Willingmann überrascht

LEICHTATHLETIK Lauffreunde zeigen sich in Husum und Dülmen

Bönen – Die Lauffreunde Bönen waren bei verschiedenen Volkslaufveranstaltungen am Start. Rebecca Vieregge und ihr Sohn Julian entschieden sich im Urlaub spontan zum Start über die 2,55-Kilometer-Distanz beim 38. Hafentagelauf in Husum. Die angebotenen Strecken reichten vom Kids-Lauf über 212 Meter über die Hafentagerunde (2,55 km) bis zu 5 km, 10 km sowie einer Staffel über 4 x 2,55 km. 900 Teilnehmende waren dabei.

Bei traumhaften Bedingungen – gefühlten 24 Grad und leichter Bewölkung – ging es für Mutter und Sohn gemeinsam auf die Strecke. Das historische Kopfsteinpflaster auf Teilen der Route erwies sich dabei als kleine läuferische Herausforderung. Bereits in der dritten Kurve zeigte Julian, dass in ihm mehr Tempo steckt – er zog an seiner Mutter vorbei. Für Julian war es die bislang längste Strecke, die er für die Lauffreunde absolviert hat. Er zeigte sich laut Mitteilung des Vereins mit seiner Leistung mehr als zufrieden.

Julian Vieregge kam in 14:48 Minuten auf Platz zwölf in der Klasse MJ U14 und damit Gesamtrang 22. Rebecca Vieregge (17:49 Minuten) wurde Zweite in der W40 – im Gesamtranking Platz 38.

Todt G. Willingmann stellte sich indes den 10 Kilometern (vier Runden à 2,4 Kilometer plus eine Stadionrunde) beim 11. Dülmener Wasserlauf. Nach einer eher ernüchternden Vorbereitung im Vorjahr wollte er es diesmal besser machen. Der Plan: Familienurlaub in Griechenland, dazwischen etwas Sport. Die Realität: ein Hundebiss direkt am Anfang des Urlaubs, gefolgt von Tetanusimpfung und Antibiotika – und damit ein abrupter Trainingsstopp.



Spontaner Start in Husum: Rebecca Vieregge und ihr Sohn Julian. LAUFFREUNDE BÖNEN



Todt G. Willingmann überraschte sich mit seinem Ergebnis beim Dülmener Wasserlauf selbst. LAUFFREUNDE BÖNEN

Knapp fünf Wochen ohne Training, anhaltende Knieprobleme, dazu Muskelkater von einem Testlauf am Vortag – die Ausgangslage war denkbar ungünstig. Willingmann rechnete mit einer Zielzeit zwischen 44 und 48 Minuten und hatte angesichts der Umstände sogar einen Abbruch nicht ausgeschlossen, falls die Knie nicht mitspielen sollten. Eine Top-3-Platzierung in der Altersklasse hielt er für unwahrscheinlich.

Bei kühlem, leicht regnerischem Wetter ging es pünktlich los. Der Bönener reihte sich bewusst zurückhaltend ein, um nicht zu früh einzubrechen – ein Plan, der aufging: In den ersten beiden Runden hielt er nicht nur mit, sondern machte sogar Plätze gut. Die gefürchteten Knieprobleme blieben zunächst aus.

Ab der dritten Runde machte sich die fehlende Kondition bemerkbar, doch Anfeuerungen von Bekannten an der Strecke gaben zusätzlichen Antrieb. Auf den letzten beiden Kilometern musste Willingmann schließlich einige Läufer ziehen lassen, er kämpfte sich aber durch.

Im Ziel stand eine Zeit von 44:28 Minuten, Platz drei in der M60 und Rang 40 bei den Männern – am oberen Ende der selbst gesteckten Erwartungen. Das Ergebnis in der Altersklassenwertung war sogar deutlich mehr, als er sich selbst zugetraut hatte. WA