

Liebe Läuferinnen und Läufer,  
in meiner letzten Läufer-Info sind unsere Volksläufer etwas zu kurz gekommen, deshalb hier eine Gesamtbetrachtung der derzeitigen Lage kurz vor dem letzten Lauf für den Nordhessencup in Liebenau-Niedermeiser am 15.Juli.

Wir kommen mit 21 Läuferinnen und -Läufern in die Cupwertung, im Vorjahr waren es 23.

Was hat sich zum Vorjahr verändert? Die jungen 1000-m-Teilnehmer Pia Gille und Rico Dörfel sind nicht mehr dabei, ebenso der wieder eingestiegene Willi Ludwig. Wegen seiner Knieprobleme musste Kurt Hofmann als „Vertreter der „langen Laufstrecke“ seine Läuferkarriere sicherheitshalber beenden. Ebenfalls nicht mehr angetreten sind seine Frau Christiane Ludwig, Andreas Olschewski, Andreas Fischer, Michael Möller und der verletzte Jörg Grebe. Das macht einen „Aderlass“ von 9 Personen aus. Insofern ist es mehr als erfreulich, dass 6 Personen neu hinzukamen und mit Joachim Ossig, unserem Abteilungsleiter, jemand zurückkam, der 2011 wegen Arthrose in den Knien zunächst ausscheiden musste.

Die „Neuen“ sind der junge Florian Potzkai, die Schwestern Julia und Jessica Brethauer, Bernd Gabel, ein Mehrkämpfer, der vom TSV Altmorschen zu uns kam, Moritz Knaust, der ältere Bruder von Marvin und Andrea Wenderoth, vom TSV Jahn Gensungen zu uns wechselnd.

Schon zum 21.Male läuft unsere „Lauf lady“ Sibylle Ebinger den Nordhessencup, Joachim Ossig zum 20., Walter Thein zum 19. und René Wildner auch schon zum 15.Male.

Kerstin Dippel und Martin Modes bevorzugen die Kombiwertung, um auf allen drei Laufstrecken mitgemacht zu haben. Und Walter Thein ist derzeit der letzte Vertreter aus einer glorreichen Zeit, als die 20-km-Strecke noch unsere Domäne war.

## **Nachtrag**

### **Süddeutsche Leichtathletik-Meisterschaften der Aktiven und Jugendlichen U18 in Heilbronn am 25./26.Juni**

Die angedachte Leistungssteigerung bei dieser großen Meisterschaft verblieb der jungen 16-jährigen Lynn Olson noch versagt, aber die „dünnere Luft“ dort hat sie schon mal geschnuppert. Die gleichaltrige Franziska Ebert machte ihre Sache recht gut.

Ihre Leistungen:

400 m:	WU18	Franziska Ebert	62,60 sec	10.Platz
800 m:	WU18	Lynn Olson	2:24:33 min	14.

## **Aktuelle Berichterstattung**

### **4.Strandfestlauf in Rotenburg am 1.Juli**

Wer gerne läuft, startet schon mal bei einer Veranstaltung, die etwas aus dem Rahmen fällt. Und das trifft auf den noch jungen Strandfestlauf durchaus zu, denn er führt auf einer interessanten 2,5 km langen Laufstrecke durch die historische Innenstadt und die Neustadt von Rotenburg, auch werden die Ergebnisse auf der 5- und 10-km-Strecke, weil amtlich vermessen, für die Bestenliste gewertet.

Lorenz Funck, der so gut wie keinen Lauf in unserer Region auslässt, nahm sich diesmal etwas mehr Zeit. Heike Banschbach hatte mal wieder ihre beiden Töchter dabei.

Unsere Leistungen:

5 km:	WU20	<b>Evamarie Banschbach</b>	24:44 min	1.Platz
	WU23	Ann-Katrin Banschbach	27:24	4.
	W50	<b>Heike Banschbach</b>	26:18	1.
	MU20	Lorenz Funck	20:20	2.
	M50	Martin Modes	24:39	3.

### **35. Wehlheider Volkslauf in Kassel-Wehlheiden (Buchenau-Kampfbahn) am 3.Juli**

Kleiner konnte unser Aufgebot für Wehlheiden eigentlich kaum sein; gerademal drei von uns gingen im Buchenau-Stadion neben der JVA an den Start. Das mag daran gelegen haben, dass unsere Nordhessencup-Läufer, von ganz wenigen Ausnahmen abgesehen, die erforderlichen Wertungsläufe bereits absolviert haben. Andererseits reizte den einen oder anderen die Teilnahme an dem Rotenburger Strandfestlauf zwei Tage zuvor.

Andrea Wenderoth, musste nur der Rotenburgerin Silke Altmann den Vortritt lassen. Auch Andreas Illing kam auf einen zweiten Platz.

Unsere Leistungen:

5 km:	MU14	Florian Potzkai	27:18 min	5.Platz
	M50	Andreas Illing	20:47	2.
	W50	Andrea Wenderoth	22:54	2.

