten, sondern beim Volkslauf, liefen gute Zeiten. Besonders Werner Jacobi freute sich über die 4:27:12h und dem 3.Platz der M70. Beim Halbmarathon starteten sogar 1950 Läufer/-innen und Ricarda Bäcker konnte sich über gute 1:43:19h freuen, damit belegte sie den 19.Platz bei den Frauen und kam insgesamt auf dem 338.Platz ins Ziel. Herzliche Glückwünsche!!!
- In diesem Jahr startet Sylvia Kegel beim **Fürst Pückler Cup** und ist auf dem besten Weg dort einen vorderen Platz zu belegen. Sie startete am Pfingstsonntag beim Kromlauer Pfingstlauf über 5km und belegte dort den 9.Platz und kam nach 23:21min. als 2.Frau ins Ziel, damit konnte sie auch ihre AK W45 für sich entscheiden. Beim 9.Schleifer Läuferfest am 09.06.07 bei extrem heißen 34°C kämpfte sie sich auch tapfer ins Ziel des 12km Laufes. Sie belegte von 52 Läufern den 19.Platz und erreichte in 59:47min. als 5.Frau das Ziel. Damit liegt sie nach 4 Cupläufen in ihrer AK W45 auf dem ersten Platz und kann weiter auf den Sieg hoffen.
- Die **Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften im 10km Straßenlauf** fanden in diesem Jahr in Luckenwalde, beim Turmfestlauf am 09.06.07, bei sehr heißen 34°C und 100 Teilnehmern statt. Den extremen Bedingungen mussten viele Läufer Tribut zollen, die zu schnell anliefen, und mussten im Ziel medizinisch versorgt werden. Zum Glück ging unser Teilnehmer Bernd Holtkamp den Lauf sehr vorsichtig an und so sprang noch der gute 54.Platz in 48:52min. heraus, er konnte sich über den Vizemeistertitel in der M70 freuen. Herzliche Glückwünsche und weiter so!
- Nur einen Tag später fand bei immer noch großer Hitze schon wieder eine Meisterschaft, die **Seniorenmeisterschaft im Stadion Lichterfelde**, statt. Aus unserem Verein konnten mehrere Silber- und Bronzemedallien gefeiert werden. Ilka Gomoll konnte sich über zwei Mal Silber über 800m und 1500m freuen. Besonders die 1500m lief sie taktisch sehr klug und konnte mit einem langgezogenen Endspurt den 2.Platz in der Saisonbestzeit von 5:37,45min. feiern. Dirk Pätzig erzielte in schnellen 17:54,52min. den 2.Platz über 5000m hinter dem überragenden Olaf Beyer (17:25,94min.). Auch Ralf Vogel startete auf dieser Strecke und konnte sich in 18:40,87min. über den 3.Platz der M40 freuen. Herzliche Glückwünsche gehen natürlich auch und vor allem an Willi Klaus, der mit drei Einzeltiteln einer der erfolgreichsten Starter dieser Meisterschaften war. Auch Joachim Schuberth konnte sich über seinen knappen Sieg im Weitsprung mit 4,02m und nur 1cm Vorsprung auf Ewald Nentwig freuen.
- Ein Jubiläumslauf, nämlich die 30.Auflage des **Großkoschener Seenlaufs** fand am 16.06.07 über 17,68km statt. Unser Mitglied Tom Griepentrog belegte dort in schnellen 1:08:59h den 12.Platz und wurde Dritter der M45.
- Beim legendären **100km Lauf von Biel** ging überraschend Christian Karbe an den Start, er scheint Gefallen zu finden an den langen Strecken. Er belegte einen guten 29.Platz in 8:34:05h und konnte seine AK M30 für sich entscheiden. Außerdem startete Ralf Biese auf einer Teilstrecke dieser großen Runde und belegte über 56,1km den 44.Platz in 6:51:36h.
- Der PSB 24 veranstaltete in diesem Jahr den 10000m Lauf im Stadion Wilmersdorf als „**Meister aller Klassen**“ mit 20 Läufern. Dabei wird jede Laufzeit mit dem altersabhängigen Faktor aus den international anerkannten WAVA-Tabellen multipliziert und auf diese Weise altersbereinigt. Hier siegte der 71-jährige Roman Tomczak (44:09min.), der auf altersbereinigte 32:16min. kommt, vor dem 61-jährigen Manfred Kretschmer (40:28min.) dessen Zeit nun bei 33:00min. liegt und auf dem 3.Platz kam unser Dirk Pätzig (M50, 37:32min.), dessen Zeit altersbereinigt eine 33:26min. ergibt. Vielleicht wäre das auch eine interessante Variante für unsere älteren Läufer, um auch mal wieder einen deutlich jüngeren Konkurrenten zu besiegen???

