

LSF

Zwischenzeit



Heft 51 • Februar 2003 • 13. Jahrgang

8. März 1988
8. März 2003

Jubiläum: 15 Jahre Laufsportfreunde Münster

In dieser Ausgabe:

- Vereins-Chronik 1988 bis 2003
- Silvesterlauf, Krummer-See-Lauf,
Marathon in Arolsen, Schnatlauf, Eselstour
- Startkatalog
- Vereinsbestenliste 2002



**Münster im
Marathon-Fieber:
14. September 2003**

Erleben Sie auch als Kunde und Mitglied unserer Bank das besondere Flair, das mehr als 4.200 Läufer und 50.000 Zuschauer bei der Premiere unseres Volksbank-Münster-Marathons in den Bann gezogen hat. Freuen Sie sich mit uns gemeinsam auf die Neuauflage am 14.09.2003.

*Wir machen
den Weg frei*

www.volksbank-muenster.de
www.volksbank-muenster-marathon.de

**Volksbank
Münster eG**



Laufsportfreunde schauen auf 15 erfolgreiche Jahre zurück

Daten - Fakten - Ereignisse - Erfolge

08.03.1988

Der Verein „Laufsportfreunde Münster e.V.“ mit Horst Helmerich als erstem Vorsitzenden und 16 weiteren Mitgliedern wird gegründet. *(Übrigens: Am Gründungstag unseres Vereins erblickte auch Hannah Holtkötter das Licht der Welt. Das Vereinsmitglied kann nun ihren 15. Geburtstag zusammen mit dem LSF feiern.)*



*Gehörte zu den Gründungsmitgliedern:
Matthias Pick*

08.05.1988

Erstmals nehmen 17 Läufer und Läuferinnen unter dem Namen LSF Münster am 25-km-Lauf in Berlin teil. Als schnellster von ihnen erreicht Jürgen Tetzlaff in 1:31:19 das Ziel, die schnellste Frau ist Hildegard Durynek mit 2:02:47. (Die Teilnahme an dieser Laufveranstaltung ist bis heute fester Bestandteil im Vereinsleben der Laufsportfreunde geblieben und gehört für die meisten zum Pflichtprogramm bei der Vorbereitung auf den ersten Marathon. Ein Jahr später zum ersten Mal in einheitlicher Vereinskleidung).

09.10.1988

Der Name LSF erscheint erstmals auch im Teilnehmerfeld des Berlin-Marathons. Schnellster Finisher unter unseren Läufern ist auch diesmal Jürgen Tetzlaff mit 2:43:16. Schnellste Frau ist Hildegard Durynek mit 3:52:20.

31.12.1989

Erster internationaler Silvesterlauf der Laufsportfreunde Münster am Aasee! Beim gelungenen Debüt erreichen 525 Teilnehmer das Ziel.

30.09.1990

23 Mitglieder unseres Vereins sind dabei, als beim historischen und bis dahin größten Berlin Marathon 25.000 Teilnehmer zum ersten Mal nach dem Fall der Mauer durch das Brandenburger Tor laufen.

Oktober 1990

Die erste Ausgabe unserer Vereinszeitung erscheint.

27.04.1991

Zum ersten Mal nehmen sechs Athleten unseres Vereins an den Deutschen Marathonmeisterschaften in Oelde teil. Es sind Egon Roth, Ewald Fikus, Ulli Budde, Renate Müller, Ruth Lutz und Hildegard Durynek. Mit dem dritten Platz in der Mannschaftswertung der Seniorinnen erringt das Damenteam die erste Medaille in der Vereinsgeschichte!

05.10.1991

Auch Feste und Feiern gehören zum Vereinsleben. Ein alljährliches Sommerfest, das bei der Auftaktveranstaltung in der Tanzschule Driese noch ein „Herbstfest“ war, wird fester Programmpunkt im LSF-Veranstaltungskalender.

11.-13.09.1992

Eine 15-köpfige Gruppe nimmt am ersten LSF-Erlebniswochenende in Arolsen/Twistesee teil. Sport und Geselligkeit stehen hier auf der Tagesordnung.

19.09.1992

Die Laufsportfreunde haben eine deutsche Meisterin: Renate Müller gewinnt die Deutschen Marathonmeisterschaften in Herxheim in der Altersklasse W45 (3:16:04). Supererfolg auch für Hildegard Durynek (3:33:35). Sie gewinnt die Silbermedaille in der Altersklasse W55! Mit Brigitte Ziegler und Ruth Lutz belegt das LSF-Team in der Mannschaftswertung der Seniorinnen den 2. Platz.

18.04.1993

Bei den Deutschen Marathonmeisterschaften in Hannover bleibt der erhoffte Medaillensegen trotz guter Zeiten aus. Schnellster Läufer ist hier Thomas Fabian mit 2:37:53, schnellste Frau Brigitte Ziegler mit 3:12:16. Beste Platzierung: Renate Müller (3:13:23) 5. W45; Hildegard Durynek (3:29:51) 5. W55. Mannschaftswertung Seniorinnen ebenfalls 5. Platz!

06.06.1993

Die erste Mixed-Mannschaft gewinnt mit Ute Eckenbach, Ruth Lutz, Anne Holtkötter, Renate Müller, Ewald Fikus, Hans-Werner Stöcker, Antonio Henrique und Paolo Henrique die traditionsreiche Lette-Lette-Staffel.

23.10.1993

Westfälischer Friedensweglauf von Osnabrück nach Münster unter außergewöhnlich großer LSF-Beteiligung. Als einzige Frau unseres Vereins lief Hildegard Kerkhoff die gesamte Distanz von über 70 km.



14.11.1993

Die Teilnahme am New York Marathon gewinnt auch bei unseren Läufern und Läuferinnen an Beliebtheit. 13 Vereinsmitglieder gehen in diesem Jahr bei jenem spektakulären Laufereignis an den Start (Schnellste von ihnen: Renate Müller mit 3:17:54).

19.03.1994

Bei den Westdeutschen Marathonmeisterschaften in Steinfurt belegt das Team Ruth Lutz, Renate Müller, Anne Holtkötter den 1. Platz in der Mannschaftswertung der Frauen und wird damit Westdeutscher Meister.

15.05.1994

Silber bei den Deutschen! Auf der Halbmarathonstrecke bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften in den Straßenläufen in Bertlich belegen Brigitte Ziegler, Renate Müller und Ruth Lutz den 2. Platz im Mannschaftswettbewerb der AK W40/W45.



17.05.1994

Trendwende in der Vereinsstruktur! Die außerordentliche Mitgliederversammlung beschließt eine Satzungsänderung. Der geschäftsführende Vorstand wird auf 7 Mitglieder erweitert. Damit gewinnen neben dem Breitensport auch die Jugendarbeit und der Wettkampfsport die verdiente Anerkennung im Verein. Die Förderung der Jugendarbeit wird durch die Einführung eines ermäßigten Beitragssatzes für Jugendliche und eines Familienbeitrags unterstützt.

Heute noch dabei: Christian Vogel und Tobias Korber.

05.06.1994

Die traditionsreiche Lette-Lette-Staffel gewinnt diesmal die erfolgsgewohnte Frauenmannschaft des LSF mit riesigem Vorsprung ganz souverän mit Brigitte Ziegler, Ute Eckenbach, Renate Müller, Anne Holtkötter, Dagmar Großmann, Ruth Lutz, Maria Weißling, Marlies Sprenger.



03.09.1994

Beteiligung der Laufsportfreunde am Trimm-Festival der Stadt Münster.

23.10.1994

Wieder Silber bei den Deutschen Marathon-Meisterschaften in Frankfurt: In der Mannschaftswertung der Seniorinnen belegten Brigitte Ziegler, Renate Müller und Ruth Lutz den 2. Platz.

30.04.1995

Silbermedaille bei den Deutschen Marathon-Meisterschaften in Hamburg: Renate Müller wird Deutsche Vizemeisterin in der AK W 45! In der Mannschaftswertung der Seniorinnen erringt das Team Renate Müller, Ruth Lutz, Brigitte Ziegler Bronze.

08.04.1995

Die Ultra-Langstreckenläufer machen mehr und mehr von sich reden: Martin Braun (3:54:37), Hildegard Kerkhoff (4:29:16, 9. W 40) und Thomas Düking (4:39:02) starten bei der 1. Int. Deutschen Meisterschaft der DUV im 50 km-Ultramarathon in Hanau-Rodenbach.

11.06.1995

Überragender Sieg der Frauenmannschaft bei der Lette-Lette-Staffel: Dagmar Okoro, Renate Müller, Brigitte Ziegler, Marlies Sprenger, Ruth Lutz, Anne Holtkötter, Ute Eckenbach, Maria Weßling verbessern ihren eigenen Streckenrekord des Vorjahres und kassieren die Prämie.

23.07.1995

Renate Müller holt Gold und Silber bei den Senioren-Leichtathletik-Weltmeisterschaften in Buffalo/USA im Marathonlauf (3:09:42) mit dem 1. Platz der Deutschen Mannschaft Frauen W 40 und dem 2. Platz in der Einzelwertung W 45.

29.07.1995

Unter aufmunterndem Kommentar des heutigen ZDF-Sportstudio-Chefs Wolf-Dieter Poschmann erläuft die Damenmannschaft mit Ute Eckenbach, Anne Holtkötter, Ruth Lutz, Marlies Sprenger und Brigitte Ziegler den Sieg bei der 5X10 km-Staffel in Rheine.

02.09.1995

Beim 10x10 km Staffellauf in Rheine-Elite stellt die LSF Frauenmannschaft ihre Leistungsstärke eindrucksvoll unter Beweis. In der Zeit von 7:02:47 Std. belegen sie den 1. Platz bei den Frauen-Staffeln, stellen einen neuen Streckenrekord auf und erobern sich damit Platz 3 in der Deutschen Bestenliste und Platz 4 in der Weltbestenliste!

16.09.1995

Hildegard Kerkhoff läuft als erste Frau der LSF 100 Kilometer beim 100 km-Weltcup in Winschoten in 10:47:31 Std. (9. W40); Peter Samulski belegt hier mit 7:54:09 den 2. Platz in der M 50.

Oktober 1995

Walking wird neu ins Sportangebot der Laufsportfreunde aufgenommen.

Februar 1996

Unsere Vereinszeitung hat einen Namen. Nach einer Umfrage-Aktion im Verein erscheint sie ab jetzt unter dem Namen „LSF Zwischenzeit“.

15.06.1996

Mit dem 1. LSF-Straßenlauf wird die Laufszene im Münsterland um ein attraktives Angebot bereichert, da hier mit Ausnahme der Marathondistanz nahezu alle nennenswerten Strecken angeboten werden: 3 km (nur für Schüler), 5 km, 7,5 km, 10 km, 15 km und Halbmarathon.

29./30.06.1996

Brigitte Ziegler belegt bei den Veteranen-Weltmeisterschaften im Straßenlauf in Brügge den 2. Platz in der Mannschaftswertung über 10 km und den 3. Platz in der Mannschaftswertung über 25 km.

27.07.1996

Europameisterschaften in Malmö: Gottfried Schäfers, Marathon, 12. M55 in 3:06:19.

29.09.1996

LSF-Teilnehmer-Rekord bei den Deutschen Marathonmeisterschaften in Berlin: sage und schreibe 43 Mitglieder unseres Vereins erreichen das Ziel!

19.10.1996

Brigitte Ziegler wird Deutsche Meisterin. Bei den Deutschen Meisterschaften im 100 km Straßenlauf in Hanau-Rodenbach gewinnt sie in der AK W 45 mit 8:55:37 Std.

Dezember 1996

Einführung einer vereinsinternen Rangliste auf der Grundlage der sogenannten „Spiridon-Wertung“.

02.03.1997

Die Jugendabteilung nimmt erstmalig an Deutschen Meisterschaften teil! Bei den Deutschen Crossmeisterschaften in Gotha starten über 3,3 km Bastian Bathen, Sebastian Mönninghoff, Tobias Korber, Rafael Droste zu Vischering und Christian Vogel.

06.07.1997

Europameisterschaften in Den Haag: Brigitte Ziegler wird 5. in der AK W45 auf der Halbmarathondistanz in 1:27:44.

16.08.1997

Deutsche Meisterschaften 100 km in Leipzig: Werner Driese 11. M40 über 100 km in 9:55:10.

06.09.1997

Wieder Gold für Brigitte Ziegler: In Rheine-Elte siegt sie bei den Deutschen Meisterschaften im 50 km-Straßenlauf in der AK W45 in 3:46:15.

05.10.1997

Die bislang größte Gruppe von Marathonis aus den Reihen des LSF startet beim 1. Ford Köln-Marathon – insgesamt 60 Vereinsmitglieder erreichen das Ziel. Schnellste Läuferin ist Brigitte Ziegler in 3:01:22, schnellster Läufer Michael Geske in 2:52:51. Novum in der Vereinsgeschichte: zwei Busse wurden organisiert, um uns eine unbeschwerte An- und Abreise zu beschaffen.

Dezember 1997

Weihnachtsfeier in der Gaststätte „Lohmann“ mit 120 Teilnehmern.

31.12.1997

9. Internationaler Silvesterlauf 5 km; 10 km; 5 km Walking; mit über 1.200 Teilnehmern.

14.03.1998

3. LSF-Straßenlauf 3 km; 5 km; 7,5 km; 10 km; 15 km; Halbmarathon; 10 km Walking; mit neuem Teilnehmerrekord.

26.03.1998

10. Ordentliche Mitgliederversammlung in der Gaststätte „Lohmann“ mit 56 Mitgliedern.

Die Wahl des Geschäftsführenden Vorstands wurde erstmals auf Antrag und mehrheitlicher Zustimmung als Listenwahl durchgeführt: 1. Vorsitzender: Jürgen Grote; 2. Vorsitzender: Dirk Fahrenhorst; Schatzmeister: Dieter Raestrup; Sportwart: Jürgen Sieme; Breitensportwart: Lothar Sohn; Jugendwart: Michael Holtkötter; Schriftführerin: Hildegard Busch.

30.04.1998

10-jähriges LSF-Jubiläumsfest mit 180 Personen im „Gräftenhof“, Mühlenhof. Horst Helmerich erhielt die 1. Ehrenmitgliedschaft des Vereins für seine langjährige verdienstvolle Tätigkeit als 1. bzw. 2. Vorsitzender sowie für sein unermüdliches Engagement.



Sommer 1998

Die 3. Generation des Vereinstrainingsanzugs, ein blauer „Diadora“-Anzug, wird eingeführt. In den Vereinsräumen des FC Gievenbeck, Hensenstraße, mietet der LSF eine „Kleiderkammer“. Kleiderwartin: Magdalene Bittner.

15.08.1998

Anlässlich des Jubiläumsjahres „350 Jahre Westfälischer Frieden“ veranstaltet der LSF erneut einen Friedenslauf auf dem „Westfälischen Friedensweg X 1648“ vom Rathaus Osnabrück zum Rathaus Münster.

19.09.1998

Verl; Westdeutsche Meisterschaften HM: Brigitte Ziegler 1. W45 in 1:26:10; Ruth Lutz 2.W45 in 1:31:00; Mannschaft mit Anne Holtkötter (1:31:54) 1. Platz Mannschaft Frauen in 4:29:03.

