



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,

Ein kleines Problem bedrückt mich.

Unsere Vereinstreffs werden von immer weniger Leuten besucht.

Woran liegt das?

Ist es bei uns zu langweilig geworden, habt ihr weniger Zeit, hat sich der Vereinstreff in seiner jetzigen Form überlebt, brauchen wir neue Inhalte oder was ist los??

Ich hätte gerne eure Antworten auf diese Fragen. Bitte gebt sie mir.

Bis dahin, alles Gute und natürlich gesunde Füße.

Helmut

Das Allerneueste:

- Hiermit erinnern wir alle Mitglieder unseres Vereins, die den Jahresbeitrag 2010 noch nicht auf unser Vereinskonto überwiesen haben, dies bis spätestens 20.06.2010 nachzuholen. Der Betrag für das Jahr 2010 beträgt 36,-Euro bzw. ermäßigt 18,- Euro (für Rentner, Studenten, Arbeitslose).
- Da das bisherige Vereinslokal „Hunters Lounge“ nicht die optimale Lösung für unseren Verein darstellt, hat sich Helmut Huber auf die Suche nach einem neuen **Vereinslokal** gemacht. Wir treffen uns zum **Vereinstreff am 17.06. und 08.07.** um 18:00Uhr in der Jägerstube (ehemals Grünberger) in der Grünbergerstraße 1. Danach entscheiden wir, ob wir dort bleiben oder uns nochmals nach einem neuen Lokal umsehen müssen.
- Hiermit begrüßen wir recht herzlich Tim Lange in unserem Verein. Er ist mit 5 Jahren unser jüngstes Mitglied und hat schon einige Volksläufe mit bis zu 4km Länge absolviert.

- Am **Sonntag, den 22.08.10** findet im Berliner Olympiastadion **das ISTAF** statt. der Landessportbund bietet den Berliner Laufvereinen günstige Konditionen an. Bei **Bestellung bis zum 15.06.** kann man jeweils 2 Karten der 2. oder 3. Preiskategorie zum Preis von einer Karte kaufen. Also 2 Karten für je 38,- bzw. 18,-Euro. Bei Interesse bitte bei Ilka Gomoll (Tel.030/ 516 916 52 oder IGomoll@aol.com) melden.
- Unsere **diesjährige offene Vereinsmeisterschaft**, mittlerweile die 17., findet am **Samstag, den 14.08.2010** auf dem Gelände der KGA Falkenhöhe Nord in Berlin-Wartenberg statt. Bitte notiert euch schon einmal den Termin für den Lauf mit anschließendem gemütlichem Beisammensein mit Getränken und Grillimbiss. Eine offizielle Einladung folgt im Infoblatt Juli.
- **Der 14.Hohenschönhausener Gartenlauf findet am 20.06.2010 statt. wer gern laufen oder helfen möchte, kann sich bis zum 18.06. bei Ilka Gomoll an (Telefon 030 516 916 52 oder IGomoll@aol.com) anmelden. Bei Nachmeldung vor Ort wird auch für unsere Mitglieder die Nachmeldegebühr fällig.**

Hier wichtige Informationen für alle HGL-Fans

- Für den **33.Harz-Gebirgslauf** am **09.10.10** haben wir wieder Zimmer in unserem Jugendgästehaus in der Friedrichstraße 53 in Wernigerode gebucht und 20 Übernachtungsplätze sicher. Um euch die Entscheidung etwas zu erleichtern, muss ich euch mitteilen, dass das Jugendgästehaus wahrscheinlich zum Ende des Jahres 2010 schließt und wir uns dann um eine andere Übernachtungsmöglichkeit kümmern müssen.
- Wie in den Jahren zuvor bitten wir um Vorauszahlung der Kosten für die Übernachtung. Eine **Übernachtung** im Jugendgästehaus ist erst dann **sicher gebucht**, wenn das entsprechende Geld auf das 2.Vereinskonto eingegangen ist **und** derjenige sich zusätzlich bei Ilka Gomoll (Tel.030/ 516 916 52, IGomoll@aol.com) oder beim Vereinstreff) angemeldet hat.
- **Die JHB ist vom 08.10.-10.10.10 für 2 Übernachtungen/ Frühstück zu buchen.** Mit der Anmeldung (Meldezettel) werden pro Person mit Bettwäsche 43,30Euro fällig (ÜN/F 38,- plus 1,80Euro Kurtaxe plus 3,50 Bettwäsche) oder ohne Bettwäsche 39,80Euro!!!
- **Anmeldeschluss ist der 06.07.10!!!**
- **Wir weisen nochmals darauf hin, wenn ein gebuchter Platz im Jugendgästehaus nicht genutzt werden kann, ist jeder selbst dafür verantwortlich, sich um Ersatz zu kümmern. Es wird kein Geld zurückerstattet!!!**

