

LSF

Zwischenzeit



Heft 47 • Februar 2002 • 11. Jahrgang

- 13. Internationaler Silvesterlauf
 - Vereinsbestenliste
 - Startkatalog
 - Jugend im Wandel



Anzeige Volksbank

1348 Starter an der Sentruper Höhe

4000 Zuschauer bilden stimmungsvollen Rahmen

Ski und Rodel gut, aber das Laufen auch. Bei der 13. Auflage unseres Silvesterlaufes herrschte, wie schon im Vorjahr, herrliches Winterwetter. 15 bis 20 cm Schnee, Temperaturen um den Gefrierpunkt und ein strahlend blauer Himmel lockten 1348 Starter an die Sentruper Höhe. Um drei Meldungen wurde zwar ein neuer Teilnehmerrekord verpasst, dennoch gab es zwei Rekorde zu vermelden. 778 Laufinteressierte hatten sich für den 10-km-Lauf angemeldet, soviel wie noch nie in der 12-jährigen Geschichte. 450 Online-Anmeldungen bedeuteten ebenso einen neuen Voranmelderrekord auf elektronischem Weg. Damit lagen diese Anmeldezahlen erstmals über den schriftlichen. Ebenso rekordverdächtig war die Veröffentlichung der Resultate im Internet. 18.45 Uhr, nur drei Stunden nach dem letzten Zieleinlauf, waren die Ergebnisse im Internet zu bewundern. Fotos von unserem Event gab es ab dem 2. Januar online unter www.lsf-muenster.de. Mit einem solchen Service kann man Laufinteressierte begeistern.

Das schöne Wetter nutzen rund 4000 Zuschauer und bildeten damit einen stimmungsvollen Rahmen für die Läufe. Trefflich ließe es sich darüber spekulieren, ob bei besseren Straßenverhältnissen noch mehr Teilnehmer unserem Angebot gefolgt wären, denn die Straßen in und um Münster waren doch noch ziemlich glatt.

Ähnliche Verhältnisse wollten wir auf unserer Strecke vermeiden. So wurde sie vom Schnee geräumt und mit 13 Tonnen Streugut abgestumpft. Dies war nur durch die Unterstützung der Platzwarte des Sportamtes in Münster und zahlreicher Helfer möglich. Die Platzwarte hatten schon vorsorglich, in Erinnerung des Vorjahres, genügend Streugut gebunkert.



In den bewährten Händen von Dagmar Großmann lag diesmal die Organisation der Halle. Dagmar agiert, ganz wie es ihre Art ist, eher im Stillen. Dennoch klappte es wie am Schnürchen. Allerdings beklagte sie sich ein wenig darüber, dass bei Abbau und dem Reinigen der Halle die Helferhände nicht mehr so zahlreich waren. Mancher einer hatte sich offensichtlich stärker auf die anderen Helfer verlassen, die da möglicherweise hätten...

Selten, eigentlich noch nie, sah ich so viele entspannte Gesichter im EDV-Raum. Offensichtlich zahlt sich so langsam die Unmenge an Arbeit - hierbei allen voran Jürgen Sieme - aus, die in die Verfeinerung unserer EDV gesteckt worden ist.

Keine besonderen Vorkommnisse wurden vom Start- und Zielbereich berichtet. Es lief einfach optimal.

Aus sportlicher Sicht beherrschte in diesem Jahr bei den Männern die Jugend klar die alten Laufhasen. Den Vogel schoss dabei der B-Jugendliche Stefan Koch von der TB Burgsteinfurt ab. Er gewann, wie schon im Vorjahr, die 5-km-Distanz in einer Zeit von 15:47 Minuten mit großem Vorsprung, um sich dann im folgenden 10-km-Lauf in 32:42 Minuten noch den zweiten Platz zu erlaufen. Vor ihm platzierte sich lediglich der 20-jährige Manuel Meyer (32:07), der künftig für den TV Wattenscheid an den Start gehen wird.

Silvesterlauf 2001



Bei den Frauen wiederholten Dorit Horstmann vom LT Dorsten (19:47) über 5 km und Maria Weßling vom ESV Münster (39:35) über 10 km ihre Vorjahrsfolge. Über 70 Starter nutzten das eigenständige Angebot über 5-km-Walking. Neu im Programm war auch ein Fun-Lauf über 3 km. Bei diesem Lauf ohne Wettkampfcharakter gibt es keine Zeitnahme. Über 30 Laufinteressierte nutzten dieses neue Angebot, das auch beim 14. Silvesterlauf am 31. Dezember 2002 angeboten wird. Der Anfang ist gemacht. Noch können wir uns hier nicht mit Berlin messen. Wollen wir auch gar nicht. Denn in Berlin schickte Bundestagspräsident Wolfgang Thierse am Silvestertag 4000 Läuferinnen und Läufer ohne Wettkampfabitionen auf die Laufstrecke.