03.10.1998

Der diesjährige „Schnatlauf rund um Münster“ über ca. 55 km wird vom LSF als Spendenlauf für den „Verein zur Förderung spastisch gelähmter und anderer körperbehinderter Kinder e.V.“ durchgeführt und erbringt 651 DM.

17.10.1998

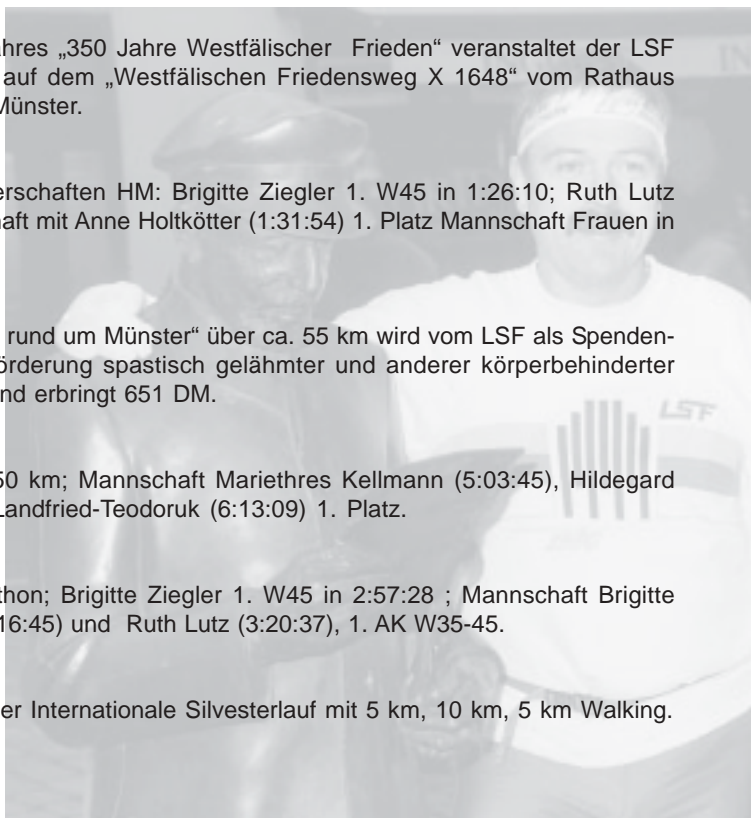
Schwäbisch-Gmünd; DM 50 km; Mannschaft Mariethres Kellmann (5:03:45), Hildegard Kerkhoff (5:22:35), Helga-Landfried-Teodoruk (6:13:09) 1. Platz.

25.10.1998

Frankfurt/ Main; DM Marathon; Brigitte Ziegler 1. W45 in 2:57:28 ; Mannschaft Brigitte Ziegler, Anne Holtkötter (3:16:45) und Ruth Lutz (3:20:37), 1. AK W35-45.

31.12.1998

Nun schon zum 10. Mal: Der Internationale Silvesterlauf mit 5 km, 10 km, 5 km Walking.



13.03.1999

4. LSF-Straßenlauf 3 km (nur Schüler); 5 km; 7,5 km; 10 km; 15 km; HM; erstmals 10 km Walking.

24.03.1999

11. Ordentliche Mitgliederversammlung in der Gaststätte „Lohmann“ mit 70 Teilnehmern. Durch Listenwahl wurden in den Geschäftsführenden Vorstand gewählt: 1. Vorsitzender: Jürgen Grote, 2. Vorsitzender: Dirk Fahrenhorst, Schatzmeister: Dieter Raestrup, Sportwart: Jürgen Sieme, Breitensportwart: Werner Driese, Jugendwart: Michael Holtkötter, Schriftführer: Peter Samulski.

27.03.1999

Xanten; DM HM; Rita Lanwer 3.W40 in 1:23:51; Brigitte Ziegler 2. W45 in 1:26:31.

Bei den gleichzeitig gewerteten Westdeutschen Meisterschaft erreichten beide dieselben Plätze und mit Anne Holtkötter (1:31:15) in der Mannschaft den 1. Platz. Bei den 15 km erreichten Tobias Korber, Bastian Bathen und Sebastian Mönninghoff in 2:54:14 den 3. Platz bei der A-Jugend.

10.04.1999

Troisdorf; DM 100 km; Peter Samulski 2. M60 in 8:28:37; Hildegard Kerkhoff 2. W45 in 9:48:59; Mariethres Kellmann 2. W50 in 10:42:25; Hildegard Durynek 3. W55 in 12:03:40; Mannschaft ab W 35 2. Platz in 32:35:04. In der Wertung für die Westdeutschen Meisterschaft erreichten Peter Samulski, Hildegard Kerkhoff, Mariethres Kellmann, Hildegard Durynek jeweils den 1. Platz und die drei Damen den 1. Platz in der Mannschaft. Außerdem Michael Geske 1. M40 in 8:13:28; Annette Schwarzkopp 1. W40 in 12:28:07.

25.04.1999

Hamburg; DM Marathon; Brigitte Ziegler 1. W45 in 2:59:34; Brigitte Ziegler, Anne Holtkötter (3:13:22); Ruth Lutz (3:17:12) 3.Platz in der Mannschaft W35-45 in 9.30:29.

30.05.1999

Duisburg; Westdeutsche Marathonmeisterschaft Michael Geske, Stanislaw Bartusiak; Hans-Werner Stöcker 2. Platz Mannschaft M40–45 in 10:12:19.

27.08.1999

Sommerfest in der „Gartenlaube“, Kanalstraße

13.11.1999

Rodenbach/ Hanau; DM 50 km; Brigitte Ziegler 1. W45 in 3:43:11; Anne Holtkötter 1. W40 in 4:03:22, Mariethres Kellmann 3. W50 in 4:12:59.

04.12.1999

Weihnachtsfeier im „Haus Ordning“ in Albachten.

31.12.1999

11. Internationaler Silvesterlauf 5 km; 10 km; 5 km Walking; mit neuer Rekordbeteiligung von 1.225 Teilnehmern.

Chronik

11.02.2000

Der LSF dankt erstmals seinen freiwilligen Helfern beim Silvester- und Straßenlauf mit einer „Helferparty“ bei „Lohmann“.

11.03.2000

5. LSF-Straßenlauf 3 km; 5km; 10 km; 7,5 km; 10 km; 15 km; HM; 10 km Walking.

25.03.2000

Freiburg; DM HM; Brigitte Ziegler 2.W50 in 1:27:35; Brigitte Ziegler, Rita Lanwer (1:24:53), Christiane Graeber (1:27:35) 2. Platz Mannschaft W35 und älter.

28.03.2000

12. Ordentliche Mitgliederversammlung in der Gaststätte „Lohmann“ mit 43 Teilnehmern. Im Geschäftsführenden Vorstand: 1. Vorsitzender: Jürgen Grote; 2. Vorsitzende: Mariethres Kellmann; Schatzmeister: Dieter Raestrup; Sportwart: Jürgen Sieme; Breitensportwart: Werner Driese; Jugendwart: Michael Holtkötter; Schriftführer: Peter Samulski. Brigitte Ziegler wird mit dem „Goldenen Laufschuh“, Ruth Lutz und Jürgen Sieme mit dem „Silbernen Laufschuh“ und Anne Holtkötter mit dem „Bronzenen Laufschuh“ ausgezeichnet.

30.04.1000

Duisburg, DM Marathon; Brigitte Ziegler 1. W50 in 3:04:31; Hannelore Horst 3. W50 in 3:11:09; 2. Platz Mannschaft W35 und älter mit Brigitte Ziegler, Hannelore Horst, Mariethres Kellmann (3:26:08).

19./ 20.08.2000

Kevelaer; DM der Senioren II; Brigitte Ziegler 1. W50 über 5.000 m in 19:41, über 1.500 m 2. W50 in 5:45.

26.08.2000

Sommerfest in den Vereinsräumen des 1. FC Gievenbeck.

27.08.2000

Arnsberg; Westdeutsche Meisterschaft 100 km; Michael Geske 1. M40 in 8:11:29; Werner Driese 1. M45 in 10:55:29.

29.08.2000

Christa Braun wird das 400. Vereinsmitglied.

17.09.2000

Wegberg; Westdeutsche 10 km; Brigitte Ziegler 1. W50 in 39:43.

15.10.2000

Kurz vor seinem 73. Geburtstag verstarb nach kurzer schwerer Krankheit der Gründer unseres Vereins, Horst Helmerich.

November 2000

Die neue Internetadresse des Vereins lautet: www.lsf-muenster.de

04.11.2000

Koblenz; Westdeutsche Berglaufmeisterschaften; Brigitte Ziegler 1. W50 über 7 km in 37:09.

15.12.2000

Weihnachtsfeier im „Kolping-Tagungshotel“, Aegidiistraße, mit neuer Rekordbeteiligung von 140 Personen.

31.12.2000

12. Internationaler Silvesterlauf 5 km; 10 km; 5 km Walking mit neuer Rekordbeteiligung von 1.342 Teilnehmern.

10.03.2001

6. LSF-Straßenlauf 3 km (nur Schüler); 5 km; 7,5 km; 10 km; 15 km; HM; 10 km Walking; mit neuer Rekordbeteiligung von 1.045 Teilnehmern.

21.03.2001

13. Ordentliche Mitgliederversammlung im „ABC-Schützenhof“ mit 69 Teilnehmern. Durch Listenwahl wurden in den Geschäftsführenden Vorstand gewählt: 1. Vorsitzender: Jürgen Grote; 2. Vorsitzende: Hildegard Kerkhoff; Schatzmeister: Dieter Raestrup; Sportwart: Jürgen Sieme; Breitensportwart: Werner Driese; Jugendwart: Michael Holtkötter; Schriftführer: Peter Samulski.

24.03.2001

Marburg; DM 50 km; Hannelore Horst 1. W50 in 4:01:21.

Juli 2001

Brisbane/ Australien; WM der Senioren; Brigitte Ziegler 1. W50 über 10.000 m in 40:25,40; 1. W50 im Marathon in 3:11:46; 3. W50 im Cross über 8 km; Bernhard Kreienbaum Silbermedaille mit der deutschen Mannschaft (M55) im Marathon; Gottfried Schäfers Silbermedaille mit der deutschen Mannschaft (M60) im Marathon.

26.08.2001

Arnsberg; Westdeutsche Meisterschaften 100 km; Michael Geske 3. Gesamt in 8:46:22.

01.09.2001

Sommerfest in der Gartenanlage „Münsterblick“.

15.09.2001

Dorsten; Westdeutsche Meisterschaften 10 km Straße; Anne Holtkötter 2. W40 in 41:14.

23.09.2001

Troisdorf; DM 10 km Straße; Rita Lanwer 2. W45 in 39:25.

28.10.2001

Frankfurt/ Main; DM Marathon; Brigitte Ziegler 1. W50 in 3:07:08; Hannelore Horst 2. W50 in 3:11:33; Hildegard Durynek 2. W65 in 4:02:41; alle drei zusammen 1. Platz Mannschaft W45 und älter; Eva Kammer (3:11:26); Anne Holtkötter (3:17:29); Ute Eckenbach (3:20:33)

2. Platz Mannschaft W35/40; Andreas Krämer (2:57:58); Hans Reimann (2:58:06); Michael Holtkötter (3:25:56) 2. Platz Mannschaft M 45.

01.12.2001

Weihnachtsfeier im „Kolping-Tagungshotel“. Erstmals werden mit Silke Driese und Paul Gärtner die Vereinspersönlichkeiten des Jahres 2001 gewählt.

31.12.2001

12. Internationaler Silvesterlauf 5 km; 10 km; 5 km Walking; mit neuer Rekordbeteiligung von 1.348 Teilnehmern.

09.03.2002 7. LSF-Straßenlauf 3 km; 5 km; 10 km (zugleich 1. Active Frühjahrslauf); HM (zugleich Münsterland- und Kreismeisterschaften); 10 km Walking; mit neuer Rekordbeteiligung von 1.360 Teilnehmern.

20.03.2002

14. Ordentliche Mitgliederversammlung im „Brauhaus am Kanal“ mit 56 Teilnehmern. Im Geschäftsführenden Vorstand: 1. Vorsitzender: Michael Geske; 2. Vorsitzende: Hildegard Kerkhoff; Schatzmeister: Dieter Raestrup; Sportwart: Jürgen Sieme; Breitensportwart: Werner Driese; Jugendwart: Michael Holtkötter; Schriftführer: Peter Samulski; Pressewart: Thomas Braun (erstmalig); Walkingwartin: Marlen Watty (erstmalig) .

27.03.2002

Scholten; DM HM; Hannelore Horst 3. W50 in 1:30:34.

24./25.05.2002

Riccione/ Italien; EM HM; Brigitte Ziegler 3. W50 in 1:34:04.

13.07.2002

Sommerfest im „Brauhaus am Kanal“ mit 98 Teilnehmern.

31.08.2002

Rheine-Elte; DM 100 km; Hildegard Kerkhoff 2. W45 in 10:12:57; Julia Suwelack 2. W55 in 10:23:40.

08.09.2002

1. Volksbank-Münster-Marathon mit den Vorstandmitgliedern Thomas Braun, Michael Holtkötter und Jürgen Sieme im Organisationskomitee und über 100 LäuferInnen aus dem Verein und ebenso vielen Helferinnen und Helfern.

15. – 25.08.2002

Potsdam; EM der Senioren; Gottfried Schäfers 1. M60 über 5.000 m in 20:24; 1. M60 über 10.000 m in 42:55 und 1. M60 im Marathon in 3:18:53; Hannelore Horst 2. W50 im Marathon in 3:10:37; Rita Lanwer 1. W45 im Marathon in 3:12:31.

29.09.2002

Berlin; DM Marathon; Brigitte Ziegler 1. W50 in 3:08:05.

13.10.2002

Essen; Westdeutsche Meisterschaften Marathon; Anne Holtkötter 2. W40 in 3:15:43; Brigitte Ziegler 1. W50 in 3:15:57.

5.10.2002

Magdalene Bittner ist mit 45 Jahren ihrer langen schweren Erkrankung erlegen.

29.11.2002

Weihnachtsfeier im „Kolping-Tagungshotel“. Als Vereinspersönlichkeiten des Jahres 2002 wurden Uschi Claus und Werner Driese gewählt.