Vereinsnachrichten:

- Herzlichen Dank für **Kartengrüße** von Gerald Piegler aus Portugal. Er wollte eigentlich beim Lissabon-Halbmarathon starten, aber durch eine Fehlleitung der Kampfrichter durften er und einige Hundert Läufer nur 8km laufen. Kartengrüße erreichten uns auch von Eike Tank vom 25.Hamburg-Marathon. Er absolvierte die Strecke in 5:13:43h (21,1km: 2:26h) und belegte den 13442.Platz von 14300 Läufern(49.M70).
- Am 20.03.2010 fand auf einer hügeligen, matschigen und kräfteaubenden Strecke der **31.Löwenberger Lankelauf** über 10 und 5 km statt. Aus unserem Verein starteten 4 Läufer/-innen am Schloss Liebenberg, um die anspruchsvolle Strecke kennenzulernen. Auf der 10km Strecke gingen 43 Läufer an den Start. Uwe Mohr belegte mit 41:59min einen guten 8.Platz im Vorderfeld und konnte sich über den 3.Platz in der M50 freuen. Bei Sylvia Kegel lief es noch nicht wie erwünscht, trotzdem erlief sie bei den Frauen den 3.Platz in 52:06min (33.Platz gesamt, 2.W50). Über 5km starteten 49 Läufer. Hier belegte Christine Mohr in guten 28:27min den 14.Platz bei den Frauen (gesamt 32., 2.W45). Erhard Bader wurde ebenfalls Zweiter seiner AK M75, er erreichte das Ziel nach 34:29min (42.Gesamtplatz).
- Der **1.Schneeglöckchenlauf in Ortrand**, als Nachfolger des beliebten Laufs durch die Bucksche Schweiz, wurde von den Läufern begeistert aufgenommen. Auch am neuen Startort wurde den Läufern eine abwechslungsreiche Strecke angeboten, die 1544 Läufer gern annahmen. Etwas Besonderes war die Teilnahmemedaille in Form eines Schneeglöckchens für alle Läufer. Aus unserem Verein startete Ricarda Bäcker über 15km. Von 174 Läufern belegte sie den 43.Platz und erreichte in 1:17:02h den 5.Platz bei den Frauen (2.W40).
- Am 21.03.2010 fand der **21.Lauf der Sympathie von Falkensee nach Spandau über 10km** mit 1375 Läufern/-innen statt. Bei leichtem Regen gingen auch 8 Läufer/-innen unseres Vereins an den Start bei den dort integrierten Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften. Schnellster unseres Vereins war Gunnar Barber, der in 37:20min den 64.Platz belegte. Ebenfalls eine schnelle Zeit lief Lothar Lehmann, der nach gutem Wintertraining eine neue Bestzeit in 38:38min aufstellte. Damit belegte er den 4.Platz in der M55. **Ganz besondere Glückwünsche an Heinz Lachmann zum Berlin-Brandenburgischen Meistertitel in der M65 in 43:02min sowie an Marion Sarasa, die in der AK W55 siegte.** Sie absolvierte die 10km in 46:04min. Leider errang sie nicht den Meistertitel, weil ihre Nachmeldung nicht für die Meisterschaftswertung berücksichtigt werden konnte. Herzliche Glückwünsche auch an Elke Barber, die in schnellen 41:28min den 3.Platz in der W45 (14.Frau) belegte. Anerkennung unseren weiteren Platzierten!!!