Der Dank des Vorstandes richtet sich auch in diesem Jahr an alle eifrigen Helfer. Der 13. Silvesterlauf war eine Werbung für unseren Sport. Nun gilt es, diese positiven Erfahrungen zu unserem 7. LSF-Staßenlauf am 9. März 2002 zu übertragen, denn da sind erneut alle Vereinsmitglieder aufgefordert, sich als Helfer zur Verfügung zu stellen.

Der Vorstand ist sich dessen bewusst, dass es ohne Sponsoren, denen auf diesem Weg gedankt, nicht geht: Für einen guten Transport aller unverzichtbaren Hilfsmittel sorgte zum x-ten Mal die Fa. Iveco. Dass der 1. FC Gievenbeck uns die Partygarnituren seit Jahren unentgeltlich zur Verfügung stellt, ist ebenso keine Selbstverständlichkeit. Achim Hauertmann vom Active-Sportshop ist auch schon seit Jahren ein verlässlicher Partner unseres Vereins, wie auch die Allianz-Generalvertretung Winter oHG.

• Michael Holtkötter
im Namen des Vorstandes der Laufsportfreunde



Dringend Helfer gesucht!

Für unseren Straßenlauf am 9. März werden noch Helfer gesucht. Meldet Euch bitte bei folgenden Telefonnummern (Thomas Braun - Strecke, 02 51/26 05 54; Dagmar Großmann - Halle, 02 51/27 41 23; Michael Holtkötter - Start und Ziel, 02 51/ 86 73 98). Wie immer benötigen wir Kuchen für die Cafeteria zum Straßenlauf, auch dafür bitte an Dagmar wenden.

Auch für den 1. Volksbank-Münster-Marathon werden jetzt die Helfertrupps zusammengestellt. Bitte meldet Euch bei Werner Driese (02 51/79 62 61) oder Peter Samulski (02 51/78 43 10).

Kleiderkammer!

Brigitte Ordelheide hat vorläufig die Aufgaben der Kleiderwartin übernommen und vertritt damit notwendigerweise Magdalene Bittner. Termine sind mit Brigitte telefonisch unter der Nummer 0251-86 39 56 abzusprechen.

Helferfete!

Für den 12. April plant der Vorstand die inzwischen schon zur Tradition gewordene Helferfete. Diesmal nicht zwischen beiden Läufen, sondern danach, will sich der Verein auf diesem Wege bei allen Helfern unserer beiden Laufveranstaltungen bedanken.

Gesucht

wird ein Interessierter für das Internet.
Aufgabe: Betreuung der Homepage der Laufsportfreunde (www.lsf-muenster.de).
Voraussetzung: Interesse, Grundkenntnis im Umgang mit einem Homepageeditor wie Frontpage oder Dreamweaver.
Entlohnung: mit unendlich viel Ehre und dem guten Gefühl, etwas für die große Gemeinschaft getan zu haben.
Ansprechpartner: Jürgen Sieme
Telefon 0 25 01/47 05.

Hermannslauf!

Achim Hauertmann vom Active-Sportshop bietet auch in diesem Jahr wieder eine Busfahrt zu einem Trainingslauf auf dem Hermannsweg an. Die gesamte Strecke wird einmal abgelaufen. So kann man sich einen guten Eindruck davon verschaffen. Restplätze sind im Bus noch frei. Interessierte sollten sich umgehend im Active-Sportshop melden!

Liebe Lauffreunde,

der Startkatalog auf der folgenden Seite wurde mit dieser Ausgabe um eine Spalte mit der Überschrift „Meldeschluss“ ergänzt. Wenn sich nur dies ändern würde, wäre eine Erläuterung nicht nötig. Bedingt durch berufliche und private Belastung lässt sich der erforderliche Zeitaufwand für den Anmelde-service zu allen Läufen nicht mehr durchhalten. Meine Bitte an euch: für jene Veranstaltungen, bei denen kein Meldeschluss verzeichnet ist, meldet Euch bitte selber an und schickt mir mit dem erlaufenen Ergebnis die Quittung zu. Dadurch wird die Spiridonauswertung mit vielen mir bekannten Ergebnissen möglich sein und das Erscheinen in der „Zwischenzeit“ ebenfalls. Eine zügige Erstattung zum ersten des Folgemonats sichere ich Euch zu. Anmeldungen zu Läufen im Inland mit Chipauswertung werde ich weiter wie gewohnt bearbeiten. Ich hoffe auf Euer Verständnis.

