Familie Münstermann schnell unterwegs

Bönen – Mit sieben Teilnehmern waren die Lauffreunde Bönen beim 20. Uentroper Geithelauf vertreten. Bei feucht-kühlem Herbstwetter ging es zunächst im Schülerlauf über 1000 m an den Start. Anton Münstermann erlangte in 4:41 Minuten Platz vier in der MK U10. Dies war Motivation für Vater Marcus und Bruder Moritz Münstermann, die als Vater-Sohn-Gespann auf die 5-km-Wendestrecke gingen. Gemeinsam kamen sie nach 24:20 Minuten ins Ziel. Dies bedeutete für Moritz Platz eins in der Altersklasse MJ U14. Auch Vater Marcus durfte sich mit Rang drei in der Altersklasse M 45 über einen Podestplatz freuen.

Der 10-km-Landschaftslauf führte entlang des Datteln-Hamm-Kanals und des Naherholungsgebietes Geithe. Hier sicherten sich die Lauffreunde zwei Altersklassensiege. Todt G. Willingmann gewann in der M55 in 43:27 Minuten, dicht gefolgt von Steffen Maletz, der in 43:36 Minuten die Männerhauptklasse gewann. Spontan hatten sich auch Michael Klein und Markus Meier für den Geithelauf angemeldet. Sie wollten mal wieder bei einem Lauf in der näheren Umgebung Präsenz zeigen und nutzten ihren Start für einen zügigen Trainingslauf. Klein beendete das Rennen in 51:21 Minuten (Platz vier M55), Meier kam nach 56:16 Minuten (Platz neun M50) ins Ziel.

Ein Duo der Lauffreunde Bönen ging beim vierten Sechs-Stunden-Lauf in Werl an den Start. Gelaufen wurde auf einem 7,5 km langen Rundkurs durch den Stadtwald Werl mit 100 Höhenmetern. Daniel Werner benötigte für 42,5 km 5:53:36 Stunden und wurde 24. der Männerwertung. Katharina Krähling kam nach 30 km und 4:10:22 Stunden als 16. der Frauenwertung ins Ziel.

Beim 19. Stadtfestlauf in Lüdinghausen war Todt G. Willingmann mit einem Doppelstart über 5 und 10 km dabei. „Nach drei Jahren Pause ging es hier endlich wieder los. Wie immer waren die Organisation, Verpflegung, Stimmung top und die Laufstrecke reizvoll", so Willingmann. Zunächst ging es an der Burg Lüdinghausen und bei der Burg Vischering vorbei. Im Zielbereich in der Innenstadt warteten viele Zuschauer. Sein Ziel von 21 Minuten über 5 km verfehlte Willingmann um 18 Sekunden. 30 Minuten später begab er sich auf die 10-km-Strecke. „Ich machte das, wovon ich jedem abrate: Ich wechselte die Laufschuhe", sagte Willingmann. In den beiden Oberschenkeln „machte sich ein wunderbarer Trainingseffekt bemerkbar". Sein Fazit: „Es war das erste und letzte Mal, dass ich beim Wettkampf neue Schuhe trage." Zielzeit: 45:39 Minuten. WA