



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-HILLER

Die Leichtathletik Weltmeisterschaft rückt näher und ich wünsche mir wieder ein Sommermärchen; herrliches Wetter, volle Stadien, packende Wettkämpfe, glückliche Sieger und faire Verlierer. Im Vorfeld der Spiele und bei den Spielen haben die umfangreichsten und penibelsten Dopingkontrollen aller bisherigen Zeiten stattgefunden und natürlich hat es keinen einzigen Dopingfall gegeben, denn Doping ist allgemein geächtet und kein Hund würde von einem Betrüger noch ein Stück Brot nehmen. Ich träume weiter!  
Alles Gute für Euch und natürlich gesunde Füße

Helmut

### Das Allerneueste:

- Hiermit erinnern wir alle Mitglieder, die ihren Jahresbeitrag 2009 von 32,-Euro bzw. ermäßigt 16,-Euro noch nicht überwiesen haben, daran, dies schnellstens bis zum 20.06.09 nachzuholen, damit unser Vereinskonto nicht in den Minusbereich abrutscht. Herzlichen Dank.
- Unsere diesjährige offene Vereinsmeisterschaft, mittlerweile die 16., findet am Sonntag, dem 06.09.09 auf dem Gelände der KGA Falkenhöhe Nord in Berlin-Wartenberg auf der bekannten 1,1km-Runde über 10km (9 Runden) statt. Nach dem Lauf und zünftiger Siegerehrung werden wir den Tag traditionell bei Bier und Grillimbiss gemütlich ausklingen lassen.
- Für alle interessierten Fahrradfans: Am 06.06.09 findet die 10. und leider letzte Radtour Berlin-Prenzlau statt. Weitere Infos bei Jürgen Pahl (Tel.0177 7070 153).

- Leider habe ich im letzten Infoblatt bei der Auflistung des neuen Vorstandes vergessen, unseren Veranstaltungswart Michael Kegel zu erwähnen. Auf diesem Weg meine Entschuldigung und nochmals alle Mitglieder des neu gewählten Vorstandes:

Helmut Huber	1.Vorsitzender	31 Stimmen
Ilka Gomoll	2.Vorsitzende	31 Stimmen
Sylvia Kegel	Schatzmeisterin	31 Stimmen
Dennis Knychala	Schriftführer	28 Stimmen
<b>Michael Kegel</b>	<b>Veranstaltungswart</b>	<b>31 Stimmen</b>
Gerald Piegler	Kampfrichterwart	31 Stimmen
Dana Wolf	Pressewartin	31 Stimmen
Christine Sittek	Beisitzer	31 Stimmen
Horst Kastanowicz	Beisitzer	31 Stimmen

- Am 07.05.09 fand mit 11 Teilnehmern der **1.Skatabend** unserer diesjährigen Serie mit insgesamt 6 Terminen statt. Es siegte Sylvia Kegel mit herausragenden 1206 Punkten vor Steffen Lüder, der mit 1043P. auch noch im vierstelligen Bereich lag und Peter Rymarowicz 916P., 4.Dirk Pätzig 661P., 5.Hajo Vogel 628P., 6.Ecky Broy 620P., 7.Wolfgang Voigtländer 515P., 8.Dennis Knychala 329P., 9.Andreas Schramm 316P., 10.Erhard Bader -111P. und 11. Sylvia Jacobs -156P..Die nächsten Termine, um den Punktstand durch gute Skatspiele weiter zu erhöhen bieten sich am 02.07., 13.08. und am 03.09. jeweils nach dem offiziellen Teil des Vereinstreffs gegen 18:30Uhr. Weitere Termine für unseren **Vereinstreff** sind am 18.06., 02.07., 23.07., 13.08. und 03.09.09 jeweils um 18 Uhr in unserem Vereinslokal „Zur Laube“ (Oderbruchkippe).
- **Der 13.Hohenschönhausener Gartenlauf findet in diesem Jahr am 21.06.09 statt. Wer gern laufen (oder helfen) möchte, meldet sich bitte möglichst bis 18.06.09 bei Ilka Gomoll an. Bei Nachmeldung wird auch für RON-HILL-Läufer die übliche Gebühr fällig.**
- Hiermit begrüßen wir recht herzlich unser neues Mitglied Klaus Mendritzki in unserem Verein, der seinen ersten Start als RON-HILL'er beim Lauf durch den Volkspark Friedrichshain in Angriff nahm.