- Beim **Tollenseselauf** ging aus unserem Verein Detlef Koch auf die 10km Strecke. Er startete mit 115 Läufern und belegte in 1:01:53h den 102.Platz (12.M55). Weiter so, Detlef, und herzliche Glückwünsche.
- Die immer beliebter werdende **Teamstaffel des SCC** im Tiergarten über 5x5km fand mit einem neuen Teilnehmerrekord von insgesamt 2881 Staffeln am 20./ 21.06.07 bei sehr unterschiedlichen Wetterbedingungen an den beiden Tage statt. Auch unser Verein beteiligte sich am Mittwoch bei recht schwülen Temperaturen mit vier Staffeln. Außerdem wurden viele RON-HILL'er mit ihren Firmenteams in verschiedenen Mannschaften gesichtet. Ein bisschen Glück gehörte auch dazu, um vordere Plätze zu belegen und das hatten in diesem Jahr unsere Frauen mit dem deutlich schwächer besetzten 1.Tag. Aber egal, unsere Frauen konnten sich über den 2.Platz hinter den überragenden Läuferinnen vom SCC Berlin (1:39h) freuen und durften zur großen Siegerehrung, wo es wieder einen Gutschein für die Ständige Vertretung (Flammekuchen und ein Kölsch) gab und natürlich großen Jubel in unserem Verein auslöste. Aber auch unsere schnellen Superoldies gaben alle ihr bestes und durften sich über den 1.Platz in dieser Wertung freuen, die Siegerpreise hierfür werden zugeschickt. Heinz, Dirk, Hajo, Peter B. und Helmut Huber liefen alle jeweils unter 22min., der Schnellste war Dirk mit 18:20min. und durften sich über den 46.Gesamtplatz in guten 1:42:38h freuen, sie hatten damit über 6 Minuten Vorsprung auf die zweitplatzierte Staffel. Besonders freuten wir uns auch, dass wir auch wieder einmal eine zweite Frauenstaffel am Start hatten, das zeigt wie gut unsere Frauen in unserem Verein sind. Die genaueren Ergebnisse findet ihr im hinteren (Ergebnis-)Teil des Infoblattes.
- Der **Traditionslauf in Hohen Neuendorf** fand am 24.06.07 bei optimalen Bedingungen mit 80 Läufern statt. Aus unserem Verein belegte Hans-Joachim Schulze den 29.Platz über 10,6km und konnte sich nach 46:54min. über den 2.Platz der M60 freuen.