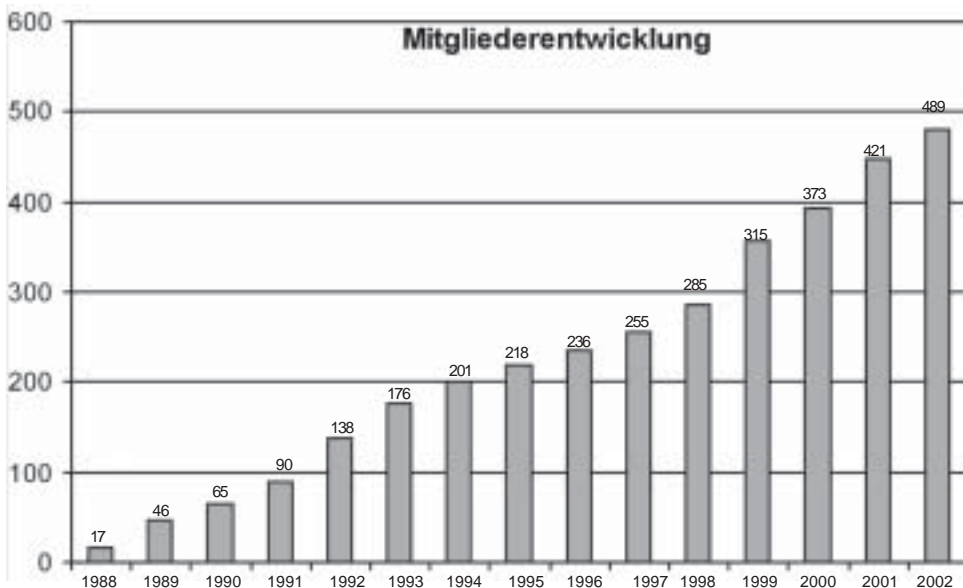


31.12.2002

13. Internationaler Silvesterlauf 5 km; 10 km; 5 km Walking; mit neuer Rekordbeteiligung von 1684 Teilnehmern.

- Renate Müller/Peter Samulski

Entwicklung der Mitgliederzahlen von 1988 bis 31.12.2002



Run auf den 14. Internationalen Silvesterlauf: 1684 Teilnehmer

Galeria Kaufhof und Puma engagieren sich als Hauptsponsoren

Seit mehr als 20 Jahren schon ist Laufen eine „Trendsportart“. Immer mehr Menschen joggen. Der Gesundheitsaspekt ist dabei sicher nur einer von vielen. Unsere Laufveranstaltungen profitieren vom gestiegenen Bewegungsdrang: Beim Silvesterlauf starten einige Laufinteressierte, die sonst Wettkämpfe eher meiden.

Ich kann mich noch sehr gut an den Moment erinnern, als wir beim Silvesterlauf erstmals die magische Grenze von 1000 Startern durchbrachen. Das war schon was. In den darauffolgenden Jahren hatte sich unsere Veranstaltung am Silvestertag auf eine Teilnehmerzahl um die 1300 eingependelt, der Teilnehmerrekord lag bei 1348, und die Steigerungsraten waren jeweils moderat ausgefallen.

In diesem Jahr geschah nun das nahezu Unglaubliche. Der Rekord wurde um 336 Starter übertroffen, 1684 Anmeldungen verzeichnete die EDV. Die Tendenz hatte sich bei den Voranmeldungen angedeutet, denn mit über 800 lagen wir hier schon weit über den Vorjahresergebnissen, aber diese hohe Starterzahl kam unerwartet. Ein Beleg dafür war allein die Tatsache, dass nur 1600 Startnummern geordert waren. Schnell wurden handgeschriebene Startnummern nachgefertigt, um nur keinen Laufwilligen zu enttäuschen. Nicht alle Verantwortlichen

waren über diese Initiative gleichermaßen erfreut. Schließlich haben wir den Anspruch, einen ordnungsgemäßen und zügigen Ablauf der Veranstaltung zu gewährleisten.

Letztlich wurde der große Ansturm von den Organisatoren und Helfern bravourös gemeistert. Die Starts erfolgten pünktlich, die Ergebnisauswertung lief zügig und reibungslos, und auch die Versorgung an der Cafeteria klappte bis zum Ende der Veranstaltung bestens. Klar, auf der Startgeraden wurde es beim 10-km-Lauf, der 981 Anmeldungen verzeichnete, eng, und das Ende des Feldes benötigte sicher ein bis zwei Minuten, bis es über die Startlinie kam. Aber ist nicht gerade dieser Umstand hilfreich, den Breitensportgedanken des Silvesterlaufes zu unterstützen? Sollte nicht an diesem Tag das gemeinsame Laufen, anstelle von angestrebten Zeiten im Mittelpunkt stehen? Diesem Gedanken folgten immerhin 102 Fun-Läufer über 3 Kilometer. Obwohl erst zum zweiten Mal im Programm, nahmen beim 14. Silvesterlauf deutlich mehr Läuferinnen und Läufer dieses Angebot wahr, bei dem es keine Zeitmessung gibt und folglich auch keine Sieger und Platzierten im klassischen Sinne. Als Sieger durften sich alle fühlen, auch die, die bei normalen Wettkämpfen Hemmschwellen einfach nicht überwinden können. Auch die Walker akzeptieren offenbar inzwischen, dass der Wettkampfcharakter durch das Fehlen von





Siegerehrungen bei unseren Veranstaltungen deutlich abgeschwächt ist. Immerhin schickte der Starter 91 Walkerinnen und Walker

auf die 5-km-Schleife und damit so viele wie noch nie.

Der 14. Silvesterlauf war eine Veranstaltung mit vielen Superlativen. Dazu zählte auch das Engagement unserer beiden neuen Hauptsponsoren, der Galeria Kaufhof und des Sportartikelherstellers Puma. Außergewöhnlich und in der Vereinsgeschichte einmalig war die Tatsache, dass großzügige Sponsoren auf den Verein zukamen und ihr Sponsorangebot unterbreiteten. Das hört man sonst nur bei sehr begehrten Spitzensportlern, aber bei den Laufsportfreunden...? Konstruktiv und kreativ verliefen die Gespräche und Vorbereitungen zwischen Sponsoren und Verein. Hochzufrieden äußerten sich dann die Beteiligten nach der Veranstaltung und bekundeten ihr Engagement fortzuführen. Unser besonderer Dank gilt Sabine Wetter und Volker Rixen von Puma, den beiden Geschäftsführern der Galeria Kaufhof, Jörg Pantenburg und Lothar Mildebrath und nicht zuletzt dem Abteilungsleiter Wolfgang Knobloch, über den die Mehrzahl aller Gespräche lief. Bis auf Sabine Wetter, die Silvester im Urlaub war,

nahmen die übrigen aktiv an unserer Veranstaltung teil, was uns natürlich besonders gefreut hat.

Fast wäre unsere Veranstaltung auf den vermessenen Strecken dem Wetter zum Opfer gefallen, denn der starke Regen der Vortage hatte einen Streckenabschnitt „geflutet“. Vor Jahren hatten wir eigens aus diesem Grund die alte Strecke um den Aasee geändert, um vor dem Wasser sicher zu sein, aber bei extremem Wetter kann eben auch dieses passieren. Mit Hilfe der Mitarbeiter des Sportamtes wurden 200.000 Liter Wasser von der Strecke gepumpt. Ohne diese Hilfe hätten wir eine Ersatzstrecke finden müssen. Vielen Dank für diese Hilfe!

Dank gilt natürlich allen Helfern, vor allem jenen, die sich schon über Jahre hinweg in den Dienst des Vereins stellen, um solche tollen Veranstaltungen möglich zu machen. Immerhin gehört unser Silvesterlauf auf alle Fälle gemessen an den Teilnehmerzahlen - mit knapp 1700 Startern - zu den Top-Ten der Silvesterläufe in Deutschland und schielt sogar in Richtung Top-Five. Selbst die Siegerzeit der Männer über 10 Kilometer war beispielsweise schneller als die des Münchner Silvesterlaufes. Superlative also, wohin man schaut.

Zeit zum Verschnaufen bleibt indes kaum, denn am 15. März veranstalten wir den 8. LSF-Straßenlauf, und da sind wieder alle



helfenden Kräfte gefragt. Neue Helfer sind jederzeit willkommen. Meldet euch! Übrigens sind für den Märzlauf vorsichtshalber 2000 Startnummern bestellt worden. Man weiß ja nie, wohin der Laufboom noch führt...

*Michael Holtkötter
im Namen der Vorstandes
und des Orgateams*



Brunch im Uferlos für alle Helfer

Dies ist ein Dankeschön an alle Helferinnen und Helfer des Silvesterlaufs am 31.12.2002 und des Straßenlaufs am 14. März 2003. Nach einem gemeinsamen Lauf am Aasee treffen wir uns am Sonntag, 6. April 2003, ab 11 Uhr im reservierten Obergeschoss vom „Uferlos“, Bismarckallee 11 zum gemeinsamen Brunch.

Meldungen bitte bis zum 2. April über jedes Vorstandsmitglied oder direkt an mich (Telefon: 78 43 10, Fax: 78 43 24, E-mail: samulsk@uni-muenster.de).

• *Peter Samulski*

In Münster, um Münster und um Münster herum

Auch der 6. „Schnatlauf“ war wieder ein „Selbstläufer“

Je mehr unser Verein expandiert, im Augenblick haben wir 431 LäuferInnen und 41 WalkerInnen, zusammen also 472 Mitglieder, desto größer werden natürlich auch die einzelnen Trainingsgruppen und Interessengemeinschaften – auch oder gerade für ausgefallene Erlebnis- und Landschafts-Ultraläufe.

Einen eingetragenen „Baumbergeverein“ gibt es schon, sonst könnte man liebevoll und hochachtungsvoll die Frühaufsteher so nennen, die sich allsonntäglich bei „Scharlau“ für die „Longinusrunde“ treffen. Dort ist die Informationsbörse für die „langen Kanten“ wie „Hermannslauf“, „Rennsteiglauf Supermarathon“, „Swiss Alpine Ultramarathon“, „Jungfrau-Marathon“, „Gebrüder-Grimm-Marathon“ oder „Zermatt-Marathon“, um nur die derzeit „angesagten“ Highlights zu nennen. Und dann gibt es ja noch die Insider Tipps der „Läufe für die Seele“ ohne Wertung und Platzierung der Kategorie „Lust auf Freunde“ wie die „Eselstour“, die „Null“ u.ä. Da darf natürlich auch die Laufhochburg Münster nicht mit Beiträgen fehlen, da doch bei uns die „Ultralangen“ immer mehr zunehmen. Nach den früheren „Friedensweglauf“ und „Hollandgängerweg“ war jetzt mal wieder die „Laufmasche“ „Schnatlauf“ dran. Die Beispiele „Loopen & Fietzen“ auf der Strecke des 1. Volksbank-Münster-Marathons und des bevorstehenden „Laufen & Brunchen“ mit den Organisatoren der „Riesenbecker Sixdays“ beweisen, dass es eigentlich unnötig ist, dafür einen Schaukastenaushang oder einen Aufruf in der „Zwischenzeit“ zu machen.

Auch die 6. Auflage des „Schnatlaufs“ nach 1994, 1996, 1998, 1999 und 2000, die diesmal aus aktuellem politischen Anlass unter dem Motto: „Miles and more“ stand, breitete sich nämlich wie ein „Lauffeuer“ durch

„Mund-zu-Mund-Propaganda“ aus. So fanden sich wieder einmal die „Stamm-Mannschaft“ und ein paar „special guests“ ein, die nicht „den Teer qualmen“ lassen wollten, sondern einen entspannten Freundschaftslauf suchten.

In der „Zwischenzeit“, Jg. 5 (1995), Heft 18 hatte ich unter dem Titel: „Im ‘Schnatlauf’ rund um Münster“ auf den Seiten 12 bis 16 samt einer Streckenkarte, die immer noch gültig ist, über die Idee, die Strecke, die Etappen und die Premiere dieser Stadtkreisumkreisung berichtet und im Ausblick die Frage gestellt: „Ein neuer Klassiker des LSF?“ – die Antwort wurde mit den Füßen gegeben.

Namensgeber waren die Schnatläufe bzw. Schnadgänge aus dem Mittelalter, als Gemeindeväter durch alljährliche Grenzabschreitungen im Frühjahr die Markierungen überprüften und daraus eine feuchtröhliche heimatstädtische Brauchtumstradition machten.

Ursprünglich hatten wir immer den „geschenkten Feiertag“ am 3. Oktober, dem Tag der Deutschen Einheit dafür vorgesehen, aber diesmal warfen die Marathons in Münster, Berlin und Köln unsere Langzeitplanung über den Haufen und der Zufall kam uns zu Hilfe. Mariethres Kellmann, die freiwillig für ein Jahr nach Tabor in Tschechien ins „Exil“ und „Trainingslager“ gegangen war, kam ebenso freiwillig (und reumütig?) als Julia Suwelack in unseren Kreis zurück und hatte gleich danach am Samstag, dem 3. August, ihren 55. Geburtstag – was ja im Vereinsheft zu lesen war. Und was wünschte sie sich von uns? ...

Der Start und das Ziel bei mir am Werneweg haben sich bewährt. Es sind reichlich Parkplätze vorhanden, man kann uns auch mit der Buslinie 7 erreichen, es gibt die letzte kostenfreie Toilette vor der Autobahn, und

sollte die Nachfeier auf der Terrasse wegen des „Münster-Wetters“ „ins Wasser“ fallen, haben wir eine große Garage, in der ohnehin Getränke und Verpflegung „gebunkert“ sind.

Auch die Startzeit von 8 Uhr ist passend. So waren die „Durchläufer“ nach 52,195 km (man beachte die Feinheit: Marathon und Vergnügungssteuer) und einer „Nettozeit“ von 5:02:00 Stunden wieder auf unserer Privatstraße. Diesmal waren das vom Verein Heiner Cloppenburg, Magnus Grüger, Hartwig und Hildegard Kerkhoff, Berthold Kökelsum, Jürgen Sieme, Willi Thonemann und eben Julia sowie die „handverlesenen“ Gäste Detlef Gräwe von „Tri-As-Hamm“, unserem „Wahl-LSFer“ seit einem gemeinsamen Bieler Hunderter, und Rainer Wachsmann, 24-Stunden-Läufer und Mitläufer von Michael Geske und mir beim diesjährigen „Elbtunnel-Marathon“. Auch Dieter Gräber vom ESV, der die „lange Einheit“ noch gut als Vorbereitung für seinen Marathon bei der Senioren-Europameisterschaft in Potsdam gebrauchen konnte, lief vom Start aus mit bis zur „Dyckburg“. Reinhard Storz von „Preußen Münster“ (s. Titelbild vom Heft 48 der „Zwischenzeit“), dem seit seiner Pensionierung am 1. August alle „Pascal“-Sport- und Lateinschülerinnen nachweinen, kam immerhin vom Anfang bis zu „Ackermann“ mit.

Obwohl Anne Holtkötter am Vortag zarte 43 Jahre alt geworden war und natürlich zünftig in den „Juliatag“ hineingefeiert hatte, ließ sie es sich nicht nehmen, ebenfalls bis „Haus Dyckburg“ mitzulaufen. Wir honorierten diese kameradschaftliche Geste mit einem verspäteten Ständchen. Und natürlich dürfen auch die wieder genesene Anne Thonemann, die uns ebenfalls bis in den Dyckburger Wald begleitete, Sigrid Petry, Neu-Mitglied und Konkurrentin als „Kleines Radio“ von Annette Schwarzkopp (die uns sicher wieder ihre „Hausbar“ in Kinderhaus



geöffnet hätte, wenn sie nicht auf einer Kreuzfahrt gewesen wäre), die uns bis zum Erbdrostenweg folgte, und „Ironman“ Rolf Rozema, der bis Kinderhaus dabei war, nicht unerwähnt bleiben.