## Nachruf

Tief betroffen erhielt ich die Nachricht, dass mein Lauffreund und Vorbild Folker Lorenz (SG Einheit Berliner Bär) am 6. Mai 2009 im Alter von 70 Jahren verstorben ist.

Am Beginn meiner läuferischen Laufbahn hatte ich mir Läufer wie Wolfgang Kahms, Roland Winkler und Horst Kastanowicz zum Vorbild genommen, dazu gehörte auch Folker Lorenz.

1968 sah ich ihn zum ersten Mal im Fernsehen bei der Olympiaausscheidung im Marathonlauf in Karl-Marx-Stadt laufen. Dort wurde er Zehnter und lief als drittbester DDR Läufer, hinter Jürgen Busch und Jürgen Haase, 2:18:45h. Da er keinem Leistungszentrum angehörte, konnte er aber nicht an den Spielen der Olympiade in Mexiko teilnehmen. Diese sogenannte Amateurbestleistung wurde erst 1986 von Stefan Seidemann mit 2:12h unterboten. Folker war 7 Jahre Radfahrer. Schon vor seinem letzten Radrennen hatte er Abstecher zur Leichtathletik unternommen. Was dann kam, zeugt wohl von der im Radsport erworbenen Ausdauer und von Talent zugleich. Schnell fand er Anschluss an die Laufspitze. Sein unverwechselbarer Laufstil, ich laufe ja ähnlich, erinnerte an den legendären Emil Zatopek, der alles andere als ein Laufästhet war.

1971 lernte ich Folker beim 25 km Lauf Quer durch Weißensee kennen und in den folgenden Jahren bestritt ich viele Wettkämpfe mit ihm. Wir liefen im polnischen Debno oder auch im slowakischen Kosice, in Budapest, in Prag und bei vielen Wettkämpfen in der DDR. Ich bekam viele Tipps für mein Marathontraining und lernte Folker als sympathischen Sportsmann schätzen. Bei den DDR Marathonmeisterschaften 1981 in der Berliner Wuhlheide kam ich zum ersten Mal vor meinem Vorbild ins Ziel.

Doch nicht nur als Läufer trat Folker in Erscheinung. Als einer der Väter der DDR-Laufbewegung spielte er die Doppelrolle des Organisators und Wettkämpfers. Allen voran der Kulturpark-Marathon, der alljährlich Mitte März schon bis zu über 300 Läufer an den Start brachte, und den er 1975 mit aus der Taufe zu heben half.

Er organisierte viele Jahre im Winter und Herbst die Plänterwaldläufe. Vor einigen Monaten dann die Krebsdiagnose. Doch so wie Folker gelebt hat ging er auch damit um, er kämpfte!

Im Februar feierte er im Kreise seiner Familie und Freunde, schon schwer von der Krankheit gezeichnet, seinen 70. Geburtstag.

Noch im April stand Folker beim Pankower Frühlinglauf an der Strecke. Am 6. Mai hörte das Herz dieses hervorragenden Sportsmanns auf zu schlagen.

Wir werden Dich nie vergessen!