- 6100 Läufer starteten am 27.03.10 beim **Prag Halbmarathon**, einem gut organisiertem Lauf. Dort erhielten alle Teilnehmer einen blauen Rucksack, ein T-Shirt und einen Regenumhang. Eine neue Bestzeit kann man aufgrund einiger Passagen mit Kopfsteinpflaster und mehreren Anstiegen nicht laufen. Aber angenehme 12°C bereiteten Peter Wiese und Marion Sarasa viel Spaß auf abwechslungsreicher Strecke. Marion belegte in 1:47:03h den 2040.Platz (165.Frau) und **siegte in ihrer AK W55**. Peter Wiese belegte in 1:54:10h den 3055.Platz (159.M50).
- Nachdem die **12.Nordberliner Alpenkämpfe** aufgrund Glatteis verschoben werden mussten, standen am 27.03., nur einen Tag vor dem Berliner Halbmarathon, leider nur 17 Läufer am Start. Aus unserem Verein starteten bei diesem interessanten Lauf- und Sprintwettkampf Ilka Gomoll und Erhard Bader. Ilka siegte souverän mit 2758 Punkten, das waren knapp 200 P. mehr als bei ihrem letzten Start 2007. Erhard kämpfte sich trotz mehrmaligen Verlaufs (wegen falscher Markierungen) durch und belegte mit 1223 P. den 1.Platz der M70+. (siehe auch unter Ergebnisse)
- Bei der **30. Jubiläumsausgabe des Berliner Halbmarathons** am 28.03. starteten 23800 Läufer bei 10°C, leichtem Regen und Wind auf der schnellen Strecke in der Berliner Innenstadt. 18 RON-HILL'er waren aktiv beim neuen Teilnehmerrekord des Laufs dabei. Schnellster Läufer unseres Vereins war Rex Noack, der einen sehr gelungenen Einstand für unseren Verein gab. Er belegte in 1:20:00h den 163.Platz der Gesamtwertung. Knapp dahinter erreichte Gunnar Barber nach 1:20:22h das Ziel. Starke Ergebnisse erzielten auch Lothar Lehmann und Heinz Lachmann, die in ihren Altersklassen die Plätze 2 und 3 belegten. Lothar steigerte seine Bestzeit um über 5min und finishte nach 1:23:54h. In der AK W50 siegte wie im Vorjahr Birgitt Uhlig, die in 1:28:31h den Berliner Rekord, den sie selbst hält, nur knapp verpasste. Elke Barber und Steffi Winkler erzielten mit jeweils 1:32h ebenfalls hervorragende Ergebnisse. Steffi stellte in 1:32:38h eine neue persönliche Bestzeit auf, da scheint sich das gemeinsame Training mit Birgitt auszuzahlen. Ihren ersten Halbmarathon absolvierte Dana Wolf. Sie lief gemeinsam mit ihrem Mann Sascha freudestrahlend nach 2:13:12h ins Ziel. Herzliche Glückwünsche an alle Läufer/-innen für die erzielten Ergebnisse.
- Am 03.04.10 fand in **Paderborn** der traditionelle und sehr stimmungsvolle **64.Osterlauf** über 10km und 21,1km statt. Auf der längeren Strecke starteten 1661 Läufer, unter ihnen war auch Bernfried Krüger. Er belegte in 2:20:48h den 1276.Platz (83.M55). Herzliche Glückwünsche.
- Mit Hilfe unseres Vereins und dem Förderverein Landschaftspark Nordost wurde am 04.04.2010 der **2.Wartenberger Osterlauf** mit 64 Läuferinnen und Läufern veranstaltet. Die flache, asphaltierte 4,1km Runde vorbei an Feldern und Rinderkoppeln konnte ein oder dreimal (12,3km) absolviert werden, dies nutzten auch 11 Läufer unseres Vereins. Im Ziel winkte für alle Teilnehmer ein Schokoladenosterhase, Teilnehmerurkunde und Läufersuppe. Auf der kurzen Strecke stellte der Sieger Robert Klichowicz mit 14:58min einen neuen Streckenrekord auf, er war 3 Sekunden schneller als der Sieger des Vorjahres. Bei den Frauen belegte Ilka Gomoll (19:07min) hinter der 12-jährigen Elisa Walter (18:43min) den 2.Platz. Swetlana Berndt durfte sich über den 3.Platz bei den Frauen in 21:07min freuen. Nach längerer Zeit mit Verletzungen und kurz nach der Geburt ihrer Tochter Julia Antonia startete Nele Wild-Wall wieder in einem Wettkampf, sie erreichte das Ziel der 4,1km in 22:17min. Der jüngste Teilnehmer, Tim Lange, absolvierte ebenfalls 4,1km gemeinsam mit seinem Vater Steffen Lüder und war 20min schneller als im Vorjahr. Über 12,3km gab es ebenfalls einen neuen Streckenrekord durch Pier Köpp in 45:06min, er verbesserte die Vorjahreszeit um zwei Minuten. Den 2.Platz belegte Julio Costa (SV Langendreer 04, 45:36min), auf dem 5.Platz folgte schon der schnellste RON-HILL'er, Lothar Lehmann in 47:57min. Bei den Frauen siegte ebenfalls mit neuem Streckenrekord Waltraud Holper (LG Pronsfeld-Lünebach, 55:51min) vor Katja Lünser (59:07min). Wir danken herzlich unseren Helfern, u.a. Klaus Mendritzki und natürlich unserem Sprecher Erhard Bader. Mit der Siegerehrung in den Altersklassen und kleinen Preisen für die ersten drei der Gesamtwertung wurde die Veranstaltung erfolgreich abgeschlossen.
- Eine Woche später fand an gleicher Stelle der **1.Hohenschönhausener Storchenlauf** statt. Die Veranstalter vom LAC Berlin konnten sich über 115 Läufer über 4,1/ 8,2 und 12,3km freuen. Wolfgang Voigtländer startete über 12,3km und belegte in 1:07h den 55.Platz von 77 Läufern und wurde dritter der M60. Auf der 8,2km Strecke belegte Lothar Lehmann hinter dem 22-jährigen Sieger Norman Paul Repkow (LAC, 27:04min) den 3.Gesamtplatz in 31:13,6min. Herzlichen Glückwunsch!
- Am Nachmittag desselben Tages startete Lothar Lehmann bei den **Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften über 10000m** im Stadion Lichterfelde und belegte in schnellen 38:09,86min den 2.Platz seiner Altersklasse. In der M50 erzielte Bertold Rämisch 42:10,66min und konnte sich über den 3.Platz freuen. Glückwünsche unseren Medaillengewinnern.