### **16.Obervorschützer Volkslauf in Obervorschütz am 8.Juli**

Nur 277 Teilnehmer fanden sich zu diesem vorletzten Wertungslauf für den Nordhessencup am Freitagabend am Sportplatz in Obervorschütz ein. Das wird wohl nicht nur daran gelegen haben, dass die meisten Cup-Teilnehmer bereits ihre 6 bzw. 8 Wertungsläufe hinter sich hatten. Ich kann mir gut vorstellen, dass bei sommerlichen Temperaturen die im offenen Gelände liegende Wegstrecke bis zum Erreichen des Waldes am Obersten Holz eine abschreckende Wirkung gehabt haben könnte. Das könnten die Organisatoren zukünftig abstellen, indem sie den Lauf in das frühe Frühjahr oder in den Herbst legen würden.

Vielleicht hatten es unsere Teilnehmer unter diesen Umständen leichter, Klassensiege zu erlaufen, denn bis auf Moritz Knaust und Martin Modes kamen alle anderen 6 Läuferinnen und Läufer von uns zu Klassensiegen!

Till Steuber lag überraschenderweise vor Marvin Knaust, der sich wohl wegen seines tags darauf geplanten Einsatzes bei den Hessischen Jugendmeisterschaften zurückhielt. In der Seniorinnenklasse W50 kann Andrea Wenderoth ihre Konkurrentinnen an einer Hand aufzählen. Starke Leistungen lieferten wieder Marion Brethauer und René Wildner ab.

Ihre Leistungen:

5 km:	W50	<b>Andrea Wenderoth</b>	22:38 min	1.Platz
	MU16	<b>Till Steuber</b>	20:37	1.

	MU18	<b>Marvin Knaust</b>	21:13	1.
10 km:	WU20	<b>Evamarie Banschbach</b>	50:38	1.
	W45	<b>Marion Brethauer</b>	46:34	1.
	M20	Moritz Knaust	43:36	3.
	M45	<b>René Wildner</b>	40:01	1.
	M50	Martin Modes	53:23	5.

### **Hessische Jugendmeisterschaften U20/U16 in Bad Homburg am .9./10.Juli**

Christian Schulz kam zwar an seine persönliche Bestleistung aus dem Vorjahr (2:00,41 min) nicht ganz heran, immerhin kann er mit dem Platz unter den besten acht zufrieden sein. Für Marvin Knaust, der als 16-Jähriger gerade mal in die Jugendklasse MU16 aufgestiegen ist und der gegen bis zu drei Jahre ältere Konkurrenten anzutreten hatte, sprang ebenfalls keine Leistungssteigerung heraus. Er muss sich diesbezüglich auf das kommende Jahr konzentrieren.

Gleiches gilt auch für die gleichaltrige Lynn Olson, die eine ähnliche Laufleistung wie bei den Süddeutschen U18-Jugendmeisterschaften vor 14 Tagen verbuchen konnte.

Unsere Leistungen:

800 m:	MU20	Christian Schulz	2:01,27 min	7.Platz
(9.7.)		Marvin Knaust	2:09,53	17.
	WU20	Lynn Olson	2:24,96	5.

### **Vorschau**

15.7.16 NHC-Lauf in Liebenau-Niedermeiser (**letzter NHC-Lauf**)  
3.Niedermeiser Dorflauf (**Neu** bei Nordhessencup)

5 km: Start 18.25 Uhr

10 km: Start 19.00 Uhr

21 km: Start 18.30 Uhr

**kein Orga-Lauf**

23.7.16 SELC-Lauf in Niederurff  
9.Brückenlauf, Start/Ziel am Sportplatz

6 km: Start 15.30 Uhr

10 km: Start 16.30 Uhr (2 Runden)

20.8.16 Mittel- und Langstreckenabend in Borken (Blumenhain-Stadion)  
5.Lauf des Schwalm-Eder-Laufcups (SELC).

**Die Läufe werden gewertet für die Kreismeisterschaft und die Meisterschaft der Region Nord!**

2000 m Start 14.20 U14/16

3000 m Start 14.40 U16/20 + M15

5000 m Start 15.10 langsam

5000 m Start 15.50 schneller

5000 m Start 16.20 noch schneller

5000 m Start 16.50 am schnellsten

Bei der Meldung (Meldeschluss 13.Aug.) ist die mögliche Laufzeit mitzuteilen, damit eine Einteilung auf die jeweiligen Läufe vorgenommen werden kann.

Der 5000-m-Lauf zählt für den SELC

28.8.16 Traditioneller Meißner-Berglauf von Abterode hinauf auf den großen  
Parkplatz zur Ski-Loipe

***Hessische und nordhessische Berglauf-Meisterschaft***

3.9.16 27.Stafettenlauf Bad Liebenstein-Melsungen

Für 19 Personen, die am Freitag den 2.9. in unsere Partnerstadt anreisen  
wollen, hat Frank Dietrich die Betten für die Übernachtung bereits  
gebucht. Zu einem späteren Zeitpunkt wäre das Hotel ausgebucht  
gewesen.

18.9.16 Kassel-Marathon

Wer in Kassel an den Start gehen will, sollte es nicht versäumen, sich im  
Rahmen unserer Bad Liebenstein-Stafette die nötige Ausdauer zu  
erlaufen.

*Horst Diele*