Ecky Broy

## Vereinsnachrichten:

- Herzlichen Dank für Kartengrüße von Gaby und Helge Ziems von ihrem Urlaub durch Andalusien und Spanien (u.a. Sevilla). Ebenfalls herzliche Grüße übermittelte uns Eike Tank vom Wien-Marathon, den er in 4:55:39h finishte. Er belegte von 5013 Startern den 4659.Platz (37.M65). Ebenfalls von Eike erreichte uns ein netter Kartengruß vom Marathon Santiago de Chile, einem wundervollen Panoramalauf mit diesmal 22000 Startern. Auf einer nicht einfach zu laufenden Strecke, es ging bis km 30 stetig leicht bergauf, und heißen 31°C erreichte er das Ziel nach 5:15h.
- Einziger Starter unseres Vereins beim **7.Frühlingslauf in Ludwigsfelde** am 28.03.09 über 13,7km war Egbert Jakubzick, der von 46 Startern in 1:11:51h den 34.Platz (6.M50) belegte.
- Bei idealen Witterungsbedingungen mit angenehmen 13°C fand am 05.04.09 zum 29. Mal der **Berliner Halbmarathon** mit 21725 Läufern statt, dies war natürlich neuer Teilnehmerrekord. Beim Rennen des siegenden Kenianers Bernard Kipyego, der in 59:34min im Zielspurt gewann, waren auch 12 Läufer unseres Vereins dabei. Hervorzuheben ist dabei die starke Leistung durch Birgitt Uhlig, die es erstmals unter 1:30h ins Ziel schaffte und mit 1:28:09h eine neue persönliche Bestleistung aufstellen konnte. Schnellster unseres Vereins war allerdings Tom Griepentrog in 1:24:48h, der eine noch bessere Zeit dadurch vergab, dass er nicht rechtzeitig in seinem Startblock stand und damit von weiter hinten eine Aufholjagd starten musste. Neben dem Sieg in der W50 durch Birgitt belegten Heinz Lachmann und Marion Sarasa in ihren Altersklassen M65 und W55 zweite Plätze. Auch die Ergebnisse von Andre Zerbel (1:45:33h) und Klaus-Peter Ulbricht (2:04:42h) können sich sehen lassen, wir freuen uns immer darüber, wenn wir von unseren etwas seltener laufenden Mitgliedern etwas hören bzw. sehen.
- Der 26. Brandenburger **Beetzseelauf** fand am 04.04.09 statt und fiel mit den ersten warmen Tagen des Jahres 2009 zusammen. Die 264 10km-Läufer auf der abwechslungsreichen Strecke hatten stark mit der Umstellung auf die wärmeren Temperaturen zu tun. Ilka Gomoll kämpfte sich auf ihrer Heimstrecke nach 48:37min ins Ziel der 10,3km langen Strecke und belegte bei den Frauen den 6. Platz (2.W35, 57.Platz gesamt). 126 Läufer starteten über 21,1km, unter ihnen lief Peter Rymarowicz sogar viel schneller als er eigentlich wollte und erreichte schon nach 1:34:33h das Ziel. Damit belegte er den 17.Platz und wurde 2. der M55. Für nur 6,-Euro Startgeld erhielt zudem jeder Läufer ein T-Shirt.
- Der nun schon **9.Wünsdorfer Osterlauf** findet traditionell eine Woche vor dem Osterfest statt, diesmal am 04.04.09 mit 45 Läufern über 10km. Willi Klaus startete dort im Rahmen der Vorbereitung auf den Rennsteiglauf und belegte in guten 48:15min den 26.Gesamtplatz. Damit siegte er souverän in seiner Altersklasse M70.
- Bei strahlendem Sonnenschein fand am Ostersamstag (11.04.) in Deetz (bei Brandenburg) der **Deetzer Osterlauf** über 5 und 10km statt. Der liebevoll organisierte Lauf sah insgesamt 173 Läufer am Start, dies war wieder ein neuer Teilnehmerrekord. Kein Wunder, denn für nur 5,-Euro erhielten alle Läufer ein Getränk und eine Brat- oder Bockwurst als Lohn für die Strapazen sowie zusätzlich eine Teilnehmermedaille. Auch die Laufstrecke, die durch das Dorf und über einen Hügel führt, gefiel den beiden Läufern unseres Vereins, Ilka Gomoll und Peter Rymarowicz. Ilka konnte sich hinter Nicole Modräger (21:32min.) über den 2. Platz bei den Frauen in 22:06min freuen und Peter belegte in guten 20:53min den 10. Platz. Keine Frage, im nächsten Jahr könnte der Lauf noch mehr Teilnehmer vertragen, gern auch aus Berlin bzw. unserem Verein.
- Am Ostersonntag luden der Förderverein Landschaftspark Nordost und unser Laufverein zum **1.Wartenberger Osterlauf** auf einer asphaltierten, eher ländlichen, 4,1km-Runde ein. Bei strahlendem Sonnenschein durften sich 72 Läuferinnen und Läufer über einen Schokoladen-Osterhasen und Urkunden im Ziel der 4,1km oder 12,3km langen Anstrengung freuen. Auf der kurzen Strecke siegte Alexander Burdeyko in 15:01min vor der ersten Frau Ilka Gomoll (18:15min) und ihrem „Hasen“ Peter Rymarowicz (18:17), sowie einem weiteren RON-HILL'er, Jürgen Bolz. Als jüngster Teilnehmer erreichte der vierjährige Tim Lange mit seinem Vater Steffen Lüder das Ziel nach 55:19min., die teilnehmerstärkste Gruppe war natürlich unser Verein mit 11 Startern. Über 12,3km siegte Hardy Wienigk in 47:11min vor Andreas Hein (47:44min) und Pier Köpp (47:59min), bei den Frauen konnten sich Marion Sarasa (56:10min) und Katja Lünser (57:28min) über einen souveränen Doppelsieg freuen. Ein Herzlicher Dank soll hiermit an Erhard Bader gehen, der mit Herz und Sportverstand als Sprecher des Laufs fungierte. Mit gemütlichem Beisammensein in entspannter Atmosphäre wurden die Sieger geehrt und die Veranstalter konnten sich über eine gelungene, wenn auch noch nicht perfekte, Premiere freuen.
- Beim beliebten und stark anspruchsvollen **Fontanelauf in Rauen am 19.04.09** starteten 48 Läufer über 30km, unter ihnen waren auch Steffi Winkler und Jörg Möhring. Steffi zeigte hier ihre aufsteigende Form mit dem 4. Platz bei den Frauen in guten 2:49:02h, das entsprach dem 35. Gesamtplatz. Jörg lief nach 3:07:39h ins Ziel und war bestimmt mit der Zeit und dem 42.Platz (5.M30) zufrieden. Herzliche Glückwünsche!!!