- Ebenfalls am 11.04.10 fand der **3.Elbeichmarathon in Tangermünde** bei kühlen und windigen 7°C statt. Dass sich diese Laufveranstaltung in der Altmark mit Charme etabliert, beweist nicht nur der Teilnehmerrekord, der in diesem Jahr mit über 1.400 Läufern aufgestellt wurde. Die 21km Runde auf und neben dem Elbeich und die umliegenden Dörfer konnte 1x oder 2x absolviert werden. Steffen Lüder startete zügig auf den ersten Kilometern des Halbmarathons und durchlief die 10km nach 44:00min. Nach anstrengender 2.Hälfte mit Gegenwind und Kopfsteinpflaster erreichte er das Ziel in 1:34:13h (9.M40) und belegte den 54.Platz von 509 Startern. Auf der 10km Strecke starteten 390 Läufer, unter ihnen auch Helge Ziems, der in guten 1:05:20h den 295.Platz (9.M65) belegte.
- Der nun schon **32.Kyffhäuser Berglauf** fand bei idealen Bedingungen mit 11 Läufern unseres Vereins statt. Die meisten Starter absolvierten die 22,2km Strecke. Nach drei Siegen in Folge musste sich Sylvia Jacobs diesmal mit dem 2.Platz in 1:40:29h zufrieden geben. Dies war aber kein Grund traurig zu sein, da die Siegerin Carolin Gläser (1:34:45h) 24 Jahre jünger ist als Sylvia und damit die Zukunft noch vor sich hat. Für Knuth Triebe war es eine neue Erfahrung, er meldete aufgrund er hartnäckigen Erkältung auf die 22km runter und belegte in 2:11:46h den 262.Platz von 368 Startern. Die 14,9km Strecke absolvierten 355 Läufer, darunter auch 5 Läufer unseres Vereins. Peter Rymarowicz verhalf Ilka Gomoll zu einer guten Zeit, gemeinsam erreichten sie das Ziel nach 1:17:00h. Damit belegte Ilka den 5.Platz bei den Frauen und siegte in ihrer AK W35. Auch Erhard Bader lief ein gutes Rennen, er war 5min schneller als vor 2 Jahren und siegte in seiner AK M75 als ältester Teilnehmer in 1:44:25h. Beim anspruchsvollen Marathon, der am Kyffhäuser Denkmal entlang geht, starteten 3 Läufer unseres Vereins. Steffi Winkler wollte einen Trainings-Marathon für den Rennsteig absolvieren. Sie legte sich dann doch kräftig ins Zeug, und wurde mit dem 9.Platz in starken 3:46:34h belohnt. Danach brauchte sie eine ganze Weile, eh sie wieder fit war. Ebenfalls einen guten Marathon lief Ecky Broy, der sich die ganze Zeit über super fühlte und keine Schwäche zu verzeichnen hatte. Er erreichte das Ziel nach 4:11:56 und wurde 8. der M50. Am Nachmittag klang der gut organisierte Landschaftslauf bei einem Spaziergang mit Eis und Tanz am Abend aus.