• Jürgen Sieme

Abtauchen zum „unterirdischen“ Marathon

Mit Michael Geske am 27.1.2002 beim 3. Elbtunnel-Marathon in Hamburg

Das sind doch alles Verrückte“, urteilten einige Passanten, die von den St.Pauli-Landungsbrücken nach Steinwerder oder zurück unterwegs waren, beziehungsweise die Hamburg-Touristen, die kamen, um den „Alten Elbtunnel“ aus nostalgischen Gründen zu besichtigen. Er ist seit 1911 eine Fahr- und Fuß-gängerverbindung 16 m unter der Wasseroberfläche der Elbe und besteht aus zwei ausgemauerten eisernen Röhren von 448,5 m Länge und 4,7 m lichter Höhe.

Wenn man sich allerdings die fröhliche und scherzende Läuferschar der „handverlesenen“ 200 Marathonfreaks und Ultras mit hoher internationaler Beteiligung (von denen 178 „durchkamen“) ansah - mehr hatte das Amt für Strom- und Hafenanbau aus Sicherheitsgründen und wegen der begrenzten Kapazität der Rettungswege nicht zugelassen - und mit den „miesepetrigten Normalbürgern“ mit ihren nassen Schirmen und der Sturmkleidung verglich (die uns dokumentierten, wie das Wetter „über Tage“ war), der müsste erst einmal wissen, was denn nun „normal“ ist.

Die Idee zum „Laufen unter dem Wasser“, dem ersten Marathon „unter Tage“ überhaupt und Europas zweitiefstem nach dem „Underground-Marathon (Weiße Hölle)“ im Kalibergwerk im thüringischen Sondershausen, hatten Mitglieder des veranstaltenden Vereins „100 Marathon-Clubs“. Der erste fand im Januar 2000 mit 83 Teilnehmern statt und drohte schon bei der Premiere bis zum allerletzten Augenblick „abzusaufen“, weil die Elbe Hochwasser führte. Der

Höchstwasserstand war bereits erreicht, und bei einem weiteren Anstieg von lediglich 30 cm (der Länge einer Schlangengurke) hätte man den Tunnel sperren müssen.

Aber „Poseidon“ hatte ein Einsehen, und so gewannen in einem „skurrilen Rennen“ Eberhard Bergner vom ESV Lok Potsdam in 2:46:22 h und Ricarda Botzon vom TSV Eintracht Hittfeld 1905 in 2:49:32 h. Die Runden wurden per Hand gezählt, und es gab schon damals „Konfusionen“ und „Irritationen“...

Die Strecke geht durch beide Tunnelröhren über insgesamt 48 Runden auf einer „fiktiven blauen Linie“ à 870,8 m plus einem Auftaktstück mit 396,6 m - das war mein erster Marathon, bei dem ich zum Aufwärmen schon vor dem Start mehrfach den gesamten Parcours abgelaufen bin. Die völlig asphaltierte Straße ist je zu einem Drittel leicht abfallend, dann eben und wieder leicht ansteigend, zusammen etwa 150 Höhenmeter.



Damit es keine Abgasprobleme gab, war die „Tiefgarage“ ab Samstag 16.30 Uhr von jeglichem Motorverkehr frei. Nur ein paar „Stinker“ durften die fünf Toilettenhäuschen für den einen Fahrstuhlschacht und die vorgeschriebenen Feuerlöscher bringen. So wurde die fehlende Frischluft nie knapp oder trocken, und man lief wie in einem Sauerstoffzelt.

Und ohne jeglichen Wind bei zirka 8 Grad plus wurde diese „Strecke unter dem Strom“ auch noch schneller. Wer zudem noch wie die Spitzenläufer immer auf dem linken Bürgersteig lief - linke Gerade, linke Kurve, lin-

ke Gegengerade, linke Gegenkurve - und die Ecken schnitt, sparte Meter und hatte keine Probleme beim Überholen.

Natürlich war da die Einöde der Röhren zu überwinden, denn der Blick erfasste nur gelbliche Tunnelwände mit schönen alten Jugend-stilkacheln und -mosaiken, Aufzüge, Treppen und gedämpfte Beleuchtung. Aber ich war ja vor Jahren in dem größten Einkaufszentrum der Welt "unter Tage" in Milton Keynes/England mit der deutschen Nationalmannschaft Weltmeister im 24-Stunden-Lauf geworden und wusste vorher, was mich erwarten würde. Doch die zugelassenen 500 Menschen (Betreuer, Zähler, Zuschauer) sorgten für eine wohlthuende Stimmung "in der Tiefe" und verpflegten uns mit warmen und kalten Getränken, Obst, Wechselkleidung usw., so dass das NDR-Fernsehen am nächsten Tag genügend "Stoff" über uns "Unterirdische" bringen konnte. Alles in allem waren wir so gut versorgt und genossen diesen außergewöhnlichen Lauf, dass Rotraut uns anfeuern und fotografieren (Ergebnis s.o.) konnte, ohne für uns Schwimmflossen und -flügelchen oder gar ein Schlauchboot und Gummistiefel bereit halten zu müssen.