Erstmalig hatten wir neben unserem radelnden „Packesel“ Dieter Raestrup, der uns erneut fürsorglich die gesamte Umrundung als „rollende Verpflegungsstation“ betreute, auch mein Mountain-Bike mit Doppelpacktaschen und einem exakten Kilometerzähler dabei. So waren Christel Herbert, Alida Kranenburg, Cecilia Pöpke und ich (mehr oder minder freiwillig) dankbar, einmal rollend die strammen Waden des „Fußvolks“ von hinten zu betrachten. Dieser „Fahrdienst“ war so nötig, dass ich gar nicht weiß, wie wir bisher ohne ihn ausgekommen sind. Abgesehen davon, dass er einigen „schwankenden Kandidaten“ zur Teilnahme verhalf und als Getränkedepot zwischen den vier Verpflegungsstationen diente, hatten wir so Platz für Fotoapparat, Handy, Streckenkarte, Erste-Hilfe-Set (wichtig: Pflaster – Desinfektionsmittel-Sprühpflaster – Vaseline – Zehenhauben) und Wechsel- bzw. Regenkleidung für den jeweiligen Radfahrer dabei.

Die Strecke ist im Wesentlichen immer gleich geblieben und wird auch nicht weggeräumt. Damit sie jeder, auch ohne die „Blaue Linie“, die der Münster-Marathon ab der 2. Auflage erhalten wird, teilweise oder ganz nachlaufen kann, will ich sie noch einmal „preisgeben“:

Links Werneweg; gerade Galgenheide/Getterbach; rechts beim Bahnhof Mecklenbeck in die Heroldstraße; über die Weselerstraße; gerade Meckmannweg;



links Rote Erde; links Mecklenbeckerstraße; rechts Zur Landwehr; rechts Altenroxelerstraße. Hier geht es links hinter dem Meckelbach auf einem Feldweg nur im „Gänsemarsch“ weiter, so dass man spätestens hier die MitläuferInnen zählen kann.

Nach ca. 6 km und ca. 35 min. erreicht man die Autobahnraststätte Münsterland-Ost bei Roxel und hat die letzte Möglichkeit für eine bezahlte „Nahrungsergänzung“ und WC-Benutzung. Rechts Im Derdel; links Dingbängerweg; Gaststätte „Ackermann“ nach ca. 8 km und ca. 50 min.; links Roxelerstraße; rechts Bredeheide bis zum Hof „Schulze-Stadtbrock“; rechts Stodtbrockweg. Hier trafen wir das untrennbare Dreigestirn Helga Landfried-Teodoruk mit ihrer Tochter Inke, die schon für den nächsten Münster-Marathon trainiert, und natürlich den Vereinshund „Lasko von der Dingstiege“. Sie begleiteten uns über den Twerenfeldweg, vorbei an „Haus Vögeding“ und über den Rüschausweg zum Parkplatz am „Haus Rüschaus“, wo sie wieder einmal ihre erprobte Getränke- und Verpflegungsstation aus dem Kofferraum sponserten. Bei „strahlendem Regenschauer“ gab es hier das erste Geburtstagsständchen: „Happy birthday to Julia“. Wer dabei den Mund zu weit aufriss, hatte ihn bald voll Wasser.

Wie durch die „Verpflegungsgeräusche“ angelockt, tauchte hier plötzlich Stefan Chrzanowski auf und verschwand wieder gut gesättigt in Kinderhaus.

Weiter ging es über die BAB 1, links Am Gievenbach – hier verließ uns auch Inke –, rechts Horstmarer Landweg; links Haus

Uhlenkotten; über die B 54; gerade Haus Uhlenkotten; beim „Finke“-Kreisel über die Steinfurterstraße; links Vorbergweg; Gaststätte „Wilhelmer“ nach ca. 30 km und ca. 1:50 Std; rechts Gasselstiege; links Brüningheide; links Alte Schanze; rechts Heidköttersweg; links Heide-

grund; rechts Normark nach genau 2 Stunden; rechts durch das Wäldchen; links Große Wiese; Lepra-Museum.

Hätten wir hier nicht schon von weitem das „Rennsteig-Lied“ bei Christel und Hermann Löchtes Buffet gehört, hätten wir uns prompt verlaufen. Was hätten wir verpasst! Alle kulinarischen Spezialitäten von west- und ost-deutschen (wenn ihr wisst, was ich meine) Verpflegungsstellen waren aufgetischt, und um zu prüfen, ob uns beispielsweise die Schmalzbrote bekommen würden, lief Hermann bis zum Schluss mit. Beim fälligen: „Happy birthday to Anne“-Choral im Kirchenschatten konnte man erleben, dass sie noch sanft erröten kann.

Links Kinderhausesch; rechts über die Grevener-/Sprakelerstraße; rechts Kanalstraße; links Dieckhoffweg; gerade über die Bahnstrecke nach Gronau; rechts Coermühle; über die Aa; über die Bahnstrecke nach Rheine; rechts Otterweg nach ca. 25 km und ca. 2:30 Std; gerade Holtmannsweg; gerade Kiesekampweg; gerade Im Hagenfeld; links Vivaldistraße; links Hoher Heckenweg; rechts Markweg – hier dürfen wir beim nächsten Mal bei Annegret Böske einkehren; über den Schifffahrter Damm (höchste Erhebung auf der Strecke!); über die Schleuse; über den Dortmund-Ems-Kanal; rechts Dingstiege; links Dingstiege; rechts Dyckburgstraße; über den Boniburger Wald-Pfad.

Hier war nach ca. 33 km und ca. 3:10 Std auf dem Parkplatz an der Mariä-Himmelfahrt-Kapelle die nicht minder gut sortierte „Fressmeile“ von Anne und Willi Thonemann ausgebreitet; so dass wir diesmal das „Weihwasser vom Pastorenhaus“

gar nicht benötigten. Wahrscheinlich wollte „Adidas“ ihren Augen nicht trauen, denn sie bremste so abrupt, dass danach jeder mit ihren Knien und Händen hätte „Blutsbrüderschaft“ machen können. Fast ging bei den Rettungsversuchen das „Happy birthday to Willi“-Gebrüll unter, denn „der Igel“ war 2 Tage vorher stattliche 48 Jahre alt geworden.

Gerade Boniburgallee; links Boniburgallee; gerade über die Werse; rechts Rechts der Werse; gerade Wersepättchen; rechts Pröbstingstraße; rechts Grottenkamp; unter der Warendorferstraße durch; Gaststätte „Nobis Krug“; rechts Wersetimpen; Gaststätte „Pleistemühle“; gerade Werseufer; gerade Laerer Werseufer.

Wer es noch in guter Erinnerung hatte, der wusste, dass nach ca. 40 km und ca. 4 Stunden beim Freibad „Stapelskotten“ das „Sponsoring-Restaurant Sieme“ auf uns wartete. Wie gut, dass die Herren Söhne nicht so richtig „gespurt“ hatten und es wieder „Bei Christa“ hieß, sonst hätte unser heiseres Gekrächze in Ermangelung von weiteren Geburtsagskindern: „Happy Silber zu Siemes“ nicht gepasst. Es ist immer wieder erstaunlich, was alles in einen hineingeht, wenn es lecker und umsonst ist.

So ge- und übersättigt ging es auf die letzte Etappe unter der Wolbecker-/Münsterstraße durch; links Wersewinkel; links Links der Werse; rechts Erbdrostenweg; über die Bahnstrecke nach Neubeckum; über den Albersloherweg; gerade Münnichweg; rechts Höltenweg; unter der Umgehungsstraße durch; links An den Loddenbüschen; rechts über den Dortmund-Ems-Kanal; gerade Trauttmannsdorff-Straße; links Lechtenbergweg; rechts Sonnenbergweg; rechts unter der Bahnstrecke nach Hamm durch; beim „Marktkauf“ über die Hammer-/Westfalenstraße; gerade Vennheideweg; rechts über die Umgebungsbahn; links Hülsenbusch; gerade über die Bahnstrecke nach Dortmund; in den Sternbusch-Park; links die Treppe runter; links Sternbusch;

unter der Umgebungsbahn durch; gerade Kriegerweg; gerade über den Kappenberger Damm; gerade Werneweg. Jetzt konnten wir erst so richtig auf Julius Ehrentag eingehen und mit ihrem leckeren Kuchen und alkoholfreiem (!) Sekt in „Rotrouts Station“ feiern.

• Peter Samulski

LAUFSPORTREISEN 2003/2004

LISSABON	Halbmarathon und 7 km <i>mit Aufenthalt an der Algarve</i> 12.3.-19.3.2003 <i>an der schönsten Küste Europas</i> <i>im ****Hotel</i>	ab 485 Euro
VANCOUVER	Marathon und Halbmarathon <i>mit Anschlussreise zu den Rocky Mountains</i> 1.5.-7.5.2003	ab 725 Euro <i>ausgebucht</i>
MEDOC	Marathon <i>Karneval der Läufer</i> 4.9.-10.9.2003	ab 395 Euro
SIZILIEN	Palermo Marathon und Halbmarathon 19.10.2003	<i>in Vorbereitung</i>
ZYPERN	Marathon, Halbmarathon und 5 km <i>Wo die Götter Urlaub machen!</i> 20.11.-27.11.2003	<i>in Vorbereitung</i> ca. 499 Euro
MALTA	Marathon und Halbmarathon <i>Zum Saisonauftakt!</i> 18.2.-25.2.2004 <i>Superpreis</i>	<i>in Vorbereitung</i> ca. 315 Euro

Alle Reisen mit Reiseleitung!

SPORTREISEN GABI KREIENBAUM
Dorbaumstraße 26 • 48157 Münster
Telefon 02 51/32 83 05 • Telefax 02 51/32 83 25
eMail: laufreise@aol.com

Ein Erlebnis: Bad Arolser Advent-Wald-Marathon

Auf der Weihnachtsfeier des LSF am 29.11. konnten wir noch einmal eine köstliche Mahlzeit einnehmen und wurden mit den besten Läuferwünschen etwas früh nach Hause entlassen, um „ausgeschlafen und fit“ beim Marathon anzutreten. Am Samstag, dem 30.11., machten sich 17 LSFer auf den Weg, um selbst im dicksten Nebel, der über NRW lag, nach Arolsen bei Kassel zu fahren. Dabei konnten Jürgen Sieme, Julia Suwelack, Peter Samulski, Hinz Völkert und Alida Kranenburg (Ali) sich glücklich schätzen, da sie von Cäcilia Pöpke fürstlich im Van chauffiert wurden. Willi und ich, die Thonemanns, hatten ein Verwandtentreffen für unsere Kinder in Rhoden bei Arolsen arrangiert, das jedoch wegen plötzlich aufgetretenen Scharlachs ins Wasser fiel. Somit fuhren wir in trauriger Zweisamkeit und trafen uns gegen 10 Uhr in der Festhalle am Twistesee mit den anderen LSF-Läufern. Herzliche Begrüßung von Johannes Horst und Hannelore, die von uns zu ihrem 1. Platz in der Spiridon-Wertung beglückwünscht wurde. Bernhard Paßlick, Manfred Otto, Hans-Werner Stöcker, Winfried Tillmann und Theo Lauhoff stellten sich auch ein.

Noch etwas trinken, eine Kleinigkeit essen, Smalltalk mit den anderen Läufern, ein paar Toilettengänge und gemütliches Abhängen in der schönen warmen Festhalle wurden mehr und mehr durch nervöse Lockerungsübungen und allgemeines Scharren mit den „Hufen“ durchbrochen. Wir folgten den Ratschlägen unserer Laufbekleidungs-Beraterin Angelika Dohmann, die ein dünnes Heli-Hansen-Langarmhemd und darüber das Sommer LSF-Trägerhemd vorgab, und profitierten während des gesamten Laufes davon.

Ein langer Läuferbandwurm marschierte von der Halle zum Start auf die Staumauer des Twistesees. Dichtes Gedränge nahe

beim Startbanner; dann 11 Uhr der Startschuss. Applaus und gute Wünsche für den Lauf. Auch Jubel aus Münster von Elfi Hörmann, die ihren Manni (ESV) als Fan begleitete. Noch fröstelnd, teilweise schlotternd vor feuchter Kälte, liefen wir die Uferpromenade des schön bewaldeten Twistesees entlang, auf dem sich noch kleine Nebelschwaden tummelten. Zuversichtlich beruhigte ich meine Mitläuferinnen, denn mein bestelltes Wetter war mit 8 Grad und Windstille bis auf die Sonne schon mal eingetreten.

Wir tauchten in die Wälder ein und genossen die hügelige Bilderbuchlandschaft mit kleinen von Weiden umrahmten Flüssen, die uns streckenweise begleiteten. Jetzt kam der erste deutliche Anstieg und das muntere Geplapper der Läufer versiegte. Jeder prustete und keuchte leicht vor sich hin. Das Tempo um sechs Min. kontrollierte Ali, die sogleich „Commander“ für die Zeitangaben wurde. Erstaunlicherweise blieben auch Renate Stratmann und Manni Laukötter (DJK Hilstrup) bei uns, da wir doch nur einen netten, lockeren Trainingslauf, ganz ohne Zeit im Nacken machen wollten. Am Vortag hatte es in Strömen geregnet. Einige Wege waren bis km 10 schön weich, und Christel Löchte freute sich lautstark über den wunderschönen weichen Boden, auf dem man so himmlisch laufen konnte. Doch das änderte sich, denn aus himmelweich wurde wabbelig, quatschig und dann matschig.

Trotzdem trabten wir gut gelaunt durch schöne Waldstücke, vorbei an malerischen Lichtungen und freuten uns über das schöne Panorama. Einige der netten Läufer, die uns begleiteten, beglückwünschten uns zu dem tollen „Münster-Marathon“, an dem sie auch teilgenommen hatten, und Angelika warb sofort wieder für den nächsten! Alle 7

km waren Getränkestände angekündigt und erwiesen sich als Labsal für Körper und Seele. Sogar warmer Tee und warme Elektrolytgetränke wurden gereicht, später auch Bananen und Lebkuchen.

Wir erreichten km 20, und unsere Gruppe fiel etwas auseinander. Renate und Manni waren uns schon aus den Augen gelaufen, Angelika und Christel hielten in trauter Zweisamkeit aneinander fest, Ali, Cäcilia, Hinz und ich bildeten eine weitere Gruppe. Hinz wurde auserkoren, als Regenjackenträger für Cäcilia Dienst zu tun. Das stand ihm gut! Nun endlich kam auch die Sonne durch und tauchte die Landschaft in Novembergold. Die gefürchteten hohen Steigungen erwiesen sich als gar nicht so schlimm, dagegen die häufig leicht ansteigende Strecke als sehr kräfteraubend. Lange, seichte Bergabpassagen genossen wir dafür um so mehr und freuten uns riesig, als es nach dem letzten anstrengenden Anstieg ca. ab km 30 fast nur noch bergab ging. Cäcilie wurde etwas müde. Wir munterten sie auf und begleiteten sie gemeinsam nach LSF-Manier bis ins Ziel, das wir nach 4:34 Std. erreichten.