- Am 19.04.09 starteten 344 Läufer beim **7.Spreewaldmarathon**, aus unserem Verein belegte hier Bernfried Krüger den 277. Platz (26.M55) und erreichte das Ziel nach ordentlichen 4:51:26h. Herzliche Glückwünsche!!!

#### Ausschreibungen:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
05.06.	19:00	Zugspitzlauf Lübars MT.29.05.	12km/ BC-Cup	Quickborner Str.
06.06.	10:00	29.Wittstocker Below-Gedenklauf	21/ 10km	Stad. des Friedens
06.06.	16:00	6.Motzenseelauf/ Kallinchen	13/ 7km	Strandbad; MT.31.05.
06.06.	10:50	<b>1.Skatstadt-Marathon Altenburg</b>	11/ 21/ 42km	Marktplatz; MT.30.05.
07.06.	09:00	<b>6.Potsdamer Schlösser-Marathon mit BBM Marathon</b>	21/ 42km	Luftschiffhafen; <b>MT 31.05.09</b>
07.06.	09:30	26.Lichtenrader Meile MT.03.06.	15(BC)/ 7,5km	Schichauweg;
10.-12.06.	18:30	Teamstaffel im Tiergarten <b>neuer Start- und Wechselort (Kanzleramt)</b>	5x5km	<b>Startort:</b> H.v. Gagarin-Str/ Paul-Löbe-Allee
13.06.	10:00	7.Sabinchenlauf/ Treuenbritten	14,4/ 6,4km	Kirchplatz; MT.11.06.
15.06.	19:30	11.Tergaster Volkslauf	10/ 5km	Sportplatz
17.06.	18:30	Marzahner Läufercup <b>4.Lauf</b>	30/ 60'	Allee der Kosmonauten
20.06.	10:00	32.Großkoschener Seenlauf	17,7/ 10km	Sporthalle; MT.17.06.
21.06.	09:00	6.Scharmützelseeelauf/ Bad Saarow	28/ 10/ 5km	Schule;
21.06.	Ab 09:30	<b>Hohenschönhausener Gartenlauf MT.18.06.09!!!!</b>	1,1/ 5,7/ 11km	KGA Falkenhöhe Nord Birkholzer Weg
24.06.	17:00	3.Sommerstundenlauf	30/ 60'	Königs Wusterhausen
25.06.	Ab 17:10	NSF-Abendsportfest	800/ 3000m 10000m	Buckower Damm <b>MT.22.06.09!!</b>
26.06.	21:23	<b>6.Froschlauf Biehla/ bei Kamenz</b>	9,6km	Sportpl.; MT.24.06.
27.06.	10:00	3.Albert-Wuthe-Gedenklauf	15/ 10/ 5km	Dorfaue, Lüdersdorf
28.06.	10:15	10.Traditionslauf in Hohen Neuendorf	6,2/ 10,6km	Stadthalle; MT 22.06.
03.07.	19:20	Berliner Firmenlauf MT.16.06.	6km	Str. des 17.Juni
04.07.	10:00	<b>25.Schweriner Fünf-Seenlauf mit Start auf dem Buga-Gelände</b>	10/ 15/ 30km	<b>MT.14.06.09; 10km schon ausgebucht!!</b>
11.07.	09:00	<b>17.Staffellauf Cottbus-Zielona Gora</b>	10km/ 15 Etappen	<b>MT.22.06.09!!</b>

