

Liebe Läuferinnen und Läufer,
 nach dem Abschluss der drei nordhessischen Winterlaufserien steht nun fest, dass Evamarie und Heike Banschbach es tatsächlich fertigbrachten, bei allen Läufen in die Serienwertung zu gelangen. Gratulation für das beachtliche Durchhaltevermögen und den Mut, egal bei welchem Wetter, sich dem Starter zu stellen.

Die MT-Nachwuchsläufer machten verstärkt auf sich aufmerksam bei den zahlreichen Meisterschaftsläufen im Cross und den ersten Läufen auf der Straße. Und sie scheuten auch nicht den Vergleich mit den Besten in Deutschland bei den Deutschen Crosslauf-Meisterschaften in Herten.

Auch unsere Volksläufer sind am Ostersonntag traditionell in Rotenburg in die 31. Laufserie der Volksläufe für den Nordhessencup gestartet, und zwar mit viel Schwung und hoffnungsvollen Erfolgen.

Aktuelle Berichterstattung

32. Zurich-Marathon in Sevilla am 21. Februar

Unser „Marathon-Team“ zog es in das frühlingshafte Sevilla nach Spanien. Der von dem großen Versicherungskonzern Zurich veranstaltete Lauf, an dem sich über 12000 Läuferinnen und Läufer beteiligten und in den die spanischen Landesmeisterschaften integriert waren, fand auf dem „europaweit flachsten Laufkurs“ statt. Lutz Braun schwärmte geradezu davon und von dem angenehmen Wetter. Er lief dort seinen 95. Marathon und will in diesem Jahr, wahrscheinlich im September in Münster, den anvisierten 100. Lauf absolvieren. Unsere drei Melsunger blieben auf der Strecke stets beisammen und kamen nach gut 5 Stunden ans Ziel.

Ihre Leistungen:

Marathon:	M60	Gerhard Neidert	5:06:12 h	147. Platz
	M70	Jürgen Fischer	5:06:12	17.
		Ludwig Georg Braun	5:06:15	18.

Hessische Crosslauf-Meisterschaften in Diemelsee-Wirmighausen am 27. Februar

Unser MT-Nachwuchs schlug sich bei diesen Meisterschaften prächtig, trotz der großen Konkurrenz, denn den A-Jugendlichen gelang es nicht nur in der Einzelwertung durch Lorenz Funck, sondern auch in der Mannschafts-Wertung sämtliche nordhessischen „Gegner“, allen voran der PSV Grün-Weiß Kassel, hinter sich zu lassen. Glückwunsch!

Unsere Ergebnisse:

3000 m:	M14	Till Steuber	12:49 min	8. Platz
5000 m:	MU20	Lorenz Funck	17:35	7.
		Christian Schulz	18:03	9.
		Aaron Werkmeister	19:15	14.
		Marvin Knaust	19:20	15.
5000 m-Mannschaft:	MU20	MT	54:53	1. Platz

3000 m:	WU20	Lynn Olson	14:16	6.
		Franziska Ebert	15:12	7.
		Jessica Brethauer	17:57	8.
5000 m-Mannschaft:	WU20	MT	47:25	1.Platz

Deutsche Crosslauf-Meisterschaft in Herten am 5.März

Unsere A-Jugendlichen wurden bei den deutschen Crosslauf-Meisterschaften in der Mannschaftsmeisterschaft das beste hessische Team und das 10.beste in Deutschland! Was für ein großartiger Erfolg. Mit Lorenz Funck an der Spitze, der unter den hessischen Jugendlichen Zweitbester wurde, platzierte sich unser Team mit der Platzziffer 172, die sich aus der Summe der Einzelplatzierungen errechnet, zwei Plätze vor dem Team der hessischen Läuferhochburg SSC Hanau-Rodenbach.

Nach den drei Meisterschaftssiegen bei den Kreis-, den nordhessischen und den hessischen Crosslauf-Meisterschaften darf dieses Mannschafts-Ergebnis durchaus als das bedeutendste Ergebnis gewertet werden.

Unsere Ergebnisse im Einzelnen:

5.900 m Cross:	MU20	Lorenz Funck	21:19 min	28.Platz
		Christian Schulz	23:00	67.
		Aaron Werkmeister	24:15	77.
		Marvin Knaust	24:25	84.

5.900 m Cross-Mschft.:

MU20	MT	172 Punkte	10.Platz
	Lorenz Funck	28	
	Christian Schulz	67	
	Aaron Werkmeister	77	

33. Winterlaufserie in Breitenbach am 12. März (3. und letzter Lauf)

Wieder waren wir in Breitenbach mit einem großen Aufgebot vertreten und bis auf wenige Ausnahmen konnten sich alle bei diesem dritten und letzten Lauf noch einmal verbessern. Lorenz, Christian und Marvin liefen persönliche Bestzeiten. Und in der Serienwertung verbuchten wir drei Klassensiege. Das kann sich sehen lassen, vor allem der Gesamtsieg von Lorenz auf der 5-km-Strecke!