Neu- und Gebrauchtwagen



Ihr Partner an 9 Standorten in Berlin und Brandenburg.

A.S. Autovermietung

ab 8 € / Tag für Transporter

030-54 99 88-88

- 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

Ausschreibungen:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
02.06.	18:30	Marzahner Läufercup (3.Lauf) und 4.Lauf am 23.06.	5000/ 10000m 30'/ 60'	Sportplatz Allee der Kosmonauten
05.06.	16:00	7.Motzenseelauf MT.01.06.	4/ 7/ 13km	Strandbad Kallinchen
06.06.	09:00	7.Potsdamer Schlössermarathon und BBM im Marathon	42/ 21km	MT.31.05.; Stadion Luftschiffhafen
06.06.	10:00	Oderpokallauf Frankfurt/ Oder	10/ 5km	evtl neue Strecke
09.-11.06.	18:30	11.Berliner Teamstaffel wir laufen am 09.06 mit 4 Staffeln	5x5km	Tiergarten.
12.06.	10:00	Tollenseseeelauf Neubrandenburg	42/ 21/10/ Staffel	Kulturpark
12.06.	10:00	10.Land Fleesenseelauf MT.09.06.	21/ 10/ 5km	Marktpl. Göhren-Lebbin
12.06.	15:00	17.Luckenwalder Turmfestlauf	10/ 4km	Stadtzentrum
13.06.	09:30	Lichtenrader Meile MT.09.06.	15(BC)/ 7,5km	Schichauweg
13.06.	10:00	39.Langstreckentag MT.09.06.	10/ 5/ 3km	Mommсенstadion
19.06.	10:00	33.Großkoschener Seenlauf	17,7/ 10/ 5km	Sporthalle; MT.16.06.
19.06.	18:00	3.Mittsommernachtslauf MT.12.06.	30km	Krakow am See
20.06.	10:00	Hohenschönhausener Gartenlauf	5,7/ 11km	MT. 18.06.!!!
20.06.	09:00	7.Scharmützelseeelauf MT.15.06.	27/ 10/ 5km	Bad Saarow, Sportplatz
24.06.	18.10	NSF-Läuferabend MT.21.06.	3000/ 10000m	Buckower Damm 13
25.06.	20:00	Preußische Meile/ Potsdam	7532,48m	MT.18.06.!!
27.06.	10:00	8.Bestenseer Seenlauf	5/ 16km	Goethestr.; MT.24.06.
27.06.	10:15	11.Traditionslauf Hohen Neuendorf	6,2/ 10,6km	MT.24.06.
10.07.	09:00	18.Staffellauf Zielona Gora-Cottbus	100km/ 5 Läufer	MT.10.06.10

Ergebnisse:

21.Lauf der Sympathie Falkensee – Spandau inklus. BBM Straße über 10km (Netto/ Brutto):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit in min
Elke Barber BBM: 8/ 3.W45	182./ 3.W45 14.Frau	41:28min 41:33min	Bertold Rämisch BBM: 88/ 10.M50	190./ 19.M50	41:36 41:47
Kati Kiele BBM: 19.Frau	285./ 10.WHK 31.Frau	44:06min 44:15min	Heinz Lachmann BBM: 100./ 1.M65	243/ 1.M65	43:02 43:08
Marion Sarasa	379./ 1.W55 52.Frau	46:04min 46:12min	Peter Wiese	678./ 79.M50	52:03 52:44
Gunnar Barber BBM: 45./ 6.M45	66./ 7.M40	37:20min 37:25min	Gunnar Barber Lothar Lehmann Bertold Rämisch	20.Platz Mannschaft BBM	1:57:34 Std.
Lothar Lehmann BBM: 61./ 4.M55	92./ 4.M55	38:38min 38:41min			