Willi empfing uns natürlich schon frisch geduscht am Ziel und berichtete euphorisch von Laufeindrücken seines „Entspannungslaufes in 3:49 Std.“

Mit einem Shuttle-Bus konnte man kostenlos zum nahegelegenen Freizeitbad fahren und dort abtauchen und entspannen. Wir entschieden uns stattdessen praktischerweise für die Dusche in der Festhalle, die inzwischen nicht mehr ganz so kalt war. Zum gemütlichen Ausklang trafen alle wieder in der Festhalle ein. Herzliche Umarmung und Glückwünsche unterstrichen die Freude, dass alle Läufer gesund das Ziel erreicht hatten. Unsere flinke Hannelore düste nach 3:22 Std. als schnellste LSF-Läuferin und 1. der AK W50 durchs Ziel, Julia belegte mit für sie gemütlichen 4:13 in der

AK W 55 den ersten Platz. Hinz traf genial den Platz 600! Da sage ich nur: „Das war Spitze“!

• Anne Thonemann

LSF-Kurse 2003

Anfängerkurs „Walking“

Dauer: 8 Wochen

Beginn: Sonntag 30. März 2003

Anmeldung: bis 23.3.03 bei Marlen Watty, Tel. 521274

Teilnehmerlimit: 30 Personen
Kurshonorar: 20 Euro

Walkingkurs für Fortgeschrittene

Dauer: 6 Wochen

Beginn: Sonntag, 15. Juni 2003

Anmeldung: bis 8.6.03 bei Marlen Watty, Tel. 521274

Kurshonorar: 20 Euro

Laufkurs für Anfänger oder Ungeübte

Beginn: Samstag, 29. März 2003

Anmeldung: bei Werner Driese unter Tel./Fax 796261 oder per E-Mail wdriese@muenster.de

Infoabend: voraussichtlich 25. März
Kursende mit Stundenlauf: 22. Juni
Kurshonorar: 20 Euro

Laufkurs für Fortgeschrittene mit

Abschluss 2-Stunden-Lauf

Beginn: 13. Juli 2003

Dauer: 15 Wochen

Kursende: 26. Oktober 2003

Kurshonorar: 25 Euro

Kurs für Marathontraining

Info in der Tagespresse beachten

Beginn: voraussichtlich 5. April 2003

Anmeldung: bis 26. Februar 2003

Teilnehmerlimit: 30 Personen
Kurshonorar: 30 Euro

Infos: www.lsf-muenster.de

Lerne leiden ohne zu klagen ...

Die diesjährige „Eselstour“ war wieder „nur schön“

Mittlerweile berichte ich schon zum xten Male von diesem wunderschönen Landschafts- und Erlebnislaf als Mischung aus „Null“, „Hermanslauf“ (ein Teilstück ist sogar identisch) und Schnatlauf, so dass ich Gefahr laufe, mich zu wiederholen.

„The same procedure as every year“. Wenn alle, die im Laufe des Jahres sagen: „Beim nächsten Male bin ich wieder dabei“, mitkämen, müsste ich den „Köln-Marathon-Bus“ chartern. – Die letzte Absage kam so „rechtzeitig“ von Hilde K., dass die „Wild card“ am Vortag um 16 Uhr vergeben werden konnte.

Willi Thonemann, dem ich wegen seiner Rundum-Kopfbehhaarung den Spitznamen „Igel“ verliehen habe, wurde aus dem Winterschlaf geweckt und war der „glückliche Esel“ – obwohl er etwas wie „2. Wahl“ murmelte. Aber so

konnte er es seiner Anne nachmachen und absolvierte bei strahlendem Sonnenschein, blauem Himmel, Minustemperaturen und vereistem Schneeuntergrund die gesamte „Fast-Marathon“-Strecke. Man verlieh ihm dafür die „Urkunde für die Erstdurchquerung des Toten Gefreiten“, obwohl er trotzig darauf hinwies, dass er es doch schon beim „Bund“ bis zum „Hauptgefreiten“ gebracht hatte. Er bewies uns seine Geländeerfahrung, indem er als „Blindgänger“ über krachende Eisplatten im Panzerübungsgelände tanzte, egal, ob sich dar-

unter Luft oder Wasser befand. Unter anderen Umständen hätte er uns als „Fährtenleser“ dienen müssen, denn die „Tommys“ waren mit ihren Panzern präsent und formierten sich für den 2. Golfkrieg. Da sie aber weder Ali noch MT für „Madam Hussein“ hielten und an diesem Tag auch keine Jagd auf „westfälische Schneehasen“ machten – auch wenn diese vor ihren Rohren Zick und Zack liefen –, blieb uns nur das Unbehagen und ein schnelleres Fluchttempo. So lernten wir auch noch am Ende dieses enorm strapaziösen Berg- und Crosslaufes zu leiden, ohne zu klagen.



„**Toter Gefreiter**“ nennt man in den Läuferkreisen der „ASG (Ausdauer-sportgemeinschaft) Teutoburger Wald“ die große Sandfläche zwischen dem Kamm des Teutoburger Waldes und dem Quellgebiet des Ölbaches, die als

Truppenübungsgelände ohne scharfen Schuss genutzt wird. Der eigentliche Landschaftsname ist Stapellager Senne, von den Soldaten kurz „Stapel“ genannt. Der Name „Toter Gefreiter“ entstand zu Beginn der siebziger Jahre, als ostwestfälische Läufer auf die Idee kamen, in diesem Gebiet zu trainieren. Als man die läufermordenden Eigenschaften der Sanddünen sehr drastisch erlebte, tröstete man sich mit der Feststellung, dass hier schließlich Jahr für Jahr die Gefreiten „totgeschliffen“ werden. Wie es weiter dem Urkundentext

zu entnehmen ist, durchquert man diese weglose, hügelige Mondlandschaft mit einer Luftlinie von 3000 m, nachdem man im Silberbach gestartet ist, die Höhen des Bauernkampes überlaufen, den Barnacken als höchsten Berg von Lippe bezwungen, sich übers Winfeld gequält und auch noch die Mordkuhle überlebt hat.

Selbst **Julia Suwelack**, unser „Außen-thermometer“, sagte neben ihrem Lieblingssatz: „Mir ist kalt“ als höchstes Lob: „Es ist nur schön, wie in Tschechien“. Sie war im „Federgewicht“ angetreten, so dass man ihre Fußabdrücke ohnehin nicht ausmachen konnte.

Und **Alida Kranenburg** sucht ohnehin als Niederländerin die kalten Bedingungen, fühlte sich nach Norwegen versetzt und hatte ihre Vor- und Nachbereitungen erfolgreich als Schlittschuhläuferin auf dem Eis des Steiner Sees absolviert.

Neben diesen drei Debütanten, die die volle Strecke in ca. 4:30 Stunden durchliefen und sich zurecht dafür ehren ließen, waren **Jürgen Sieme** und ich noch von der diesjährigen „Schneepartie“. Er hatte sich diesmal als Chauffeur „geopfert“ und bekam als Dank ein schönes Portraitfoto. Da ich auf den Beifahrersitz musste, durfte ich mit aufs Bild. Wir näherten uns dem weltbekannten „Starenkasten“ vor Clarholz und ich erzählte ihm bildreich die Humoreske, wie vor Jahren Jürgen Grote hier geblitzt worden war. „Das kann mir nicht passieren“, sagte Jürgen, „hier stand ein 70-km-Schild und meine Tachonadel zeigt exakt 70“ – als es auch schon „hell wurde“. – Vielleicht sollte einer auch der Polizei einmal verraten, dass Ortseingangsschilder...

Diesmal musste **Peter Gehrmann**, der rührige Ausrichter und LA-Obmann der ASG, wegen einer bevorstehenden Meniskusoperation in Hellersen passen und konnte uns nur phasenweise mit dem Rennrad begleiten. Aber die Ostwestfalen sind nicht nur großzügige und gesellige Gastgeber, sondern auch vorbildliche Organisatoren.

So fuhr uns Dr. Hartmut Felsch vom Ziel am Vereinsheim in Schloss Holte zum Start an der Silbermühle bei Leopoldstal, und Kai Strohmeier, noch so ein freundlicher Polizist, übernahm als „Guide“ für uns die letzten Etappen, als die anderen „alten Ortseesel“ längst ausgestiegen waren.

Das „Jungvolk“ mit den Orientierungsnationalkaderläufern war gleich so losgetobt, dass der Schnee staubte und man schon nach ca. 3:16 Stunden am Ziel war. So hätten wir ohne ortskundigen Berg- und Talführer verlassen im Wiehengebirge gestanden und hätten womöglich die „Bordsteinschwalben“ (oder sagt man hier „Schnee-Eulen“?) um Asyl bitten müssen, die mit ihren dampfenden Wohnmobilen in den Waldschneisen auf Freier warteten. Vor einem Jahr hatte man hier unseren Lieblingslehrer Reinhard Storz nach seinem Ausstieg mit dem Versprechen einer warmen Dusche in eine solche fahrende „Umkleidekabine“ geschickt. – Trotzdem oder gerade deshalb ist er dieses Jahr nicht wieder mitgekommen.

So nahm auch in diesem Jahr alles wieder ein gutes Ende und jeder „Frischling“ bekam sein Vorzeigedokument, auf dass er nie wieder Weichei, Schattenparker, Warmduscher, Grüneinsumläufer, Knieendstempler oder gar Pillefuß genannt werden darf – wie es auf dem Pergament heißt.

Bei Bohnen- und Möhrensuppe, Schmalzbröten, Kuchen, Keksen und unzähligen sonstigen Speisen und Getränken, wobei eindeutig Alidas „Quiche lorraine“ der „Renner“ war, zeigte sich zum Abschluss auch wieder, was ASG sonst noch heißen könnte: Alle singen gemeinsam.

Bis zum nächsten Jahr?!

• Peter Samulski

Wiederholungstäter beim Krummen-See-Lauf

Es ist doch praktisch, wenn am 1. November immer Feiertag ist und er wie dieses Jahr dann auch noch auf einen Freitag fällt. So kann man sich im späten Herbst ein schönes langes Laufwochenende gönnen. Und wenn man den Laufveranstaltern Glauben schenkt, gibt es ja überall im Lande schöne Läufe zu bestreiten. Aber ich bin ja auch ein bekennender Wiederholungstäter, und wo es mir einmal gefallen hat, da fahre ich gerne wieder hin. So nahm ich mir dieses Jahr vor, zum dritten Mal den Krummen-See-Lauf zu absolvieren. Wie der Name schon sagt, geht der Lauf um den Krummen See, im Örtchen Krummensee. Dieser liegt, wie sollte es auch anders sein bei solch einem schönen Namen, im Bundesland Brandenburg, in der Nähe von Mittenwalde, südlich von Berlin.

Und da ich ja, wie viele bereits wissen, meine Geschwister etwas in Deutschland verteilt habe, hatte ich natürlich gleich eine günstige Übernachtungsmöglichkeit mit entsprechendem Service. Auch gehört meine Zwillingschwester zu den Helfern bei diesem Lauf.

Der Lauf selbst findet immer am ersten Sonntag im November statt. Bei diesem Lauf starten nicht ganz so viele Läufer, wie sonst oft üblich. Man kann aber zwischen verschiedenen Streckenlängen wählen. Ich entscheide mich meistens erst kurzfristig, je nach Wetterlage, für eine Strecke. Außerdem läuft meine Nichte auch oft mit, und da ich immer noch versuche, sie bei diesem Lauf zu schlagen, gehen wir gemeinsam an den Start. Dieser findet auf dem Sportgelände eines schönen Sportplatzes statt, der noch den alten „DDR-Charme“ hat. Es gibt ein Vereinshaus mit Kabinen und auch Duschen, bei denen aber die Probleme nach dem Laufen die gleichen sind wie bei uns. Wenn man zu langsam ist, gibt's nur noch kaltes Wasser. Aber dafür gibt es im-

mer Glühwein und Kaffee, „Knacker“ oder auch „Buletten“ zu kaufen. Außerdem erhält jeder Teilnehmer nach dem Lauf einen „Pfannkuchen“, was in Münster ein „Berliner“ ist. Die ganze Veranstaltung läuft sehr gemütlich ab. Ich betrete die Vereinsgaststätte, melde mich nach, zahle den üblichen Obolus und erhalte meine Startnummer. Gleichzeitig kann ich gegen die Auslage der Portokosten ein „Protokoll“ bestellen, was ich auch immer mache. Die Startnummer wird dann nach dem Zieleinlauf von freundlichen Helfern wieder vom Hemdchen abgenommen, und im Gegenzug bekommt man eine Losnummer für die jedes Jahr gut bestückte Tombola. Dieses System wird wohl auch noch weiterhin bei diesem Verein beibehalten werden, da die Nummern fürs nächste Jahr wieder gebraucht werden.

Auch die Sicherheitsnadeln werden wieder eingesammelt. Dieses umweltbewusste Wiederverwerten von Rohstoffen gab es auch schon lange vor Einführung des Grünen Punktes in der Bundesrepublik.

Also, nun zum Lauf. Meine Nichte und ich hatten sich gemeinsam für eine Strecke entschieden. Da das Wetter zwar kalt, aber sonnig und





trocken war, hatten wir vor, in kurzen Hosen zu laufen. Wir hatten uns nämlich vorgenommen, so schnell wie nur eben möglich zu rennen. Die Strecke führt durch Waldgebiet und über kurze Straßenstücke, die uneben gepflastert sind. Außerdem ist sie dazu auch noch kurvig. Es ist schwer zu laufen und teilweise ziemlich holperig (genau wie das



Wort). Aber wir kannten die Strecke ja schon aus den vergangenen Jahren.

Zuerst liefen wir uns gut warm. Dann stellten wir

uns mit ca. fünfzig Läufern im Startgebiet auf. Alles wartete gespannt auf den Startschuss, den der Bürgermeister pünktlich um 9.55 Uhr abgab. Und los ging's. Erst ein Stück auf dem Sportplatzgelände geradeaus, dann links in den Wald. Ich musste aufpassen, dass ich nicht in irgendwelche Löcher im Waldboden trat. Auch gab es noch Pfützen, Wurzeln, zwischendurch Steine und Äste. Alles unter viel Laub gut versteckt. Meiner Meinung nach sollte dieser Lauf als Crosslauf ausgeschrieben werden. Gleichzeitig musste ich darauf ach-

ten, meine Nichte nicht aus den Augen zu verlieren. Einmal werde ich sie doch wohl schlagen können. Aber sie lief immer gut 100 Meter vor mir her, sprang eifengleich über Stock und Stein, und ich konnte sie nicht einholen, aber dran bleiben und gleichzeitig aufpassen, dass mir nicht noch herunterhängende Äste ins Gesicht schlugen. Ich kann mich nicht entsinnen, jemals so schnell gelaufen zu sein, und die Strecke zog sich hin. Wann kam endlich das erste Kilometerschild? Oder gab es hier vielleicht gar keine und ich hatte es vergessen? An jeder Weggabelung oder Kurve gab es rot-weißes Flatterband oder nette Helfer wiesen einem den Weg. Und immer noch rannte ich meiner Nichte Anna hinterher. Ich gab die Hoffnung auf, sie jemals bei einem Wettkampf zu schlagen. Und immer mehr junge Läufer und Läuferinnen überholten mich. Ich hatte das Gefühl, sie wurden immer jünger und kleiner.

Endlich ein Schild, das mir anzeigte, dass es nur noch 2 km seien. Ich schaute auf meine Uhr und überlegte, ob ich meine Zeit vom letzten Jahr unterbieten könne. Dabei fiel mir auf, dass ich da schon langsamer war, als das Jahr zuvor. Ich schob es dem Alter zu.