#### Ergebnisse:

##### 29.Berliner Halbmarathon am 05.04.09 (Netto/ Brutto)

Name	Ergebnis	Zeit in h	Name	Ergebnis	Zeit
Birgitt Uhlig 10km: 40:29min.	<b>695./ 1.W50</b> <b>32.Frau</b>	<b>1:28:09</b> 1:28:50	Heinz Lachmann 10km: 43:17min.	<b>1138./ 2.M65</b>	<b>1:32:01h</b> 1:32:04h
Marion Sarasa 10km: 46:15min.	<b>2355./ 2.W55</b> <b>138.Frau</b>	<b>1:38:43</b> 1:40:07	Ralf Vogel 10km: 44:31min.	1584.Platz 341.M40	<b>1:34:55h</b> 1:42:34h
Steffi Winkler 10km: 50:59min.	3603./ 44.WH 261.Frau	<b>1:43:28</b> 1:44:05	Andre Zerbel 10km: 48:31min.	4221.Platz 598.M35	<b>1:45:33h</b> 1:48:17h
Ricarda Bäcker 10km: 51:06min.	4342./ 74.W40 343.Frau	<b>1:45:55</b> 1:47:56	Klaus Hoffmeister 10km: 51:42min.	4972.Platz 184.M55	<b>1:47:56h</b> 1:51:44h
Swetlana Berndt 10km: 59:16min.	11504./376.W45 2242.Frau	<b>2:05:00</b> 2:17:38	Jörg Möhring 10km: 51:14min.	5256.Platz 771.MHK	<b>1:48:44h</b> 1:49:21h
To. Griepentrog 10km: 40:18min.	403./ 50.M45	<b>1:24:48</b> 1:28:33	Klaus-Pet. Ulbricht 10km: 58:31min.	11412.Platz 479.M55	<b>2:04:42h</b> 2:19:53h
			Bernfried Krüger 10km: 1:05:22h	14760.Platz 640.M55	<b>2:16:28h</b> 2:29:33h

##### 1.Wartenberger Osterlauf am 12.04.09:

Name	Km	Ergebnis	Zeit in min	Name	Km	Ergebnis	Zeit in min
Ilka Gomoll	4,1	2./ 1.Frau	18:15	Marion Sarasa	12,3	7./ 1.Frau	56:10
Swetlana Berndt	4,1	17./ 5.Frau	21:54	Katja Lünser	12,3	<b>12./ 2.Frau</b>	57:28
Anja Sander	4,1	22./ 9.Frau	22:44	Dana Wolf	12,3	30./10.Frau	1:09:28h
Peter Rymarowicz	4,1	3.Platz	18:17	Andreas Hein	12,3	2.Platz	47:44
Jürgen Bolz	4,1	4.Platz	19:35	Dennis	12,3	31.Platz	1:09:31h
Tim Lange	4,1	36.Platz	55:19	Knychala			

**Neu- und Gebrauchtwagen | A.S. Autovermietung**

ab 8 € / Tag für Transporter

030-549988-88

• PKW (Sportwagen, Kombis, u.a.)  
• 7-9 Sitzer (Vans, Busse)  
• Transporter

A.S. Autovermietung Koch GmbH  
in den Autohäusern der Koch Automobile AG

**KOCH** AUTOMOBILE AG  
www.koch-automobile-ag.de

Ihr Partner an 9 Standorten in Berlin und Brandenburg.




**LAUFZEIT**  
DAS MONATSDIENSTBLATT FÜR ALLE FREIZEIT-DES-LAUFRER

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

**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

■ QUALITY PRINT

**Wolfgang Augsten**

**Allianz** 

Hauptvertretung  
Allianz Versicherungs-Aktiengesellschaft

John-Schuh-Str. 36  
10407 Berlin  
Tel./Fax (0 30) 4 24 95 10

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

Privat: Kolwitzstraße 48  
10405 Berlin  
Telefon (0 30) 4 41 22 14  
Funk 09 72/3 10 23 50

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

Storkower Straße 147  
10407 Berlin

Telefon: 030 / 4 23 29 73  
Telefax: 030 / 42 85 96 07

**Auto Klaus**



Sondermodelle



Jahreswagen



Gebrauchtwagen



Kundendienst

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

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!