Bestzeiten und Naturkulisse

LEICHTATHLETIK Lauffreunde-Aktive beim Westerwinkellauf und im Westfalenpark unterwegs

Bönen – Aktive der Lauffreunde Bönen zeigten ihr Können beim 37. Westerwinkellauf in Herbern und beim Westfalenparklauf in Dortmund. In Herbern lief Ingo Hanke die 5 km, Jonas Behrend absolvierte einen Doppelstart über 2,8 und 5 km.

Behrend setzte sich über die 2,8 km schnell an die Spitze und kam mit großem Vorsprung ins Ziel. Die Zeit von 9:33 Minuten bedeutete den Sieg in seiner Altersklasse, einen verbesserten



Jonas Behrend/Ingo Hanke
in Herbern

Vorjahreswert und als Preis einen kleinen Laufschuh-Pokal.

Nach einem Wechsel der Startnummern folgte der Lauf über 5 km. Das Tempo war von Beginn an hoch, doch Behrend kämpfte sich weit nach vorn und überholte kurz vor dem Ziel noch zwei Läufer. Mit einer persönlichen Bestzeit (17:36 Minuten) belegte er Platz sieben im Gesamtklassement und Rang zwei in der Altersklasse MJ U23.

Auch Ingo Hanke zeigte über die 5 km eine starke Leistung. Sein persönliches Ziel, die Distanz wieder unter 20 Minuten zu laufen, verpasste er nur um



Tatyana Ganushevich
in Dortmund

wenige Sekunden (20:12). Damit belegte er Platz 23 in der Gesamtwertung und Position vier in der Altersklasse M50.

Beim Westfalenparklauf mit Rennen über 2,5, 5 und 10 km mit elektronischer Zeitnahme und Führungsfahrrad war für die Lauffreunde Tatyana Ganushevich vertreten. Die Bönenerin absolvierte die 10 km, die in vier Runden durch den Park führten. Bei gutem Wetter genoss sie die Natur und lobte die gute Organisation. Trotz der Parkkulisse war die Strecke anspruchsvoll: Über die vier Runden hinweg sammeln sich einige Höhenmeter an. WA