Dann das nächste Schild, nur noch 1 km bis zum Ziel. Jetzt hörte ich schon den Stadionsprecher, der gerade den Sieger auf dieser Strecke mit neuem Streckenrekord vermeldete. Über jeden im Zielkanal einlaufenden Läufer wusste er etwas zu berichten. Auch über Anna, die es mit ihren 12 Jahren heute bereits zu ihrer 7. Teilnahme bei diesem Lauf gebracht hatte. Und ich lief mit ca. 30 Sekunden Abstand danach in den Zielkanal und wurde als die Läuferin, die die weiteste Anreise hinter sich hatte, begrüßt. Nun wurde per Stoppuhr die Zeit festgehalten und handschriftlich von einer anderen Helferin in eine Liste eingetragen. Hier drängelte keiner und es ging alles der Reihe nach. Nachdem ich meine Startnummer wieder ordnungsgemäß abgegeben

hatte, gab es die heiß ersehnte Losnummer. Und diesmal hatte ich endlich etwas gewonnen, wenn auch nicht das Wettrennen mit Anna. Es war ein Kartenspiel! Ach, nochmal zur Strecke, die wir gelaufen sind. Wir entschieden uns für die 3,5km-

Strecke, denn sie schien uns für diesen Tag lang genug. Ich erreichte das Ziel in fünfzehn Minuten und dreiunddreißig Sekunden. Und im nächsten Jahr bin ich wieder dabei.

• *Annette Schwarzkopp*

Feste feiern...

...bei Werners 50.: Er freute sich über den jüngsten Gast, seinen Enkel Justus,

sowie über das Geschenk der LSF-Gratulanten, Eintrittskarten für die Kölner Haie.



...und bei Ewalds 40.

März

Herbert Durynek	01. 03.
Heinz Alberty	01. 03.
Heidi Dittrich	02. 03.
Anne-Kathrin Willamowski	02. 03.
Anne Braun	04. 03.
Tatjana Bialas	05. 03.
Hannah Holtkötter	08. 03.
Dragan Gagic'	09. 03.
Frohmut Santo	10. 03.
Sigrid Heinzl	10. 03.
Christel Herbert	11. 03.
Uwe ter Veen	11. 03.
Rita von Borzyskowski	15. 03. 50.
Carsten Freydank	15. 03.
Florian Mildner	15. 03.
Margret Scholl	16. 03.
Bernhard Paßlick	16. 03.
Susanne Schmitz	20. 03. 40.
Ulrich Maurer	21. 03.
Thomas Ischner	21. 03.
Andreas Beßeling	22. 03.
Dagmar Großmann	23. 03. 40.
Helmut Neuhaus	24. 03.
Ulrich Budde	26. 03. 50.
Beate Hagemann	26. 03.
Norbert Mühlenkord	27. 03.
Christa Ruten	30. 03.
Heike Frerick	30. 03.
Hermann Koke	31. 03.

Rosemarie Gotzen	11. 04.
Hans Daldrop	11. 04.
Ursula Saß	13. 04. 50.
Ernst-August Vogedes	14. 04.
Brigitte Averdiek	14. 04.
Kirsten Brand	14. 04.
Reinhard Zumdick	16. 04. 40.
Giesela Overhageböck	17. 04.
Wilfried Sandbaumhüter	17. 04.
Petra Caspari	18. 04.
Thomas Stöber	18. 04.
Arno Zubrägel	18. 04.
Martin Kanne	19. 04.
Horst Verspohl	20. 04.
Udo Kristowiak	20. 04. 60.
Ulrike Hesecker	20. 04.
Lena Grawe	21. 04.
Marita Schilling	22. 04.
Christa Wolgast-Azouz	22. 04.
Heinz Robbers	22. 04. 50.
Marcus Averbeck	24. 04.
Markus Ischner	25. 04.
Michael Sippel	25. 04. 30.
Annelie Beckmann	25. 04.
Annette Traud	26. 04. 50.
Karl-Josef Hilger	26. 04.
Anna Vogt	28. 04.
Tilman Völkert	28. 04. 20.
Ingo Huesker	29. 04.
Anke Fröhlich	29. 04.

April

Josef Hillebrand	01. 04.
Almut Mecking	02. 04.
Timo Kellmann	03. 04.
Sylvia Prinz	03. 04.
Katja Rummler	03. 04.
Rolf Rosema	04. 04.
Christiane Ratermann	04. 04.
Christiane Bennink	05. 04.
Karen Schulze Isfort	05. 04.
Rolf Kielhorn	06. 04.
Petra Benz	09. 04.
Erich Rührup	10. 04.

Mai

Wolfgang Klaiber	01. 05
Beate Schulze	02. 05
Kornelia Leonhard	03. 05
Rainer Schulte	04. 05
Christian Jabs	04. 05
Gerlinde Lenger	05. 05 50.
Manfred Holtgreffe	06. 05
Thomas Homann	06. 05 40.
Michael Geske	07. 05
Bernd Huesker	08. 05
Hannelore Horst	08. 05
Richard Mol	08. 05
Detlef Bärhold	09. 05

Stefan Priess	09. 05.	Benedikt Vennemann	21. 05.
Cecilia Pöpke	09. 05.	Dieter Sternberg	23. 05.
Ingrid Johannes	10. 05.	Petra Grabe/von - Vogt	23. 05. 50.
Lars Haußer	10. 05.	Jürgen Janutta	24. 05.
Jutta Frenzel	11. 05.	Dirk Fahrenhorst	24. 05.
Christoph Haecker	13. 05.	Martin Obst	25. 05.
Monika Hanke	13. 05.	Theo Lauhoff	26. 05.
Ulrich Baumheuer	15. 05.	Ludger Koch	26. 05.
Renate Lepkowski	16. 05.	Ursula Hoja	26. 05.
Bernd Kühnel	16. 05.	Gabriele Weiß	27. 05.
Heiner Kröger	16. 05.	Helmuth Eiken	28. 05.
Manfred Ritter	17. 05.	Melanie Dreier	28. 05.
Andreas Nergenaus	19. 05.	Richard Verlemann	29. 05.
Klaus Becker	20. 05.	Hinz Völkert	30. 05.
Peter Ingenbleek	20. 05.		

Und ganz besonders begrüßen wir unsere neuen Vereinsmitglieder

Bernd Kühnel	Bernd-Rudolf Jarschel	Simone Löchter	Rolf Kielhorn
Udo Greger	Arne Fischer	Christa Barlogie	Kamilla Pohl
Simone Marseille	Horst Bürger	Monika Hanke	Ulrike Heseker
Ani Marad	Jürgen Schmitz	Rolf Ottensarend	Ralf Böckenholt
Christian Jabs	Birgit Nathaus	Karl-Josef Hilger	Heiner Kröger
			Gregor Veauthier
			• Jürgen Sieme

Impressum

Herausgeber: Laufsportfreunde Münster e.V., Pf 4822, 48027 Münster, www.lsf-muenster.de
Verantwortlich für den Inhalt:

Die Redaktion: Anne Holtkötter (holtkoetter@fh-muenster.de), Helga Landfried-Teodoruk (Helga.Landfried-Teodoruk@gmx.de), Renate Müller (ReMu48@aol.com), Marlies Sprenger (sprenger-muenster@t-online.de), Julia Suwelack

Layout und Satz:

Anne Holtkötter

Druck: Druckerei Kleyer Roxel

Der Bezugspreis ist für Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten. Verantwortlich für den jeweiligen Artikel ist der genannte Verfasser. Sämtliche Artikel geben nicht unbedingt die ungeteilte Meinung der Redaktion wieder. Die „Zwischenzeit“ erscheint viermal im Jahr, jeweils im Februar, Mai, August und November.

Redaktionsschluss für die nächste „Zwischenzeit“ ist der 15. April 2003.

WER LIEF WO?

29.09.02 Bertlich 10 km

Michael Holtkötter	38:30	2. M45
Thomas Ischner	41:33	1. M30
Markus Ischner	41:33	2. MHK
Anne Holtkötter	41:37	1. W40

06.10.02 Aschaffenburg Marathon

Bodo Bruder	3:54:10	3. M60
-------------	---------	--------

19.10.02 Lengerich

11,4 km

Maria Hemsing	1:00:39	5. W40
Bernd Böckers	1:03:38	
Annette Schwarzkopf	1:05:50	
Kai-Uwe Kock	1:10:26	

27,5 km

Bernhard Paßlick	2:06:05	
Andreas Clausing	2:07:23	
Reinhard Zumdick	2:11:37	
Hannelore Horst	2:15:50	1. W50
Josef Niehoff	2:38:13	
Christine Herbert	2:50:15	
Christel Löchte	2:50:17	
Ute König	2:58:45	

20.10.02 Echternach/LUX Marathon

Bodo Bruder	3:48:14	7. M60
-------------	---------	--------

26.10.02 Nordwalde

5 km

Hans Reimann	18:31	3. M45
Bernhard Kreienbaum	20:25	2. M60
Alexander Milden	20:38	1. M13
Magnus Grüger	20:54	2. M40
Maria Feyerabend	21:51	1. W45
Heinz Hengefeld	22:20	2. M65
Annette Schwarzkopf	24:44	5. W40
Ulrike Deppe	28:42	4. W50
Sunniva Schulz	28:46	5. W50
Gabriele Dr. Börger	34:17	

10 km

Ewald Fikus	38:40	6. M35
Bernhard Paßlick	39:13	7. M30
Reinhard Zumdick	40:01	
Stefan Heitmann-Lammers	44:37	
Gregor Hensen	46:40	
Holger Venjakob	47:39	
Ulrich Radusch	48:14	
Beate Hagemann	50:23	5. W35
Ingrid Johannes	50:23	5. W40
Bernd Böckers	50:56	
Christel Löchte	50:59	6. W45
Elke Buth	51:08	8. W45
Uwe Veen/ter	51:45	
Horst Schulz	55:04	
Inke Teodoruk	57:37	8. WHK
Helga Landfried-Teodoruk	57:38	3. W55

26.10.02 Nettetal Halbmarathon

Heinrich Dörries	1:41:40	2. M65
------------------	---------	--------

27.10.02 Frankfurt Marathon

Sigrid Petry	3:56:55
Hans Daldrop	4:14:47

27.10.02 Remscheid Marathon

Stefan Chrzanowski	3:46:36	5. M35
--------------------	---------	--------

02.11.02 Westerwinkel

2,8 km

Thorsten Ortlepp	13:59
------------------	-------

5 km

Ewald Fikus	18:46	8. M35
Stanislav Bartusiak	19:45	3. M50
Alexander Milden	20:27	1. M13
Helmut Ortlepp	23:00	
Florian Milden	29:14	1. M8

10 km

Heinrich Dörries	44:30	1. M65
Maria Feyerabend	44:55	1. W45
Holger Venjakob	47:02	
Manfred Werning	48:23	
Beate Hagemann	50:02	4. W35

27.10.02 Herford 10 km

Gottfried Schäfers	43:07
--------------------	-------

03.11.02 Bottrop 25 km

Johannes Horst	2:09:02	7. M55
Hannelore Horst	1:52:06	1. Ges.

03.11.02 Verl Halbmarathon

Michael Holtkötter	1:26:56	
Gottfried Schäfers	1:28:22	1. M60
Anne Holtkötter	1:38:43	1. W40

09.11.02. Borgholzhausen/Cross 4,6 km

Rafael Droste zu Vischering	21:58	
Michael Holtkötter	22:55	
Martin Braun	25:04	
Gottfried Schäfers	25:13	2. M60
Anne Holtkötter	27:00	5. W40

23.11.02 Essen Halbmarathon

Andreas Clausing	1:24:42	4. M40
------------------	---------	--------

30.11.02 Bad Arolsen Marathon

Hannelore Horst	3:22:14	1. W50
Bernhard Paßlick	3:37:30	
Manfred Otto	3:41:17	
Hans-Werner Stöcker	3:48:36	
Wilhelm Thonemann	3:49:30	
Theo Lauhoff	3:56:14	
Winfried Tillmann	4:05:41	
Julia Suwelack	4:13:55	1. W55
Peter Samulski	4:13:56	



Jürgen Sieme	4:13:57		Sunniva Schulz	59:57	7. W50
Johannes Horst	4:14:20				
Angelika Dohmann	4:26:10		<u>08.12.02 Siebengebirge Marathon</u>		
Christel Löchte	4:26:11		Gottfried Schäfers	3:32:05	2. M60
Cecilia Pöpke	4:34:36				
Anne Thonemann	4:36:37		<u>08.12.02 Hamm 10 km</u>		
Hinz Völkert	4:36:37		Gregor Hensen	44:49	
Alida Kranenburg	4:36:38				
			<u>29.12.02 Essen 10 km</u>		
<u>30.11.02 Mesum 10 km</u>			Andreas Clausing	39:16	5. M40
Holger Venjakob	46:17				
Oliver Hasenkamp	52:53		<u>31.12.02 Silvesterlauf Aasee</u>		
			<u>5 km</u>		
<u>01.12.02 Bertlich</u>			Bernhard Kreienbaum	20:33	1. M60
<u>7.5 km</u>			Magnus Grüger	21:00	6. M40
Bernhard Kreienbaum	31:12	1. M60	Winfried Tillmann	21:30	1. M45
<u>15 km</u>			Sigrid Petry	22:37	1. W45
Heinrich Dörries	1:09:26	1. M65	Georg Wennekens	24:29	8. M45
Ute Eckenbach	1:21:32	4. W35	Klaus Lietzow	24:35	4. M65
Ulrich Maurer	1:21:50		Cecilia Pöpke	25:59	3. W45
Dieter Raestrup	1:37:56	7. M60	Ulrich Maurer	26:22	
Bärbel Sinke	1:41:27	3. W45	Beate Bußmann	32:02	
<u>Halbmarathon</u>			Uwe Peter-Pollmann	32:59	
Brunhilde Dargel	2:29:28	7. W35	<u>10 km</u>		
Andrea Beigel	2:29:29		Matthias Pröbsting	34:12	2. MHK
			Hans Reimann	37:47	1. M45
<u>01.12.02 Advent-Lauf-Aasee</u>			Jürgen Düking	38:17	9. M30
<u>5,7 km</u>			Reinhard Zumdick	38:56	7. M35
Matthias Pröbsting	19:22	1. Ges.	Manfred Fleige	41:39	1. M50
Hans Reimann	20:39	1. M45	Theo Lauhoff	43:36	5. M50
Reinhard Zumdick	21:46	1. M35	Thomas Stöber	44:34	
Stanislav Bartusiak	22:38	1. M50	Maria Feyerabend	44:39	2. W45
Michael Holtkötter	24:01	2. M45	Benedikt Dr. Vennemann	44:42	
Stefan Heitmann-Lammers	24:01	2. M30	Ruth Lutz	45:52	4. W45
Florian Mildner	24:12	1. MSD	Gregor Hensen	45:55	
Benedikt Dr. Vennemann	24:20	6. MHK	Marcus Averbek	47:01	
Magnus Grüger	24:21	2. M40	Christian Jabs	47:19	
Bruno Roleff-Schweers	25:06	4. M40	Heinz Hengefeld	47:53	1. M65
Sabine Roleff	25:21	1. Ges.	Josef Niehoff	48:10	
Heike Frerick	26:07	2. W30	Holger Venjakob	48:13	
Bernd Böckers	33:21	7. M40	Marlies Sprenger	49:11	5. W40
<u>11,2 km</u>			Achim Wahle	49:47	
Markus Ischner	42:54	4. MHK	Horst Verspohl	50:18	
Maria Feyerabend	52:11	1. W45	Jürgen Breforth	50:54	
Christian Jabs	54:21		Dieter Rohloff	51:11	
Heinz Hengefeld	56:23	1. M65	Udo Twelkemeier	51:27	
Richard Mol	59:16		Elke Buth	51:54	9. W45
Kai-Uwe Kock	1:03:25		Parvin Kamp	51:54	3. W50
			Beate Hagemann	53:04	
<u>06.12.02 Wiedenbrück 10 km</u>			Uwe Veen/ter	53:32	
Michael Holtkötter	38:43	9. M45	Thorsten Spitta	53:49	
Gottfried Schäfers	41:38	2. M60	Georg Wennekens	53:50	
Anne Holtkötter	42:19	1. W40	Bernd Böckers	54:40	
			Kai-Uwe Kock	54:41	
<u>07.12.02 Dülmen</u>			Andreas Hasebrock	55:06	
<u>5 km</u>			Richard Mol	55:22	
Andreas Nergenu	19:47	1. M50	Jürgen Schmitz	59:31	
<u>10 km</u>			Simone Löchter	1:01:48	
Hans Reimann	37:38	2. M45	Jürgen Koßmeier	1:01:50	
Helmuth Eiken	47:41		Birgit Nathaus	1:01:54	
Mechthild Wolfgramm	59:55	7. W45	Rolf Ottensarend	1:02:00	