Unser Leistungen:

1 km:	MU16	Till Steuber	3:27 min	2.Platz
5 km:	WU20	Lynn Olson	21:48	1.
		Evamarie Banschbach	24:34	3.
	W50	Heike Banschbach	25:39	3.
	W60	Sibylle Ebinger	29:24	1.
	MU16	Maximilian Hartmann	23:58	2.
	MU20	Lorenz Funck	16:44	2. pB
		Christian Schulz	17:40	3. pB
		Marvin Knaust	18:30	4. pB
	M20	Moritz Knaust	19:08	1.
	M40	René Wildner	19:02	2.
	M60	Joachim Ossig	25:31	3.

10 km:	W50	Kerstin Dippel	55:45	2.
	M30	Michael Schaier	40:03	3.
	M50	Martin Modes	49:05	15.

Serienwertung:

1 km:	MU16	Till Steuber	11:02 min	2.Platz
5 km:	WU20	Lynn Olson	1:06:48 h	1.
		Evamarie Banschbach	1:13:42	2.
	W50	Heike Banschbach	1:17:14	2.
	MU16	Maximilian Hartmann	1:14:21	1.
	MU20	Lorenz Funck	51:11	1.
		Marvin Knaust	56:47	3.
10 km:	W50	Kerstin Dippel	2:51:06	3.
	M30	Michael Schaier	2:02:43	3.

42. Winterlaufserie in Weimar-Ahnatal am 13. März (5. und letzter Lauf)

Sie haben durchgehalten und am Ende alle einen zweiten Platz erlaufen.

Ihre Leistungen:

5 km:	WJ20	Evamarie Banschbach	26:06	2.Platz
	W50	Heike Banschbach	27:01	2.
	M40	Andreas Illing	20:27	3.

Serienwertung:

5 km:	WJ20	Evamarie Banschbach	2.Platz
	W50	Heike Banschbach	2.
	M40	Andreas Illing	2.

Nordhessische Straßenlauf-Meisterschaften in Frankenberg am 20. März im Rahmen des 38.Frankenberger Straßenlaufs

Schon seit 1974 veranstaltet der TSV Frankenberg Straßenläufe, zunächst auf der damals beliebten 25-km-Distanz. Auf einer schnellen Strecke, in die sogar die Bundesstraße 253 mit einbezogen war, fanden 1978 die deutschen 25-km-Straßenlauf-Meisterschaften statt, bei denen Karl Fleschen (Bayer 04 Leverkusen) den heute noch gültigen deutschen Rekord mit 1:13:56 h aufstellte. Auch 1983 fand die deutsche 25-km-Meisterschaft dort statt.

Am 19.Oktober 1986 lief unser Matthias Rüdiger dort bei den hessischen 25-km-Straßenlauf-Meisterschaften mit 1:23:11 h Vereinsrekord und Horst Schubert wurde in der Seniorenklasse M50 mit 1:28:28 h hessischer Vizebester!

Seit 2000 werden bei den Frankenberger Straßenläufen nur noch die kürzeren 5-km und 10-km angeboten, derzeit auf einem flachen 2 km langen Rundkurs.

Im Vordergrund stand für unsere Nachwuchsläufer ein Sieg auf der 10-km-Strecke in der Mannschaftswertung, wie schon bei den hessischen Crosslauf-Meisterschaften in Wirmighausen. Doch zu dem erwarteten Zweikampf mit dem PSV Grün-Weiß Kassel kam es nicht, weil die „Grün-Weißen“ niemanden gemeldet hatten. Immerhin mussten Christian Schulz und Marvin Knaust erstmals auf der für sie ungewohnt langen 10-km-Strecke antreten. Für Lorenz Funck war das kein Problem, der hat schon längere Strecken gelaufen, vor Jahren schon mit uns Jedermännern, was sich nun auszahlt.

Und Lorenz lief ein gutes Rennen und konnte seine Bestleistung aus dem Vorjahr (34:50) auf 34:32 min steigern. Damit wurde er nordhessischer Vizemeister. Und Lorenz hat die bisherige Jahresbestmarke von Vereinskamerad Daniel Schmoll, der am 6.2.2016 in Rodgau 34:46 min vorgelegt hatte, verbessert, ist also derzeit unser Schnellste. Aber bis zu dem von Daniel gehaltenen Kreisrekord, den er am 14.5.2000 in Kassel mit 33:17 min aufstellte, muss sich Lorenz noch verbessern.