Aber es gab trotzdem eine "mittlere Katastrophe": Eigentlich sollte nämlich das Zählverfahren wie im vorigen Jahr per High-Tech mittels dem bewährten Champion-Chip-System (CC-Anlage) vorgenommen werden, aber ausgerechnet diese Firma ließ uns im Stich. Und das, wo doch über uns eine "Fish' n chip"-Bude neben der anderen stand und überall "ships" "herumchipperten". Wahrscheinlich baute sie währenddessen ihre Geräte im "Neuen Elbtunnel", den es seit 27 Jahren gibt und der 2,9 km lang ist, auf und wunderte sich, wo denn die Läufer blieben -vielleicht hat sie dann Autos gezählt. So verzögerte sich der Start, bis händeringend genügend Freiwillige "rekrutiert" waren, die unvorbereitet

je 20 Teilnehmer manuell "zählen" sollten. Das "Chaos" war vorprogrammiert, aber es war uns immer noch lieber, als wenn der "Unterwasserlauf" wirklich "ins Wasser" gefallen wäre. Ab Beginn erinnerte das Zurufen, Gestikulieren, Diskutieren, Schreien und Protestieren an den Fischmarkt ein paar Stunden früher.

Michael (mit einer Vorgabe von 3:15 h für diesen Lauf) - wie ich immer auf der Suche nach ausgefallenen Läufen - und ich (Vorgabe 3:45 h) nahmen das Ganze gelassen und wussten daher drei Tage lang nicht, welche Zeit wir denn nun hatten und wie weit wir denn gelaufen waren. Wir hatten uns vorgenommen, den ersten bis zum letzten (?) Meter zusammen zu laufen. Da ich allerdings für eine Runde ins "Trockendock" musste, hätte ich noch eine "Warteschleife" mehr laufen müssen als er. Ich habe eine Läuferuhr mit 50 Speicherplätzen, die ich brav nach jeder Runde drückte. Wir sollten 48 Runden laufen. Nach der 52. Runde nahm man urplötzlich Michael ohne Vorwarnung aus dem Rennen und mich ließ man (weil ich so alt aussah?) noch zwei Runden kreisen. Da alle protestierten, fanden wir kein Gehör, aber der Organisator hat mir wenigstens einen Krümel abgezogen. Solch ein "Rundenschätzen" dürfte es bei einem Boxkampf oder einem 800-m-Rennen nicht geben! Der letzte Läufer wurde nach 5.40:30 h "begnadigt"!

Wer Michaels rechten Unterschenkel kennt - außer seiner Frau und seinen 3 Kindern natürlich -, der weiß um den tätowierten Hawaiianer vom Honolulu-Marathon, der dort bleibt, bis Michael auch diesen Lauf absolviert hat. Da er seine Läuferuhr vergessen hatte, machte er sich nach jeder Runde synchron mit mir einen Strich auf die Hand und hatte nach 50 Linien (oder Fragezeichen?) auch keinen Platz mehr - es war schließlich an die Eigenverantwortung der einzelnen Teilnehmer beim Zählen ap-

Vom Wettkampfgeschehen

pelliert worden! Dieses "Strich-Tattoo" wird er wohl nicht so lange dort lassen - abdu-schen konnte er es sowieso nicht sofort, denn es gab keine Umkleidekabinen und auch nicht die angegebenen Duschen in der Jugendherberge "Auf dem Stintfang" oberhalb des U-/S-Bahnhofs Landungsbrü-cken.

Sieger waren wie im Vorjahr erneut Ricarda Botzon (W35) mit 2:50:13 h und Michael Schürig (M 30) aus Weilerswist in neuer Bestzeit von 2:37:01 h, der im Ziel über die "Erfassung" sagte: "Solange mich keiner überholte, der deutlich schneller war, ging ich davon aus, dass ich in Führung war".

Mit Michael zu laufen war das reinste Vergnügen, und für mich war es beruhigend, einmal „unter dem Krebs“ (der Elbe) her-zulaufen. Der Mann ist ein Phänomen: immer gut gelaunt, freundlich, kamerad-schaftlich und nichts bringt ihn aus der Ruhe. Wo ist bei ihm der Haken?