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 MONATSDIENSTBLATT FÜR ALLE FREIZEITLER DES LAUFENS

Wolfgang Weising
Chefredakteur

LAUFZEIT Verlag 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

Ausschreibungen und Termine:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
21.07.	10:00	15.Heidefestlauf Markgrafenheide	12/ 6/ 3km	FW, Warnemünder Str.
28.07.	13:00	Bad Pyrmont Marathon MT.24.07.	42/ 21/ 10km	Hauptallee; Kurpark
01.08.	19:00	Laufserie des TuS HSH 5.Lauf	30/ 60'	6.Lauf am 05.09.07
03.08.	19:00	22.Waldpokallauf in Linda/ Elster	9,8/ 5,3km	Dorfkern; Hauptstr.
04.08.	Ab 18:00	4.Rostocker Marathon-Nacht	42/ 21km und Staffellauf	MT.30.06.07
04.08.	20:30	16.Berliner City-Night	10km/ 5,2:20:00	MT.20.07.07
07.08.	18:00	Mittsommerstundenlauf des KOLV	30/ 60'/ MT.03.08.	Sportpl. Lassaner Str.
6.08.	18:00	Läuferabend der NSF	800/ 3000/ 10km	Buckower Damm
17.08.	18:30	3.DAK Festungslauf Königstein	7,8km / 255m HD	Kön. Haus des Gastes
18.08.	06:00	100km von Leipzig MT.31.07.07	100/ 50km	August-Bebel-Sportpl.
18.08.	10:00	16.Prenzlauer Pokallauf	20/ 10/ 5km	Uckerstadion/
18.08.	10:00	Hasentallauf MT.17.08.07	10km	Bockmühle/ Zeitgrund
18.08.	18:00	17.Paarlauf mit Musik MT.16.08.	30/ 60'	Kissingenstadion
19.08.	09:00	Generalprobe des SCC MT.03.08.	21km	Mommsenstadion
22.08.	Ab 18:30	Marzahner Läufercup 5.Lauf	5000/ 10000m	Sportplatz Allee der Kosmonauten
24.08.	19:00	Zugspitzlauf MT.17.08.	12/ 8/ 4km	Freizeitpark Lübars
25.08.	10:00	Mühlhäuser Altstadtlauf	5/ 10km	Untermarkt/ MT.15.08.
25.08.	08:00 10:00	7.Müritz-Lauf Waren(Einzel) Start Staffel 6-8 Läufer/-innen	76,7/ 28,2km MT. 17.08.07	Waren, Stadthafen 28,2km: Röbel
25.08.	15:00	4. Aqua-Lauf in Großräschen	11,6/ 6,1km	Seestr. Gymnasium
25.08.	15:30	6.Rudower Frauenlauf MT.22.08.	5/ 10km	Helene-Jung-Platz
26.08.	10:00	Kreuzberger Viertelmarathon	10,5km/ MT.22.8.	Columbiadamm 111
29.08.	Ab 18:30	Berliner Bahnlaufserie 4.Lauf Stundenlauf +30': 19:00 Uhr	800/ 1500/ 3000/ 5000m/ 30/ 60/90'	Sportforum Hohen- schönhausen
31.08.	18:30	3.Clab-Sommerlauf MT. 19.08.	900m/ 7km	Stahnsdorf, Poststr.1a
1.09.	10:00	4.Stienitzseelauf MT.22.08.07	21/ 12km	Ringstr. Hennickendorf
08.09./ 09.09.	14:00	24-Stunden von Bernau auch Stadtmauerlauf um 10:00Uhr/ 8km	Einzel und Staffellauf	Stadtpark Bernau MT.31.08.07
08.09.	10:00	10.Oderbruchmarathon	42/ 21/ 10km	MT. 01.09.07; Zentrum

Ergebnisse:

4.Potsdamer Schlössermarathon am 03.06.07 und BBM:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ricarda Bäcker	21	338./ 7.W40 19.Frau	1:43:19h	Peter Schmidt	42	365./ 19.M55	4:49:38h
Wolfgang Voigtländer	21	627./ 21.M55	1:50:43h	Eike Tank	42	372./ 8.M65 BBM 3.M65	4:53:32h
Werner Jacobi	42	314./ 3.M70	4:27:12h	Christian Karbe	42	BBM 2.MHK Gesamt 3.	2:49:52h

35.Guts Muths Rennsteiglauf am 19.05.07:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Sylvia Jacobs	21	10.Frau/ 231./ 2.W45	1:34:07h	Ricarda Bäcker	43	127.Frau/ 1473./ 33.W40	4:36:40h
Ilka Gomoll	21	97.Frau/ 1095./ 10.W35	1:49:14h	Claudio Trübenbach	43	135.Platz 16.M45	3:33:28h
Sylvia Kegel	21	182.Frau/ 1651./ 28.W45	1:55:02h	Jürgen Pahl	43	1085./ 108.M50	4:25:10h
Uta Kaske	21	706.Frau/ 3659./ 127.W45	2:14:06h	Klaus Hoffmeister	43	1095.Platz 112.M50	4:25:37h
Peter Budraß	21	810./ 7.M65	1:46:43h	Knuth Triebe	43	1512./ 176.M50	4:43:32h
Eckart Broy	21	1811./ 178.M50	1:58:45h	Rötger Henry	43	1513./ 293.M45	4:43:32h
Wolfgang Österreich	21	1847.Platz 95.M55	1:59:06h	Wolfgang Drechsel	43	1700.Platz 51.M60	4:52:01h
Martin Engler	21	3017./ 126.M60	2:15:29h	Eckha Lukas	43	2544./ 94.M65	6:17:12h
Erhard Bader	21	3482./ 24.M70	2:27:09h	Bärbel Jacobi	76	4.Frau/ 132./ 2.W45	6:53:56h
Wolfg. Augsten	21	3486./ 255.M55	2:27:14h	Ralf Vogel	76	154./ 35.M40	6:59:46h
Detlef Koch	21	3727./ 274.M55	2:39:36h	H. Lachmann	76	492./ 10.M60	7:56:32h
				Werner Jacobi	76	1307./ 5.M70	9:50:54h