12. Nordberliner Alpenkämpfe am 27.03.2010 im Tegeler Forst:

Name	Gesamtzeit	Gesamtpunkte	200m Bergsprint	400m Bergsprint	400m hügelig	400m Flachsprint	Ergebnis
Ilka Gomoll	1:04:40h	2758P.	71sec.	1:55,5min	1:48,9	1:29,9min	10. Platz 1. Frau
Erhard Bader	1:25:37h	1223P.	83,2sec.	1:43,9min	2:44,0	2:15,8min	17. Platz 1. M70+

30. Berliner Halbmarathon am 28.03.2010 (Netto/ Brutto):

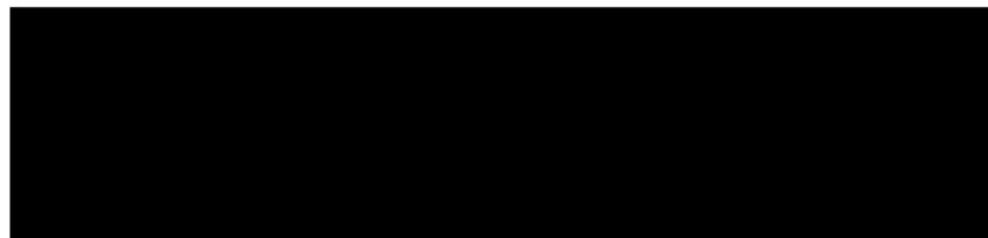
Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Birgitt Uhlig 10km: 40:24min	714./ 1.W50 39. Frau	1:28:31h 1:28:37h	Lothar Lehmann 10km: 38:42min	330./ 2.M55	1:23:54h 1:24:00h
Elke Barber 10km: 44:04min	1199./ 7.W45 67. Frau	1:32:27h 1:33:19h	Helmut Huber 10km: 44:50min	1400. Platz 11.M60	1:33:44h 1:34:46h
Steffi Winkler 10km: 43:25min	1230./ 15.W30 69. Frau	1:32:38h 1:33:03h	Heinz Lachmann 10km: 44:36min	1649. Platz 3.M65	1:34:57h 1:35:01h
Kati Kiele 10km: 45:47min	1809./ 24.WH 110. Frau	1:35:50h 1:38:07h	Jörg Möhring 10km: 44:58min	1776. Platz 265.MHK	1:35:40h 1:36:06h
Ricarda Bäcker 10km: 53:48min	7625./ 187.W40 968. Frau	1:53:47h 1:57:51h	Bertold Rämisch 10km: 45:13min	1833. Platz 146.M50	1:35:58h 1:36:37h
Swetlana Berndt 10km: 1:00:40h	13803./ 565.W45 3016. Frau	2:08:41h 2:18:34h	Klaus Hoffmeister 10km: 52:15min	6091. Platz 249.M55	1:49:49h 1:52:39h
Dana Wolf 10km: 1:04:07h	15239./ 671.WH 3671. Frau	2:13:12h 2:23:05h	Andre Zerbel 10km: 53:10min	8312. Platz 998.M35	1:55:21h 1:59:37h
Rex Noack 10km: 37:19min	177./ 12.M45	1:20:00h 1:20:03h	Wolfg. Voigtländer 10km: 57:10min	14058. Platz 282.M60	2:09:26h 2:18:16h
Gunnar Barber 10km: 37:28min	186./ 13.M45	1:20:22h 1:20:29h	Kl.-Peter Ulbricht 10km: 1:02:22h	14245. Platz 650.M55	2:10:02h 2:23:44h