Mit seinem "vorgeschlagenen Laufende" und dem Ergebnis von 3:35:20 h (8. M40) war er sehr zufrieden, zumal er nach eigen-er Aussage in der letzten Zeit mehr aufs linke Knie gefallen ist als trainiert hat. Und ich freute mich über meine "Herausnahme"

mit dem 2. Platz in M60 nach 3:39:45 h in der Ergebnisliste, zumal man hier sowieso keine Tempoplanung einhalten konnte.

Trotzdem hatte die Teilnahme am Elbtunnel-Marathon in Hamburg für mich ohnehin ihren eigenen Stellenwert, da ich dort vor knapp einem Jahr "meine Organ-spende" hatte. Wer schon einmal bei "Radio Antenne Münster" einen Beitrag zum 1. Münster-Marathon gehört hat, der weiß vielleicht, dass ich mich mit den Marathon-Erstlingen Birgit Arning, Pia Erming, Bärbel Wand und dem Reporter Christian Wasmuth auf meinen 90. vorbereite. Da kam mir der "Elbtunnel" als 88. gerade recht und der 89. soll am 16. März auf meiner "Hausstrecke" in Steinfurt stattfinden.

• Peter Samulski

LAUFSPORTREISEN 2001/2002

- VANCOUVER
Kanada Marathon + Halbmarathon
2.5.-8.5.2002 ab 725 Euro
mit Anschlussreise zu den Rocky Mountains
- BUDAPEST Halbmarathon 30.8.-2.9.2002
Marathon 27.9.-30.9.2002
ab 145 Euro
- ZYPERN Halbmarathon + 5 km
21.11.-28.11.2002
ab 459 Euro
- MALTA Marathon und Halbmarathon
19.2.-26.2.2002 zum Superpreis
ab 304 Euro □
- LISSABON Halbmarathon und 7 km
mit Aufenthalt an der Algarve
12.3.-19.3.2002 ab 480 Euro
(im ****Hotel)

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

Die Organisationsmaschinerie rollt auf Hochtouren

T-shirt, Medaille und ein Film auf CD-Rom für alle Finisher

Fast 900 Anmeldungen liegen schon heute für den 1. Volksbank-Münster-Marathon vor, der am Sonntag, 8. September 2002 erstmalig in Münster seine Premiere feiert. Neben dem sportlichen Event soll der Marathon in Münster auch ein Erlebnis- und Kulturangebot besonderer Art sein, mit Stelzenlauftheatern, Samba- und Latein-Musik- und Tanzgruppen. Diese werden vornehmlich bei den Powerpoints in der Mitte von Gievenbeck, auf dem Pantaleonplatz in Roxel, auf der Mecklenbecker Straße, auf dem Kardinal-von-Galen-Ring und natürlich auf dem Prinzipalmarkt für Unterhaltung sorgen. Doch das elfköpfige Organisationsteam des Münster-Marathon e.V.s ruft auch interessierte Bands, Chöre, Cheerleadergruppen, Komödianten, Artisten, Tänzer, Disc-Jockeys, Schlagzeuger, Nachbarschaftsgemeinschaften und alle, die in irgendeiner Weise gern zu diesem Megaereignis beitragen möchten, auf, sich für einen Einsatz zu melden (Meldeadresse: Michael Brinkmann, Volksbank Münster 0251/5005362). Der Verein koordiniert die einzelnen Aktivitäten und sorgt dafür, dass in den Medien Veröffentlichungen erfolgen, welche Gruppe wann und wo anzutreffen ist. Darüber hinaus wird es auch einen Marathon-Guide geben, der die einzelnen Rahmenprogramme auflistet. Eine gute Möglichkeit, dieses sportliche Top-Ereignis in Münster zu unterstützen und gleichzeitig auf sich aufmerksam zu machen.

Auch die Werbung soll zweigleisig laufen: einerseits wird mit Plakaten und Handzetteln für das sportliche Ereignis geworben, andererseits auch für das facettenreiche Erlebnis- und Kulturprogramm. So können sowohl die Läufer als auch die Zuschauer und die 500 Helfer, die in die Veranstaltung eingeplant sind, begeistert werden. Ziel ist es, ganz Münster in die Veranstaltung einzubinden und so auswärtigen Läufern das

gute Image unserer Stadt zu vermitteln.

Mehr als 14.000 Internetzugriffe verzeichnet inzwischen die Homepage des Münster-Marathon e.V., bei der man Informationen über die Presseveröffentlichungen, Meinungen im Forum, Antworten zu den häufig gestellten Fragen usw. abrufen kann. Unaufhörlich tickt dabei im Hintergrund der Marathon-Counter und zählt die noch verbleibenden Tage, Stunden und Minuten bis zum großen Start.

