Lauffreunde auch bei Hitze auf der Strecke

Bönen – Bei verschiedenen Laufveranstaltungen gingen Aktive der Lauffreunde Bönen an den Start: Schon vor zwei Jahren war Todt G. Willingmann auf den Tiergartenlauf SportSchloss Velen aufmerksam geworden. Zur 14. Auflage schnürte er erstmals und gleich zweimal seine Schuhe. Denn während zahlreiche Aktive ihre Teilnahme aufgrund der großen Hitze von über 30 Grad ihre Teilnahme abgesagt hatten, hatte sich Willingmann dazu entschloss, sowohl über 5 als auch über 10 km an den Start zu gehen. Der Bönener hatte dann beim „Fünfer" noch einige Probleme mit den Temperaturen, kam schließlich nach 21:30 Minuten als 15. der Gesamtwertung (Platz 2 AK 55) ins Ziel. Eine halbe Stunde blieb, um für den 10-km-Lauf neue Kräfte zu sammeln, den er, dem Wetter geschuldet, taktisch langsamer anging. Deutlich entspannter im Ziel landete er mit einer Zeit von 45:26 Minuten auf Platz 8 der Gesamtwertung und Rang 1 der M55.

Beim 6. Menden Citylauf war Willingmann erneut bei hohen Temperaturen am Start. Über 5 km kam er in 20:34 Min. als Elfter der Männerwertung ins Ziel (1. M55).



Beim Ahraton am Start: Barbara Baur, Michael Klein und Michael Flory.

Beim Erlebnismarathon im Ahrtal, dem Ahratohn, wird eine Halbmarathon-Runde entlang des Rotweinwanderwegs gelaufen, die berühmt für ihre besonderen Verpflegungspunkte ist, an denen auch Wein verköstigt werden kann. Entsprechend steht das Vergnügen im Vordergrund. Angeboten wird ein Halbmarathon oder ein Marathon. Für die Lauffreunde waren Barbara Baur (Marathon/6:03:58 Std., 9. der Frauenwertung, 3. W40), sowie Michael Klein (HM, 2:48:00 Std.) und Michael Flory (2:52:00 Std.) am Start.

Über 8 800 Registrierte wollten sich beim Firmenlauf in Essen messen. Gelaufen wurde auf einer fünf Kilometer langen Strecke. In der Ergebnisliste taucht Lauffreund Thorsten Buchholz auf. Mit einer Zielzeit von 28:03 Min. belegte er den 2042. Platz der Gesamtwertung. WA