AVON-Frauenlauf am 11.05.07 über 10km:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Birgitt Uhlig	19./ 1.W45	42:00min.	Ilka Gomoll	163./ 3.W35 19.Frau	27:27min.
Ricarda Bäcker	58./ 11.W40	45:18min.	Carmen Huber	235./ 7.W45 48.Frau	30:15min.
Sylvia Kegel	1438./ 257.W45	59:33min.	Christian Karbe	13./ 3.M30	21:02min.
Dana Kegel	1439./ 205.WHK	59:33min.	Dirk Pätzig	29./ 1.M50	22:01min.
Carmen Huber	1610./ 284.W45	1:00:34h	Helmut Huber	74./ 3.M55	24:04min.
			Helge Ziems	298./ 11.M65	35:17min.

Steglitzer Volkslauf über 6km am 30.05.07:

Berlin-Brandenburgische Seniorenmeisterschaften am 10.06.07:

Name	Disziplin	Ergebnis	Zeit	Name	Disziplin	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	800m 1500	2./ W35 2.W35	2:43,09min 5:37,45min	Dirk Pätzig	5000m	2.M50	17:54,52min
Willi Klaus	100m 200m 400m Hoch Stab	2.M65 1.M65 1.M65 2.M65 1.M65	14,52sec. 29,41sec. 68,18sec. 1,33m 2,50m	Ralf Vogel	5000m	3.M40	18:40,87min
				Joachim Schuberth	Hoch Weit Drei 4x100m	3.M65 1.M65 2.M65 2.M65	1,30m 4,02m 8,19m 64,07sec.

11.Hohenschönhausener Gartenlauf am 01.07.07:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	5,7	58./ 2.W35 6.Frau	25:09min	Steffi Winkler	11	22./ 1.WHK 2.Frau	49:11min
Christine Sittek	5,7	62./ 2.W45 7.Frau	25:39min	Karin Jacobi	11	36./ 3.W40 4.Frau	52:09min
Andrea Holwas	5,7	164./ 5.W35 47.Frau	34:16min	Sylvia Kegel	11	46./ 4.W40 5.Frau	53:18min
Ina Schlüter	5,7	177./ 6.W50 54.Frau	35:45min	Bodo Matthes	11	23./ 11.M40	49:31min
Christian Karbe	5,7	9./ 2.M30	21:06min	Rötger Henry	11	31./ 15.M40	50:41min
Uwe Mohr	5,7	22./ 4.M45	22:25min	Knuth Triebe	11	48./ 9.M50	53:48min
Helmut Huber	5,7	24./ 1.M55	22:31min	Jürgen Bolz	11	51./ 23.M40	55:11min
Erhard Bader	5,7	144./ 6.M70	31:56min	Gerhard Redel	11	51./ 10.M50	55:11min
Helge Ziems	5,7	153./ 11.M65	32:50min	Marco Bronst	11	83./ 4.MHK	1:16:17h
				Dieter Jaensch	11	84./ 15.M50	1:16:19h

Teamstaffel des SCC Berlin am 20./21.06.07 über 5x5km:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Birgitt Uhlig Sylvia Kegel Ilka Gomoll Steffi Winkler Karin Jacobi	126.Platz 7.Platz Frauen (1.Tag: 2.Pl.) 1:50:01h	19:55min. 22:52min. 22:51min. 21:50min. 22:33min.	Dana Kegel Carmen Huber Ariane Speckhahn Anja Sander Andrea Holwas	2142.Platz 101.Pl. Frauen 2:23:35h	25:50min. 26:31min. 30:34min. 29:48min. 28:29min.
Heinz Lachmann Dirk Pätzig Hajo Schulze Peter Budraß Helmut Huber	46.Platz 1.Platz Superoldies 1.42.38h	20:28min. 18.20min. 21:08min. 21:54min. 20:47min.	Dennis Knychala Katharina Kiele Jörg Möhring Rötger Henry Henry Speckhahn	354.Platz 1:58.34h	25:24min. 23:15min. 22:26min. 21:59min. 25:30min.



Auto Klaus



 Sondermodelle
 Jahreswagen
 Gebrauchtwagen
 Kundendienst

14913 Jüterbog • Gewerbering 2 • Tel.: 03372 / 41 86-0

ARNOLD
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

IN QUALITY PRINT

Holz-und Bautenschutz

Björn Dittrich

Materialzeile 15
13053 Berlin

Tel.: 030/9296320 Fax: 030/96062842 Mobil 01777298320

Redaktion und Auswahl der Beiträge (außer Laufberichte) 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!