Alle Finisher können sich über besondere Bonbons nach dem Marathon freuen. So gibt es nicht nur das in der Ausschreibung veröffentlichte Finisher-T-Shirt, sondern auch eine eigens angefertigte Medaille und einen 30-minütigen Film über den Marathon, der mit der Ergebnisliste als CD-ROM an alle Finisher verschickt wird.

Wir freuen uns über die große

Resonanz über unseren 1. Volksbank-Münster-Marathon. Die gute Stimmung der Laufsport treibenden Vereine in Münster, die durch die Teilnahme an verschiedensten Wettkämpfen unseren Marathonlauf in die ganze Welt hinaustragen, und die positiven Meinungen in unserem Internetforum halten das unentwegt arbeitende



Feste feiern



Auf unserer Weihnachtsfeier

gab es dank unseres
Festkomitees nicht
nur ein gutes Büfet, viel
Unterhaltung wie



Bauchtanz
und Musik

sowie reichlich
Ehrungen wie die
Auszeichnung
in der
Spiridonwertung,



sondern auch eine
prächtige Stimmung.





Unsere Sportpersönlichkeiten des Jahres 2001: Silke Driese und Paul Gärtner

Im Rahmen unserer Weihnachtsfeier wurden erstmals die **Sportpersönlichkeiten unseres Vereins des Jahres 2001** von den anwesenden Mitgliedern gewählt. Diese Ehrung soll sich etablieren. Geehrt werden diejenigen, die durch ihr Engagement das Vereinsleben bereichern. Auf vorbereiteten Stimmzetteln konnte jeder sein Votum abgeben und seine Wahl kurz begründen.

Das Stimmresultat war eindeutig. Zur Sportpersönlichkeit des Jahres 2001 bei den Frauen wurde Silke Driese gewählt, die sich am liebsten vor der Ehrung verkrochen hätte. Sie musste erst aus dem Foyer zurück in den Saal geholt werden. In der Mehrzahl wurde in den Begründungen auf ihr soziales Engagement im Verein hingewiesen. Paul Gärtner begleitete stehende Ovationen bei seinem Gang zur Ehrung nach vorn. „Paul - wer sonst?!“ war als Begründung auf einem Stimmzettel zu lesen. Dem ist nichts hinzuzufügen, denn Paul verkörpert in sich die Tugenden, die einem die Mitgliedschaft in einem Verein so erstrebenswert erscheinen lassen.

Auch 2002 sollen durch die Vereinsmitglieder die Sportpersönlichkeiten des Jahres gewählt und zur Weihnachtsfeier geehrt werden. Über die „Zwischenzeit“ erhält jedes Vereinsmitglied einen Stimmzettel. Haltet also die Augen nach denjenigen offen, die sich in diesem Jahr besonders um das gute Klima im Verein verdient machen.



„...und mit dem Po auf der Matte landen!“

Drei Schritte Anlauf, beginnend mit dem linken Bein, dann rechts und links. Absprung vom linken Fuß, eine Viertelkörperdrehung und mit dem Po auf der Matte landen!“ Alles verstanden? Klingt doch irgendwie einfach, zumal wenn die Übung vorge-macht wird. Das ganze stellt eine hinfüh-



rende Übung zum Erlernen des Hochsprung-Flops dar, die gelegentlich in das Training der Kinder eingebaut wird, um dem Nachwuchs auf verschiedene Art vielfältige Bewegungsformen nahezubringen.

Doch die Probleme bei den jüngsten Vereinsmitgliedern fangen schon an, bevor es richtig losgehen kann, denn: Welches ist eigentlich das linke Bein? Und selbst, wenn darüber einigermaßen Klarheit herrscht, steht manchmal der eigene Eifer im Wege. Ich hatte derlei Probleme längst vergessen, denn in den letzten Jahren kümmerte ich mich in erster Linie um das Training der älteren Jugendlichen, und die kennen ihr linkes Bein (meistens). Ester Droste zu Vissching leitete bis zum vergangenen Sommer das Training der Jüngeren. Nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung hat sie zur eigenen Überraschung gleich eine Anstellung in Dortmund gefunden. Des einen Freud - des anderen Leid: Ester wohnt seither auch in Dortmund und steht uns als Übungsleiterin nicht mehr zur Verfügung. So

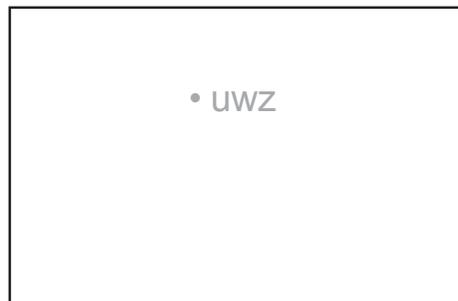
versuche ich seit dieser Zeit, Ester zu ersetzen.

