Erfreuliche Ergebnisse für die Lauffreunde

Werl – Bei sonnigem, aber kühlem Wetter fand der zweite Lauf der DJK Werl in diesem Jahr auf neuer Strecke in Sönnern statt. Zur Auswahl standen Läufe über fünf und zehn Kilometer. Über die längere Distanz waren für die Lauffreunde Bönen ein Damen-Trio mit Nadine Bieletzki, Nicole Garro und Katharina Krähling sowie Vielstarter Todt G. Willingmann dabei.

Startzeit für den Zeh-Kilometer-Wettkampf war um 12 Uhr. Es war eine Fünf-Kilometer-Runde zweimal zu absolvieren. Da die Strecke nicht besonders windgeschützt war, führte das bei manchen Läufern zu kleineren Konditionsproblemen. Dass es unterwegs nur wenige Getränkestände gab, sorgte bei einigen Läufern für Unmut.

Willingmann ging die Strecke ein wenig ruhiger an, hatte er doch bereits am Wochenende den Lauf in Senden und die Vereinsmeisterschaften der Lauffreunde in den Beinen. „Mir war von vorne herein klar, dass dieser Lauf nicht schnell und angenehm werden würde. Dem war auch so. Die Endzeit spricht für sich." 45:32 Minuten bedeuteten Platz 24 in der Männerwertung und Rang zwei in der Altersklasse M55.



Laufend unterwegs: Todt G. Willingmann von den Lauffreunden Bönen. FOTO: LIESEGANG

Nicole Garro freute sich nach dem zweiten Platz (Frauen) bei der Vereinsmeisterschaft über einen weiteren Podestrang. Sie wurde in Werl ebenfalls Zweite ihrer Altersklasse. „Dies war mein erster Zehn-Kilometer-Wettkampf", freute sie sich. „Zwischendurch dachte ich, das schaffe ich niemals. Aber aufgeben kam für mich nicht in Frage. Mein Ziel, unter 70 Minuten zu bleiben, habe ich erreicht." 62:41 Minuten reichten neben Rang zwei in der AK 40 zum 18. Platz der Frauenwertung.

Katharina Krähling war noch schneller unterwegs. Für sie stoppte die Uhr im Ziel bei 53:58 Minuten, gleichbedeutend mit Rang sieben in der Altersklasse W35 und zwölf der Frauenwertung. Nadine Bieletzki kam auf 62:17 Minuten und wurde damit 16. der Frauenwertung (9./W35).

Auf der Strecke war auch ein künftiges Mitglied im Lauffreunde-Shirt zu finden, gemeldet aber noch unter dem Namen seines jetzigen Vereins. Ab dem 1. Januar wird Jonas Behrend für die Bönener an den Start gehen. Er lief den Zehner in 42:12 Minuten, wurde damit Elfter in der Männerwertung und Erster bei der U20.

Den 21. Steverlauf veranstaltete der ASV Senden. Die amtlich vermessene Strecke über zehn Kilometer verlief im Sportpark Senden entlang des Flusses Stever, wobei es am Schloss Senden vorbei ging. Danach wechselten die Läuferinnen und Läufer auf die andere Seite zum Dortmund-Ems-Kanal, wo es wieder Richtung Sportpark ging. Die Runde war etwa 2,4 Kilometer lang, sodass vier Runden und zudem eine Einführungsrunde absolviert werden mussten. Auch hier war Willingmann dabei. „Ein durchaus reizvoller Lauf", befand der Bönener. „Leider stellte sich bei mir nach der zweiten Runden im rechten Oberschenkel eine Muskelverkrampfung ein, die auf die Zeit ging, den Spaß aber nicht schmälerte." Es reichte mit 44:22 Minuten trotzdem zum Altersklassensieg (M55) und Platz 14 der Gesamtwertung. WA