2. Wartenberger Osterlauf am 04.04.2010:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit in min
Katja Lünser	12,3	18./ 1.W30 2. Frau	59:07min	Swetlana Berndt	4,1	11./ 1.W40 3. Frau	21:07
Lothar Lehmann	12,3	5./ 1.M55	47:57min	Nele Wild-Wall	4,1	18./ 2.W30 9. Frau	22:17
Eckart Broy	12,3	22./ 2.M55	1:02:38h	Anja Sander	4,1	20./ 3.W40 10. Frau	24:06
Peter Ulbricht	12,3	29./ 3.M55	1:06:11h				
Steffen Lüder	12,3	33./ 6.M40	1:10:22h				
Ilka Gomoll	4,1	8./ 1.W30 2. Frau	19:07min	P. Rymarowicz	4,1	9./ 1.M50	19:35
				Tim Lange	4,1	27./ 1.MSC D	33:50

32. Kyffhäuser Berglauf am 11.04.2010 in Bad Frankenhausen:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit in Std.
Syvia Jacobs	22,2	25./ 1.W45 2. Frau	1:40:29h	Anja Sander	14,9	300./ 21.W40 72. Frau	1:43:37 Std.
Klaus Hoffmeister	22,2	206./ 14.M55	2:03:48h	Erhard Bader	14,9	306./ 1.M75	1:44:25 Std.
Knuth Triebe	22,2	262./ 23.M50	2:11:46h	Steffi Winkler	42,2	95./ 2.W30 9. Frau	3:46:33 Std.
Ilka Gomoll/ Peter Rymarowicz	14,9	98./ 5. Frau 1.W35 8.M55	1:17:00h	Ecky Broy	42,2	179./ 8.M55	4:11:56
Sylvia Kegel	14,9	176./ 22. Frau 3.W50	1:25:40h	Bodo Matthes	42,2	261./ 64.M45	4:41:47



LAUFZEIT
DAS MONATSMAGAZIN FÜR ALLE FREIZEIT-UND LAUFBEFASSTEN

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

Allianz

Wolfgang Augsten
Generalvertretung
John-Schehr-Str.36
10407 Berlin
Telefon 0 30.4 24 95 10
Telefax 0 30.4 24 95 10
wolfgang.augsten@allianz.de
<http://vertretung.allianz.de/wolfgang.augsten>

Laufbericht – vom XXX. 100km Lauf in Kienbaum von Helge Ziems

Beim XXX. Internationalen 100 km-Lauf von Grünheide/Kienbaum gab es über die längste Distanz 40 Zieleinläufer, darunter vier Frauen. Einen souveränen Start-Ziel-Sieg feierte Petra Neumann (Lok Zwickau) in 9:54:33 Stunden vor Regina Berger-Schmitt (10:28:33/LSG Karlsruhe). Der Belgier Peter Palmans (SACM) übernahm nach km 65 die Spitze, die er nicht mehr abgab. Mit 8:06:54 h trug er sich hier erstmals in die Siegerliste ein. Zweiter wurde Sören Schramm (8:10:24 h/Chemnitzer LV Megware) vor Marc C. Jänicke (Berlin) in 8:23:33 h. Der lang anhaltende Winter hatte den Athleten die Vorbereitung auf die Jubiläumsveranstaltung doch sehr erschwert und zusätzlich eine lange Regenstrecke während des Wettkampfes ließen kein überragenden Zeiten zu. Peter Schmidt hatte die 100 km im Blick, beendete aber nach km 40 (4:29:23 h) das Rennen. Lutz Bester hatte für 50 km gemeldet, war nach 4:41:34 h als Neunter im Ziel und konnte sich abschließend über Platz 1 in der AK 55 freuen. Silvio Gadow beendete den angestrebten Marathon nicht, dafür aber 30 km in 2:43:39 h. Lothar Lehmann wurde als Begleitläufer gesichtet. Aber auch andere Ron-Hiller waren im Einsatz: „Ecky“ Broy, 1992 selbst Sieger über 100 km in Kienbaum und Kenner der Materie, lieferte in bewährter Form am Mikrofon ebenfalls einen Supermarathon ab. Aus seinem berühmten Sprecherhut zog Gabi Ziems, verantwortlich für die Siegerehrung, die vielen Tombolapreise. Helge Ziems fungierte im Org.büro und für die Medien. Den Organisatorenlauf über 5 km bewältigte er in 33:22 Minuten. Herzliche Glückwünsche an die Aktiven.