Zunächst musste ich umdenken, denn das Training mit jüngeren Kindern unterscheidet sich grundlegend vom Übungsbetrieb mit älteren Jugendlichen oder Erwachsenen. Inzwischen habe ich mich darauf eingestellt.

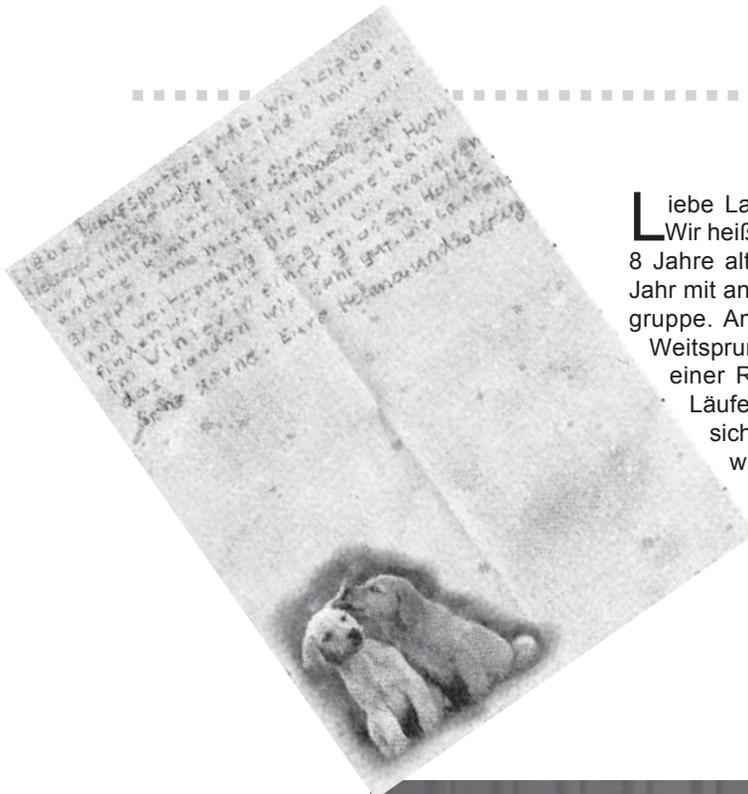
Anlass zum Lachen gibt es immer, die Kinder stecken voller Überraschungen. Die größte Schwierigkeit besteht darin, den Altersunterschied der Gruppe so zu handhaben, dass keiner über- bzw. unterfordert wird. Gerade in den jungen Jahren machen zwei oder drei Jahre viel aus. So ist ein großes Anliegen von mir, frühzeitig Selbständigkeit zu entwickeln. Die Ältesten in der Gruppe bekommen teilweise Trainingsaufgaben zugewiesen, die sie eigenständig durchführen. Eine stille Kontrolle durch mich genügt in der Regel.

Somit bleibt mir mehr Zeit, mich den Jüngeren zuzuwenden. Dies ist sicher keine ideale Konstellation, aber eine machbare. Der Spaß an der sportlichen Bewegung steht immer im Vordergrund. Im Idealfall merken die Kinder nicht, dass sie intensiv trainiert haben. Für sie war alles nur Spiel. Für mich ist das mit „links“ allerdings nicht zu machen.

• Michael Holtkötter



LSF-Juniors



Liebe Laufsportfreunde!
Wir heißen Helena und Solveig. Wir sind 8 Jahre alt. Wir trainieren seit fast einem Jahr mit anderen Kindern in Michaels Laufgruppe. Am besten finden wir Hoch- und Weitsprung. Die Bimmelbahn (Laufen in einer Reihe hintereinander, der letzte Läufer überholt die Gruppe und setzt sich an die Spitze - d. Red.) finden wir nicht so gut. Wir trainieren im Winter in einer großen Halle, das finden wir sehr gut. Wir laufen sehr gerne.

Eure Helena und Solveig





•active

Auftakt zum 1. Active-Frühjahrslaufcup beim 7. LSF-Straßenlauf

Früher war es der Active-Sommerlaufcup - heute ist daraus der Active-Frühjahrslaufcup geworden. Geblieben ist das Konzept, an mehreren, ausgewählten Laufveranstaltungen teilzunehmen. Die besten drei Ergebnisse, nach Platzziffern, kommen dann in die Wertung, die sowohl als Gesamtwertung als auch in den Altersklassen erfolgt. Ausgewertet und mit schönen Preisen versehen, wird das Ganze dann von Active-Sport Münster in einer eigenen Veranstaltung am Ende des Cups. Die bisherigen Abschlussveranstaltungen, alle liebevoll organisiert, zeigten sehr deutlich, dass hier Läufer für Läuferinnen und Läufer am Werk waren.