Für den erst 15-jährigen Marvin sorgte dessen älterer Bruder Moritz als Tempomacher. Dennoch: Christian und Marvin sollten das Laufen auf längeren Strecken im Training nicht vernachlässigen, damit sie zukünftig Lorenz folgen können.

Eine weitere persönliche Bestmarke sprang für Till Steuber heraus; er war bisher seit 2013 mit 20:59 min notiert.

Ihre Leistungen:

10 km:	MU20	Lorenz Funck	34:32 min pB	2.Platz
		Christian Schulz	38:32	7.
		Marvin Knaust	40:20	9.
10-km-Mschft.:	MU20	MT	1:53:24 h	1.
		(Funck, Schulz, Knaust)		
10 km:	M20	Moritz Knauf	40:20 min	5.Platz
	M50	Andreas Illing	41:45	5.
5 km:	M14	Till Steuber	20:33 pB	3.

38.Oster-Volkslauf in Rotenburg am 26.März

Unser 17-köpfiges Aufgebot konnte sich auch schon mengenmäßig sehen lassen, hinzu kamen dann noch drei Klassensiege. Der tags zuvor am Karfreitag von unserer Abteilung schon seit über 40 Jahren durchgeführte Himmelsberglauf beißt sich leider mit dem Rotenburger Osterlauf, sonst wären wir noch stärker vertreten gewesen. Dass man dennoch an beiden Läufen teilnehmen kann, bewiesen Kerstin Dippel, sie lief am Karfreitag etwa 8 km und Walter Thein sowie Michael Schaier, die die gesamte Strecke von 30 Kilometern absolviert hatten. Walter gewann trotzdem seine Seniorenklasse M55 auf der 18-km-Strecke, während Michael es auf der 10-km-Strecke zu spüren bekam. An seiner Laufzeit kann man das erkennen.

Auf die lange 18-km-Strecke trauten sich nur Kerstin Dippel und Walter Thein, beide auf derartigen Strecken sehr erfahren. Früher war diese Strecke das Aushängeschild unserer Abteilung. Nach den Knieproblemen, die Kurt Hofmann derzeit hat, bin ich mal gespannt, wer sich von unseren Läuferinnen und Läufer über 20 km „durchbeißen“ wird.

Einen großartigen Einstand für unsere Vereinsfarben gab Andrea Wenderoth mit ihrem Klassensieg in der W50 auf der 10-km-Strecke. Und Till Steuber scheint nach einer Phase des leistungsmäßigen Stillstands wieder in Schwung zu kommen. In seiner neuen Altersklasse MU16 holte er sich überlegen den Klassensieg.

Unsere Ergebnisse:

5 km:	WU16	Julia Brethauer	30:54 min	6.Platz
	WU20	Jessica Brethauer	29:30	4.
	W65	Sibylle Ebinger	29:44	2.
	MU16	Till Steuber	21:03	1.

	MU18	Marvin Knaust	18:56	2.
	M45	Alexander Schmidt	21:46	3.
	M50	Andreas Illing	20:06	2.
	M55	Bernd Gabel	24:18	7.
	M60	Joachim Ossig	26:24	10.
10 km:	W50	<i>Andrea Wenderoth</i>	48:31	1.
	M20	Moritz Knaust	42:26	2.
	M30	Michael Schaier	46:47	2.
	M50	Michael Möller	51:13	5.
		Martin Modes	51:24	6.
	M55	Uwe Tomaselli	46:48	3.
18 km:	W50	Kerstin Dippel	1:51:48 h	4.
	M55	<i>Walter Thein</i>	1:26:31	1.

Vorschau

- 2.4.16 NHC-Lauf in Warburg
5 km: Start 13.45 Uhr
10 km: Start 14.35 Uhr
21,5 km: Start 14.45 Uhr
- 2.4.16 Drei-Berge-Lauf in Dodenhausen
13,7 km: Start 13.00 Uhr
26,2 km: Start 13.00 Uhr
- 9.4.16 NHC-Lauf in Kaufungen.
5,4 km: Start 16.10 Uhr
10,4 km: Start 17.00 Uhr
19,8 km: Start 16.15 Uhr
Orga-Lauf: **8.4.** um 18.00 Uhr
- 16.4.16 NHC-Lauf in Körle
5 km: Start 16.35 Uhr
10 km: Start 16.40 Uhr
18,9 km: Start 16.30 Uhr
Orga-Lauf: **13.4.** um 18.00 Uhr
- 17.4.16 Bilstein-Marathon (42,5 km) in Kleinalmerode
mit Halbmarathon (21,1 km) und Supermarathon (64,5 km)
Start Supermarathon: 7.30 Uhr
Start Marathon: 10.00 Uhr
Start Halbmarathon: 10.30 Uhr

Horst Diele