Sport – line GmbH
Sportartikelhandel und Service
Sportsponsoring

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

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

Fachbeitrag – Lesung mit unserem Ehrenmitglied Heinz Florian Oertel

Am 05.05.2010 fand eine Buchlesung mit unseren Ehrenmitglied Heinz Florian Oertel(HFÖ) statt. Er wollte sein neues Buch „Pfui Teufel“ vorstellen.

Ecki ließ es sich nicht nehmen, uns mit der Vita von HFÖ vertraut zu machen. Als er unserem erstaunten Gast mitteilte, dass er ihn besser kennt als er sich selbst, konnte er sich das Lachen nicht verkneifen. So begann für die Mitglieder von RON-HILL und einigen Gästen ein sehr kurzweiliger und interessanter Abend.

Wer den brillanten Rhetoriker kennt, weiß dass es in seinen Büchern um Auseinandersetzung und Dialog geht: So wollte er auch diesen Abend gestalten und lud alle Besucher ein, Fragen zu stellen und auch einige Erlebnisse anzubringen.

Wenn HFÖ aus seinen 60 jährigen Reporterleben erzählt, ist man einfach nur beeindruckt mit wie viel Witz, Charme und Reichtum an Wissen er jede kleine und große Story erzählt.

Das Angebot an einem Dialog wurde von allen Gästen reichlich genutzt und so konnte eine kleine Verwechslung der Startnummer von Abebe Bikila 1960 in Rom aufgeklärt werden.

Auf Wunsch eines Mitgliedes las HFÖ dann doch ein kleines Kapitel aus seinem Buch, obwohl viele den Inhalt des Buches schon kannten.

Ja und zum Schluss waren alle erschrocken, als das Ende angekündigt wurde. Leider waren die gefühlten 20 Minuten, dann doch schon zwei Stunden.

Es war für alle Anwesenden ein unvergessener Abend und wir möchten uns bei Heinz Florian Oertel auch auf diesen Wegen bedanken.

Sylvia Kegel

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!

Aktueller Stand für unsere Staffeln!

Wir bitten alle Interessenten für Staffeln sich bei Ilka bzw. Dirk zu melden. Außerdem suchen wir weitere Interessenten, die Staffeln zusammen stellen wollen, um Ilka und vor allem Dirk (für die Männer) zu entlasten!!!!

Staffel, Termin, Ort	Organisation	Ziel, AK	Teilnehmer
Mittwoch, 09.06. Tiergarten 5 x 5km	Dirk Pätzig	Superoldies (ab M 50)	Uwe Mohr, Helmut Huber, Lothar Lehmann, Dirk Pätzig, Andreas Hein,
	Dennis Knychala	Schnell, unter 50	Gunnar Barber, Bodo Matthes Jörg Möhring, Christian Karbe, Rex Noack?, Tom Griep.? Ersatz: Steffen L.
	Ilka Gomoll	Frauen; 2 Staffeln	Kati Kiele, Elke Barber, , Ilka, Birgitt, Steffi, Anja Sander, Swetlana Berndt, Dana Wolf, Christine Mohr, Ricarda Bäcker,
10.7.-Zielona Gora Start: 9:00		Klassisch 3 Männer, 1x M50+ und 1 Frau	Jürgen Busch, Helmut Huber, evtl. Knuth Triebe?
	Ilka Gomoll	Frauen	Wer hat Lust???
Mittwoch, 25.8. Potsdam 5 x 5km,		Männer	Axel Schmoll, Stefan Lippold
	Ilka Gomoll	Frauen	Anja, Swetlana, Dana Wolf
11.09. Neubrandenburger Staffelmarathon	Ilka Gomoll	Frauen	Wer hat Lust???
SCC Marathon- staffel 21.11.	Ilka Gomoll	Frauen	Sylvia Jacobs?; Sylvia Kegel, Dana
		Männer	
Mannschafts-HM Britz – 28.11.	Dirk Pätzig	1. Staffel/ schnell weitere ...	Steffen L. (1:40h); Jürgen Busch (2:00h)
10.10.2010- Dierhagen	Sylvia Kegel	Mixed	Sylvia Kegel, Frank Britze, Christine und Uwe Mohr, Dana und Sascha, Rötger Henry, Martina Schmidt