Resultate

Petra Caspari	1:02:15
Christa Barlogie	1:10:39
Klaus Wiemann	1:11:08
Bernd Ernesti	1:16:25

5 km Walking

Volker Wolfgramm	31:31
Florenz Plassmann	31:34
Ingeborg Kanter	33:43
Monika Kristowiak	34:02
Gisela Hoischen	35:06
Udo Kristowiak	35:54
Kornelia Sommerfeld-Poell	37:54
Ludwig Dornseif	37:55

31.12.02 Osnabrück 10,2 km

Andreas Clausing	38:04	7. M40
------------------	-------	--------

31.12.02 München 10 km

Klaus Schulte	36:23
---------------	-------

12.01.03 Osnabrück/Cross 10,2 km

Marcus Averbek	40:56
----------------	-------

11.01.03 Vreden

7,5 km

Bernhard Kreienbaum	30:51	1. M60
---------------------	-------	--------

15 km

Rita Lanwer	1:03:31	1. Ges.
-------------	---------	---------

Gottfried Schäfers	1:06:30	1. M65
--------------------	---------	--------

Holger Venjakob	1:13:00
-----------------	---------

18.01.03 Münster Kreismeisterschaft Halle, 1.500m

Anne Holtkötter	5:35	1. Ges.
-----------------	------	---------

19.01.03 ESV-Cross

3,2 km

Matthias Pröbsting	10:47	3. MHK
--------------------	-------	--------

8 km

Hans Reimann	29:31	6. MHK
--------------	-------	--------

Michael Holtkötter	30:40
--------------------	-------

Reinhard Zumdick	31:45
------------------	-------

Rita Lanwer	34:52	3. WHK
-------------	-------	--------

Magnus Grüger	35:21
---------------	-------

Anne Holtkötter	35:38	4. WHK
-----------------	-------	--------

Horst Bodenberger	36:28
-------------------	-------

Bodo Bruder	41:13
-------------	-------

• Jürgen Sieme

Nochmals der Hinweis: Es können hier nur Ergebnisse abgedruckt sein, von denen ihr mich in Kenntnis gesetzt habt.

• Jürgen Sieme

Das trifft auch für die Meldungen an unseren Pressewart und für die Schaukasteninfo zu: Es ist nämlich keineswegs so, wie der Weihnachtsmann auf unserer Weihnachtsfeier verlauten ließ (wer hat ihn mit dieser falschen Information wohl versorgt?), dass nur die „Profis“ genannt würden. Erstens gibt es bei uns keine Profis, zweitens kann nur bekannt gemacht werden, was die einzelnen Teilnehmer weitergeben, drittens sitzt niemand vom Verein bei den hiesigen Zeitungen, um das Streichen von Ergebnissen zu verhindern; es liegt also immer am WN-/MZ-Redakteur, was er für berichtenswert hält.

• Anne

Die persönlichen Bestzeiten im Jahr 2002

M Ä N N E R

800 m

Pröbsting	Matthias	2:02,70
-----------	----------	---------

1 km

Vogel	Christian	2:38,30
Droste zu V.	Rafael	2:43,64
Ortlepp	Thorsten	3:45,00

3 km

Lange	Gunnar	9:19,30
Vogel	Christian	9:25,20
Droste zu V.	Rafael	9:53,00
Holtkötter	Michael	10:26,00
Nergenu	Andreas	11:12,00
Kreienbaum	Bernhard	11:44,85
Driese	Werner	12:16,00
Hoveling	Heinz	14:24,00

5 km

Schrandt	Christian	15:51,90
Lange	Gunnar	16:40,00
Vogel	Christian	16:53,29
Droste zu V.	Rafael	16:53,48
Homann	Thomas	17:39,00
Kanne	Martin	17:50,00
Reimann	Hans	17:54,73
Clausing	Andreas	18:36,00
Holtkötter	Michael	18:39,00
Fikus	Ewald	18:46,00
Nergenu	Andreas	19:16,00
Huesker	Bernd	19:17,00
Sternberg	Dieter	19:17,00
Beßeling	Andreas	19:18,00
Kökelsum	Berthold	19:19,00
Bartusiak	Stanislav	19:21,00
Kreienbaum	Bernhard	19:46,00
Drewes-K.	Michael	19:48,00
Prinz	Helge Dr.	20:11,00
Milden	Alexander	20:20,90
Schäfers	Gottfried	20:23,93
Grüger	Magnus	20:33,00
Lauhoff	Theo	20:49,00
Bodenberger	Horst	21:00,00
Ortlepp	Helmut	21:07,00
Thonemann	Wilhelm	21:07,00
Horst	Johannes	21:22,00
Tillmann	Winfried	21:30,00
Wetterau	Georg	21:39,00
Volkmer	Peter	21:52,00
Roleff-Schw.	Bruno	22:04,00
Hengefeld	Heinz	22:20,00
Sieme	Jürgen	22:28,00
Radusch	Ulrich	22:47,00
Venjakob	Holger	23:11,00
Völkert	Hinz	23:28,00
Hoveling	Heinz	24:19,00

Wennekers	Georg	24:29,00
Lietzow	Klaus	24:35,00
Maurer	Ulrich	25:16,00
Neuhaus	Friedhelm	25:21,00
Ortlepp	Thorsten	25:23,00
Böckers	Bernd	26:03,00
Koch	Fritz	26:12,00
Fromme	Thorben	26:27,00
Homann	Bernhard	26:52,00
Völlering	Rudi	29:04,00
Milden	Florian	29:14,00
Wolfgramm	Volker	31:31,00
Plassmann	Florenz	31:34,00
Peter-Poll.	Uwe	32:59,00
Kristowiak	Udo	35:54,00
Dornseif	Ludwig	37:55,00

10 km

Pröbsting	Matthias	34:12,00
Ischner	Markus	35:25,00
Vogel	Christian	36:20,00
Droste zu V.	Rafael	36:45,00
Reimann	Hans	37:38,00
Fikus	Ewald	37:50,00
Hawel	Markus	37:52,00
Beßeling	Andreas	38:12,00
Düking	Jürgen	38:17,00
Holtkötter	Michael	38:30,00
Clausing	Andreas	38:32,90
Zumdick	Reinhard	38:56,00
Paßlick	Bernhard	38:58,00
Huesker	Bernd	39:43,00
Bartusiak	Stanislav	39:45,00
Kreienbaum	Bernhard	39:51,00
Kökelsum	Berthold	40:16,00
Krämer	Andreas	40:19,00
Sternberg	Dieter	40:53,00
Chrzanowski	Stefan	41:14,00
Ischner	Thomas	41:33,00
Schäfers	Gottfried	41:38,00
Fleige	Manfred	41:39,00
Nergenu	Andreas	42:08,00
Horst	Johannes	42:25,00
Prinz	Helge Dr.	42:33,00
Heitmann-L.	Stefan	43:04,00
Drewes-K.	Michael	43:16,00
Grüger	Magnus	43:17,00
Lauhoff	Theo	43:27,90
Thonemann	Wilhelm	44:03,00
Dörries	Heinrich	44:07,00
Stöber	Thomas	44:34,00
Vennemann	Benedikt	44:42,00
Hensen	Gregor	44:49,00
Budde	Ulrich	45:03,00
Kerkhoff	Hartwig	45:21,00
Wetterau	Georg	45:38,00
Volkmer	Peter	46:07,00
Hengefeld	Heinz	46:07,00

Vereinsbestenliste 2002

Venjakob	Holger	46:17,00	Schulz	Horst	1:29:29,00
Driese	Werner	46:18,00	Raestrup	Dieter	1:37:56,00
Kallerhoff	Jürgen	46:23,00			
Radusch	Ulrich	46:23,00	<u>Halbmarathon</u>		
Neuhaus	Helmut	46:34,00	Schulte	Klaus	1:18:31,00
Becker	Klaus	46:35,00	Roth	Egon	1:22:30,00
Sieme	Jürgen	46:38,00	Fikus	Ewald	1:22:31,00
Averbeck	Marcus	47:01,00	Reimann	Hans	1:23:20,00
Ortlepp	Helmut	47:02,00	Düking	Jürgen	1:23:21,00
Jabs	Christian	47:19,00	Clausing	Andreas	1:24:42,00
Eiken	Helmuth	47:41,00	Krämer	Andreas	1:24:44,00
Leinz	Michael	47:52,00	Holtkötter	Michael	1:26:44,00
Hinssen	Stephan	48:04,00	Huesker	Bernd	1:26:49,00
Uerdingen	Fred	48:07,00	Bartusiak	Stanislav	1:26:56,00
Werning	Manfred	48:23,00	Schäfers	Gottfried	1:28:22,00
Bruder	Bodo	48:30,00	Kreienbaum	Bernhard	1:28:31,00
Völkert	Hinz	49:02,00	Sternberg	Dieter	1:29:36,00
Hoveling	Heinz	49:15,00	Chrzanowski	Stefan	1:29:42,00
Böckers	Bernd	49:41,00	Nergenu	Andreas	1:29:54,00
Wahle	Achim	49:47,00	Kökelsum	Berthold	1:33:53,00
Lauhoff	Bernhard	49:50,00	Drewes-K.	Michael	1:35:03,00
Verspohl	Horst	50:18,00	Rundle	Thomas	1:35:18,00
Breforth	Jürgen	50:54,00	Lauhoff	Theo	1:35:28,00
Rohloff	Dieter	51:11,00	Paßlick	Bernhard	1:35:50,00
Twelkemeier	Udo	51:27,00	Budde	Ulrich	1:38:07,00
Veen/ter	Uwe	51:45,00	Heitmann-L.	Stefan	1:38:55,00
Hasenkamp	Oliver	52:53,00	Daldrop	Hans	1:39:00,00
Maurer	Ulrich	52:54,00	Ortlepp	Helmut	1:39:35,00
Spitta	Thorsten	53:49,00	Tewes	Rolf	1:39:55,00
Wennekers	Georg	53:50,00	Thonemann	Wilhelm	1:40:05,00
Kock	Kai-Uwe	54:41,00	Dörries	Heinrich	1:41:40,00
Schulz	Horst	55:04,00	Ischner	Thomas	1:41:51,00
Hasebrock	Andreas	55:06,00	Grüger	Magnus	1:42:25,00
Mol	Richard	55:22,00	Werning	Manfred	1:43:03,00
Schmitz	Jürgen	59:31,00	Rohloff	Dieter	1:44:41,00
Haußer	Lars	1:00:53,00	Prinz	Helge Dr.	1:45:35,00
Koßmeier	Jürgen	1:01:50,00	Uerdingen	Fred	1:46:57,00
Ottensarend	Rolf	1:02:00,00	Samulski	Peter	1:48:10,00
Plassmann	Florenz	1:04:34,00	Horst	Johannes	1:48:19,00
Wolfgangramm	Volker	1:07:53,00	Volkmer	Peter	1:49:08,00
Wiemann	Klaus	1:11:08,00	Lorek	Joachim	1:49:59,00
Ernesti	Bernd	1:16:25,00	Hensen	Gregor	1:51:29,00
			Völkert	Hinz	1:53:18,00
<u>15 km</u>			Hinssen	Stephan	1:54:03,00
Reimann	Hans	57:13,00	Rührup	Erich	1:55:07,00
Holtkötter	Michael	59:50,00	Bruder	Bodo	1:55:50,00
Lange	Gunnar	1:00:35,00	Schulz	Horst	1:56:08,00
Nergenu	Andreas	1:02:26,00	Hasenkamp	Oliver	2:00:44,00
Chrzanowski	Stefan	1:02:55,00	Becker	Klaus	2:02:34,00
Schäfers	Gottfried	1:05:04,00			
Drewes-K.	Michael	1:05:18,00	<u>25 km</u>		
Lauhoff	Theo	1:06:27,00	Horst	Johannes	2:09:01,90
Dörries	Heinrich	1:09:26,00	Lenger	Robert	2:09:56,00
Thonemann	Wilhelm	1:11:14,00	Eiken	Helmuth	2:26:44,00
Grüger	Magnus	1:12:13,00	Blotenberg	Horst	2:26:44,00
Ortlepp	Helmut	1:13:21,00	Karst Hans	Hermann	2:28:05,00
Obst	Martin	1:13:31,00	Koßmeier	Jürgen	2:47:56,00
Völkert	Hinz	1:20:30,00			
Maurer	Ulrich	1:21:50,00	<u>30 km</u>		
Hasenkamp	Oliver	1:22:27,00	Paßlick	Bernhard	2:22:33,00

