

Die Bönener Lauffreunde vor der Kulisse des Phoenixsees in Dortmund. Hier absolvierten sie den Halbmarathon. FOTO: BUCHHOLZ

Die Zielzeiten deutlich unterboten

LEICHTATHLETIK Lauffreunde Bönen starten in Soest, Köln und Dortmund

Bönen – Soest, Köln und Dortmund waren die Orte, an denen Mitglieder der Lauffreunde Bönen am vergangenen Wochenende zu Wettkämpfen angetreten sind.

Der Soester Stadtlauf ging nach zweijähriger Pause am Montag über die Bühne – insgesamt war es die 30. Auflage. Die Strecke mit Start und Ziel vor dem Rathaus im Stadtzentrum führt auf einem gepflasterten und asphaltierten 2-Kilometer-Rundkurs durch die Innenstadt. Neben dem 10-Kilometer-Hauptlauf werden ein 4-Kilometer-Lauf sowie verschiedene Schüler- und Bambini-Läufe angeboten.

Aus dem erfolgreich absolvierten Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs 2022 suchte sich ein Trio der Lauffreunde Bönen den Stadtlauf für ihren Erststart aus. Begleitet wurden sie dabei von Übungsleiter Michael Klein sowie von Ingo Hanke. „Das Wetter war ziemlich gut, auf dem 10-Kilometer-Lauf gab es eine kleine Abkühlung von oben", sagte Klein. Meike Brdonkalla absolvierte die vier Kilometer in 33:09 Minuten. Klein begleitete Ines Neugebauer und Paul Brdonkalla über die 10 Kilometer. Brdonkalla wollte unter 70 Minuten bleiben, erreichte das Ziel aber bereits nach 61:31 Minuten. Neugebauer hingegen unterbot ihre Zielzeit von einer Stunde um fast drei Minuten (57:02 Minuten). „Unsere drei Erststarter können stolz auf ihre Leistungen sein", sagte Klein, der nach 57:03 Minuten über die Linie lief. Ingo Hanke wurde in 40:38 Minuten Achter der Männerwertung und Zweiter seiner Altersklasse M45.



Stolz auf die Leistungen beim Soester Stadtlauf: Das Team der Lauffreunde Bönen. FOTO: KLEIN

Zwei Lauffreunde waren zeitgleich in Köln am Start. Der Marathon und die halbe Distanz waren hier im Angebot. Markus Münstermann nahm sich mit Freunden aus Hamm den Halbmarathon vor. Thomas Kul lief den Marathon. Münstermann erreichte das Ziel nach 2:20:12 Stunden. Kul benötigte für die 42,195 Kilometer 3:26:51 – Rang 405 der Männerwertung.

Ein Bönener Quartett absolvierte den Phoenixsee-Halbmarathon im Dortmunder Stadtteil Hörde. Die Strecke führt über das alte Hoesch-Gelände in den Westfalenpark sowie durch den Rombergpark. Industriekultur und Dortmunds grüne Seite prägen die Strecke. „Da ich vor drei Jahren in meiner alten Heimat Dortmund Hörde meinen ersten Halbmarathon absolviert habe und in diesem Jahr nach der Corona-Pause unbedingt wieder dabei sein wollte, habe ich das getan, von dem uns unsere Trainer immer abgeraten haben. Ich ging nach über einem Monat Laufpause, wegen Hausumbau und Job, ohne einen Kilometer Vorbereitung an den Start. Dank der Begleitung und Motivation von vielen Lauffreunden konnte ich mich durchbeißen", sagte Thorsten Buchholz, der das Ziel nach 2:31:58 Stunden erreichte. Steffen Maletz benötigte 1:40:47 und wurde 172. der Männer. Thorsten Borgschulte lief die Strecke in 1:58:28 Stunden, Daniel Werner in 2:09:54. WA

Lauffreunde über NRW verteilt

Bönen – Soest, Köln und Dortmund waren die Orte, an denen Mitglieder der Lauffreunde Bönen am vergangenen Wochenende zu Wettkämpfen angetreten sind. Der Soester Stadtlauf ging nach zweijähriger Pause am Montag über die Bühne – insgesamt war es die 30. Auflage. Hier feierte ein Bönener Trio aus dem Anfänger- und Wiedereinsteigerkurs das Debüt. **» SPORT BÖNEN**