Marathon

Schulte	Klaus	2:46:15,00
Fikus	Ewald	2:54:39,00
Roth	Egon	2:54:41,00
Geske	Michael	3:00:18,00
Hawel	Markus	3:03:20,00
Wolbeck	Uwe	3:04:08,00
Krämer	Andreas	3:06:22,00
Paßlick	Bernhard	3:09:25,00
Huesker	Bernd	3:13:09,00
Löcken	Andreas	3:13:28,00
Schäfers	Gottfried	3:13:33,00
Clausing	Andreas	3:14:26,00
Reimann	Hans	3:14:28,00
Kökelsum	Berthold	3:14:56,00
Holtkötter	Michael	3:15:57,00
Otto	Manfred	3:17:44,00
Fleige	Manfred	3:18:13,00
Zumdick	Reinhard	3:19:48,00
Chrzanowski	Stefan	3:20:06,00
Nergenu	Andreas	3:21:58,00
Kreienbaum	Bernhard	3:22:15,00
Sternberg	Dieter	3:24:32,00
Budde	Ulrich	3:25:41,00
Bartusiak	Stanislav	3:26:48,00
Braun	Thomas	3:27:19,00
Drewes-K.	Michael	3:28:15,00
Cloppenburg	Heiner	3:32:38,00
Rosema	Rolf	3:32:40,00
Ischner	Thomas	3:32:46,00
Rundle	Thomas	3:33:48,00
Lauhoff	Theo	3:34:21,00
Thonemann	Wilhelm	3:35:09,00
Twelkemeier	Udo	3:35:50,00
Samulski	Peter	3:39:45,00
Tewes	Rolf	3:41:28,00
Daldrop	Hans	3:41:56,00
Heitmann-L.	Stefan	3:43:41,00
Jahn	Gerd	3:44:07,00
Korte	Dieter	3:44:30,00
Klaiber	Wolfgang	3:46:07,00
Stöcker	Hans-Werner	3:46:27,00
Obst	Martin	3:46:53,00
Wetterau	Georg	3:48:05,00
Bruder	Bodo	3:48:14,00
Kerkhoff	Hartwig	3:50:38,00
Grüger	Magnus	3:52:07,00
Tillmann	Winfried	3:52:08,00
Sieme	Jürgen	3:52:08,00
Koch	Ludger	3:52:41,00
Kampelmann	Klaus	3:53:04,00
Altenbockum	Josef	3:53:04,00
Uerdingen	Fred	3:54:47,00
Lorek	Joachim	3:54:51,00
Hübner	Wolfgang	3:55:04,00
Werning	Manfred	3:55:34,00
Volkmer	Peter	3:57:46,00
Vennemann	Benedikt	3:58:25,00
Kanter	Peter	3:59:38,00
Hengefeld	Heinz	4:02:48,00

Völkert	Hinz	4:07:11,00
Rohloff	Dieter	4:08:40,00
Ortlepp	Helmut	4:09:55,00
Hensen	Gregor	4:11:57,00
Driese	Werner	4:12:42,00
Brauck/vom	Markus	4:13:23,00
Feldhaus	Dieter	4:13:26,00
Horst	Johannes	4:14:20,00
Ischner	Markus	4:17:21,00
Mol	Richard	4:19:25,00
Lenger	Robert	4:20:51,00
Roleff-Schw.	Bruno	4:21:58,00
Stöber	Thomas	4:22:56,00
Neuhaus	Friedhelm	4:29:11,00
Hasenkamp	Oliver	4:31:47,00
Welpelo	Hilmar	4:32:47,00
Kock	Kai-Uwe	4:37:36,00
Leinz	Michael	4:37:41,00
Wahle	Achim	4:37:56,00
Eiken	Helmut	4:37:57,00
Wennekers	Georg	4:37:59,00
Neuhaus	Helmut	4:50:11,00
Revering	Heinz-J.	4:53:50,00
Breforth	Jürgen	4:56:21,00
Plassmann	Florenz	5:09:58,00
Wolfgramm	Volker	5:23:38,00
Hasebrock	Andreas	5:36:10,00
Kristowiak	Udo	5:42:38,00

F R A U E N

<u>1 km</u>		
Holtkötter	Anne	3:34,16
<u>1500 m</u>		
Holtkötter	Anne	5:27,90
<u>3 km</u>		
Lanwer	Rita	11:04,50
Holtkötter	Anne	11:24,00
<u>5 km</u>		
Lanwer	Rita	19:12,23
Holtkötter	Anne	19:56,00
Ziegler	Brigitte	20:17,43
Horst	Hannelore	20:38,00
Lutz	Ruth	21:10,00
Frerick	Heike	21:13,00
Feyerabend	Maria	21:37,00
Hemsing	Maria	21:57,00
Petry	Sigrid	22:37,00
Roleff	Sabine	22:41,00



Vereinsbestenliste 2003

Schwarzkopf	Annette	24:44,00	Hemsing	Maria	1:13:20,00
Hagemann	Beate	24:52,00	Herbert	Christine	1:15:34,00
Dittrich	Heidi	24:59,00	Thonemann	Anne	1:20:24,00
Pöpke	Cecilia	25:59,00	Sprenger	Marlies	1:20:36,00
Deppe	Ulrike	28:42,00	Pöpke	Cecilia	1:21:26,00
Schulz	Sunniva	28:46,00	Schulz	Sunniva	1:29:29,00
Bußmann	Beate	32:02,00	Sinke	Bärbel	1:41:27,00
Kanter	Ingeborg	33:43,00			
Kristowiak	Monika	34:02,00			
Börger	Gabriele	34:17,00			
Hoischen	Gisela	35:06,00			
Sommerfeld-P.	Kornelia	37:54,00			

10 km

Lanwer	Rita	39:07,00
Horst	Hannelore	40:04,00
Graeber	Christiane	41:07,00
Ziegler	Brigitte	41:25,04
Holtkötter	Anne	41:37,00
Feyerabend	Maria	42:58,00
Lutz	Ruth	43:18,00
Eckenbach	Ute	43:28,00
Hemsing	Maria	45:43,00
Petry	Sigrid	46:58,20
Niehoff	Josef	48:10,00
Dittrich	Heidi	48:58,00
Farke	Ruth	49:04,00
Sprenger	Marlies	49:11,00
Hagemann	Beate	50:02,00
Johannes	Ingrid	50:23,00
Herbert	Christine	50:27,00
Löchte	Christel	50:59,00
Buth	Elke	51:08,00
Kamp	Parvin	51:54,00
Thonemann	Anne	53:11,00
Pöpke	Cecilia	53:15,00
König	Ute	53:45,00
Landfried-T.	Helga	55:30,00
Teodoruk	Inke	57:37,00
Schulz	Sunniva	59:34,00
Ringas	Gabi	59:48,00
Wolfgramm	Mechthild	59:55,00
Deppe	Ulrike	1:00:04,00
Claus	Ursula	1:01:19,00
Löchte	Simone	1:01:48,00
Nathaus	Birgit	1:01:54,00
Caspari	Petra	1:02:15,00
Tewes	Dorothea	1:06:15,00
Barlogie	Christa	1:10:39,00
Sommerfeld-P.	Kornelia	1:15:08,00
Hoischen	Gisela	1:15:08,00
Puke	Gabriele	1:16:12,00

15 km

Lanwer	Rita	1:00:26,00
Kammer	Eva	1:04:23,00
Holtkötter	Anne	1:05:35,00
Ziegler	Brigitte	1:05:53,00
Eckenbach	Ute	1:07:32,00
Feyerabend	Maria	1:07:43,00

Halbmarathon

Horst	Hannelore	1:30:04,00
Lanwer	Rita	1:30:07,00
Ziegler	Brigitte	1:30:45,00
Holtkötter	Anne	1:32:34,00
Eckenbach	Ute	1:35:07,00
Lutz	Ruth	1:37:39,00
Feyerabend	Maria	1:39:59,00
Hemsing	Maria	1:40:47,00
Schonebeck	Barbara	1:43:48,00
Niehoff	Josef	1:44:02,00
Petry	Sigrid	1:46:04,00
Prinz	Sylvia Dr.	1:46:39,00
Herbert	Christine	1:54:12,00
Pöpke	Cecilia	1:56:32,00
Daum	Annette	2:01:58,00
König	Ute	2:02:29,00
Schulz	Sunniva	2:14:51,00
Tewes	Dorothea	2:14:52,00
Huesker	Hildegard	2:20:38,00
Beigel	Andrea	2:29:29,00
Dargel	Brunhilde	2:29:28,00

25 km

Horst	Hannelore	1:52:05,68
Hemsing	Maria	2:07:13,00
Farke	Ruth	2:26:24,00
Fierdag	Frauke	2:26:53,00
Karst	Birgit	2:28:06,00
Traud	Annette	2:32:07,00
Borzyskowski/von	Rita	2:34:15,00
Heckmann	Brigitte	2:34:15,00
Caspari	Petra	2:51:40,00

30 km

Hagemann	Beate	3:21:11,00
Rüpp	Irmgard	3:50:08,00
Ordelheide	Brigitte	3:50:09,00
Beigel	Andrea	3:50:14,00
Dargel	Brunhilde	3:50:15,00

Marathon

Ziegler	Brigitte	3:08:05,00
Horst	Hannelore	3:09:09,00
Lanwer	Rita	3:09:57,00
Kammer	Eva	3:11:06,00
Holtkötter	Anne	3:15:43,00
Feyerabend	Maria	3:30:39,00
Eckenbach	Ute	3:33:21,00

Lutz	Ruth	3:35:49,00	Ring	Doris	4:54:15,00
Kranenburg	Alida	3:39:39,00	Dreier	Melanie	4:55:31,00
Suwelack	Julia	3:40:08,00	Wigger	Barbara	4:56:10,00
Großmann	Dagmar	3:45:31,00	Huesker	Hildegard	4:58:37,00
Prinz	Sylvia Dr.	3:55:04,00	Wolgast-A.	Christa	5:03:15,00
Löchte	Christel	3:55:25,00	Schulz	Sunniva	5:06:57,00
Petry	Sigrid	3:55:59,00	Tewes	Dorothea	5:06:57,00
Bennink	Christiane	3:57:12,00	Bochinski	Renate	5:11:01,00
Dohmann	Angelika	3:57:59,00	Rüpp	Irmgard	5:14:16,00
Hemsing	Maria	3:59:20,00	Bodenberger	Christiane	5:14:17,00
Durynek	Hildegard	4:03:23,00	Reimann	Marita	5:14:17,00
Kerkhoff	Hildegard	4:04:01,00	Tüllmann	Jutta	5:18:00,00
Thonemann	Anne	4:05:20,00	Brummel	Hildegard	5:21:01,00
Dittrich	Heidi	4:05:58,00	Kanter	Ingeborg	5:22:33,00
Niehoff	Josef	4:07:15,00	Kristowiak	Monika	5:22:34,00
Herbert	Christine	4:08:05,00	Hoischen	Gisela	5:32:45,00
Pöpke	Cecilia	4:11:11,00	Melkonyan	Anusch	5:34:22,00
Schwarzkopf	Annette	4:11:31,00	Brinck	Gaby	5:37:57,00
König	Ute	4:13:51,00	Benz	Petra	5:40:58,00
Roleff	Sabine	4:18:38,00	Obert	Claudia	5:43:39,00
Johannes	Ingrid	4:19:40,00	Beigel	Andrea	5:54:49,00
Mecking	Almut	4:21:16,00	Sinke	Bärbel	5:54:49,00
Kamp	Parvin	4:22:39,00	Landfried-T.	Helga	6:08:51,00
Buth	Elke	4:22:41,00			
Hagemann	Beate	4:23:07,00	<u>100 km</u>		
Everke-M.	Magdalene	4:27:40,00	Kerkhoff	Hildegard	10:12:57,00
Papenkort	Christa	4:29:19,00	Suwelack	Julia	10:23:40,00
Grawe	Karin	4:37:27,00			
Revering	Elisabeth	4:50:26,00			

• Jürgen Sieme

Nicht vergessen!

Unsere
diesjährige
**Jahreshauptver-
sammlung**

findet am 19. März 2003
um 19.30 Uhr im
Brauhaus am Kanal,
Bennostraße 7, statt

Und schon mal
vormerken:

Unser **Vereinsjubiläum** feiern
wir am 17. Mai (Ersatztermin 10.
Mai), Anmeldung an Peter (Tele-
fon: 78 43 10, Fax: 78 43 24,
samulsk@uni-muenster.de)

STARTkatalog

M ä r z Meldeschluss

- | | | | |
|-----|-------------------|---|----------|
| 01. | Vreden* | Volkslauf 10 km, Halbmarathon | |
| 08. | Bad Dür rheim | Deutsche Meisterschaft Crosslauf | 14.02.03 |
| 09. | Haltern-Flaesheim | Volkslauf, 5km, 10 km, 20 km | |
| 15. | Münster* | 8. LSF Straßenlauf 3km, 5km, 10 km, Halbmarathon (Kreismeisterschaft) | |
| 22. | Steinfurt* | Steinfurt Marathon (Münsterlandmeisterschaft) | 14.02.03 |
| 22. | Burghaslach | Deutsche Meisterschaft Halbmarathon | 28.02.03 |
| 30. | Gütersloh | Volkslauf 5 km, 10 km, Halbmarathon | |

A p r i l

- | | | | |
|-----|--------------------|--|----------|
| 06. | Harsewinkel | Volkslauf 5km, 10km, Halbmarathon | |
| 12. | Gronau* | DLV-Lauf 1 km (Schüler), 3,2 km, 10 km | |
| 13. | Bertlich* | Halbmarathon-Meeting | |
| 13. | Bad Frankenhausen | DM Senioren Berglauf | 20.03.03 |
| 19. | Paderborn* | DLV-Lauf Halbmarathon, 10 km | |
| 19. | Haltern-Flaesheim* | Volkslauf 7,5 km, Halbmarathon | |
| 27. | Hamburg | Marathon | |
| 27. | Bielefeld | Hermannslauf, Jogginglauf 30 km | 24.02.03 |
| 27. | Münster* # | Rund um den Allwetterzoo, 5 km, 10 km | 17.04.03 |
| 30. | Nordkirchen* | Dorflauf 1km (Schüler), 5 km u. 10 km | |

M a i

- | | | | |
|---------|-----------------|---|----------|
| 03. | Kamen-Methler | Westf. Langstrecke 10.000m | 17.04.03 |
| 03./04. | Lengerich-Hohne | Hohner Doppelpack (1.Tag 26 km, 2. Tag 24 km) | |
| 09. | Emsdetten* # | Straßenlauf 3 km, 10 km | |
| 10. | Hamm* | Frauenlauf 10 km | |
| 11. | Dortmund* | Ruhr-Marathon (Westd. u. Westf. Meister) | |
| 16. | Dülmen* | 5 km, 10 km | |
| 17. | Harsewinkel | Night-Run (Start um 20.30 Uhr) | |
| 25. | Enschede* | Twente-Marathon | |
| 29. | Beckum | Marathon-Staffellauf | |

J u n i

- | | | | |
|-----|-----------|--|----------|
| 01. | Duisburg* | Marathon DM, Start 8.30 Uhr
Wir organisieren einen Bus:
Abfahrt Sentruper Höhe 05:30 Uhr | 17.04.03 |
|-----|-----------|--|----------|

Die mit * gekennzeichneten Wettbewerbe finden auf vermessenen Strecken statt und werden in unserer Spiridon-Punktewertung berücksichtigt. Hier # übernimmt der Verein das volle Startgeld! Meldungen zu Veranstaltungen mit einem angegebenen Meldeschluss sind möglich bei:

Jürgen Sieme, Bockhorststr. 57, 48165 Münster, Tel. 02501/4705,
E-Mail: juergen.sieme@t-online.de

Aus Freude am Laufen

Ausrüstung und Beratung für Läufer, Jogger, Walker
und alle, die damit anfangen wollen.

ACTIVE
SPORTSHOP

LEX Lauf&Jogarten

Bielefeld - Haderwall 51 - Tel. 05 21-17 11 16
Gütersloh - Blesswäldchen 27 - Tel. 052 41-21 29 94
Münster - Ladegerplatz 11-13 - Tel. 02 51-52 40 34



www.active-sportshop.de

Öffnungszeiten Bielefeld und Münster: Mo-Fr 10-18.30 | Sa 10-15
Gütersloh: Mo-Fr 10-13, 14.30-18.30 | Sa 10-15



- **allianz**