Warum kam es nun aber zu einer Veränderung des Veranstaltungssystems? Einige Laufveranstaltungen sind hinzugekommen, andere sind als Cuplauf gestrichen worden. Trotz der attraktiven Preise blieben in der Vergangenheit die Teilnehmerzahlen begrenzt. Ein Grund dafür lag darin, dass einige Läufe in den Sommerferien stattfanden, sodass manch einer Probleme hatte, überhaupt drei Läufe in die Wertung einbeziehen zu können. Nun beginnt der Active-Frühjahrslaufcup also bei unserem 7. LSF-Straßenlauf. 10 km sind hier für die Wertung vorgesehen, und bereits eine Woche später wird der Cup beim Coesfelder Heidelauf fortgeführt. Auch wenn es vielleicht unserem Wunschdenken entsprechen sollte, aber der März gehört noch nicht zum Sommer, sondern zum Frühjahr. Allein hieraus resultiert die Namensänderung.

Ich kann aus eigener Erfahrung nur empfehlen, sich für den Active-Frühjahrslaufcup anzumelden. Es ist eine interessante Abwechslung im sonstigen „Wettkampfalltag“.

• Michael Holtkötter

Gratulation

IM MÄRZ

Herbert Durynek 01.03. 70
Heinz Alberty 01.03.
Heidi Dittrich 02.03.
Anne-Kathrin Willamowski 02.03.
Anne Braun 04.03.
Tatjana Bialas 05.03. 40
Hannah Holtkötter 08.03.
Dragan Gagic' 09.03. 20
Frohmut Santo 10.03.
Sigrid Heinzel 10.03.
Christel Herbert 11.03.
Rita Borzyskowski 15.03.
Carsten Freydank 15.03.
Florian Milden 15.03.
Margret Scholl 16.03.
Bernhard Paßlick 16.03.
Ulrich Maurer 21.03.
Thomas Ischner 21.03.
Andreas Beßeling 22.03.
Dagmar Großmann 23.03.
Helmut Neuhaus 24.03.
Ulrich Budde 26.03.
Beate Hagemann 26.03.
Norbert Mühlenkord 27.03. 40
Christa Ruten 30.03.
Heike Frerick 30.03.
Hermann Koke 31.03.

IM APRIL

Josef Hillebrand 01.04.
Almut Mecking 02.04.
Timo Kellmann 03.04.
Sylvia Prinz 03.04.
Rolf Rosema 04.04.
Christiane Ratermann 04.04.
Christiane Bennink 05.04.
Petra Benz 09.04.
Erich Rührup 10.04.
Rosemarie Gotzen 11.04.
Ursula Saß 13.04.
Ernst-August Vogedes 14.04.
Brigitte Averdiek 14.04. 50
Kirsten Brand 14.04.
Reinhard Zumdick 16.04.
Giesela Overhageböck 17.04.

Wilfried Sandbaumhüter 17.04.
Petra Caspari 18.04.
Martin Kanne 19.04.
Horst Verspohl 20.04.
Udo Kristowiak 20.04.
Lena Grawe 21.04.
Marita Schilling 22.04. 40
Christa Wolgast-Azouz 22.04.
Heinz Robbers 22.04.
Markus Ischner 25.04.
Michael Sippel 25.04.
Annelie Beckmann 25.04.
Annette Traud 26.04.
Anna Vogt 28.04.
Tilman Völkert 28.04.
Ingo Huesker 29.04.

IM MAI

Wolfgang Klaiber 01.05.
Beate Schulze 02.05. 40
Kornelia Leonhard 03.05.
Rainer Schulte 04.05.
Gerlinde Lenger 05.05.
Wolfgang Gill 06.05.
Manfred Holtgrefe 06.05.
Thomas Homann 06.05.
Michael Geske 07.05.
Bernd Huesker 08.05.
Hannelore Horst 08.05.
Detlef Bärhold 09.05.
Stefan Priess 09.05. 40
Cecilia Pöpke 09.05.
Ingrid Johannes 10.05.
Lars Haußer 10.05.
Jutta Frenzel 11.05.
Christoph Haecker 13.05.
Margret Amelung 14.05.
Ulrich Baumheuer 15.05.
Renate Lepkowski 16.05.
Manfred Ritter 17.05.
Andreas Nergenu 19.05.
Klaus Becker 20.05.
Peter Ingenbleek 20.05.
Dieter Sternberg 23.05.
Petra von Grabe-Vogt 23.05.
Jürgen Janutta 24.05.
Dirk Fahrenhorst 24.05.

Gratulation

Martin Obst	25.05.
Theo Lauhoff	26.05.
Ludger Koch	26.05.
Ursula Hoja	26.05.
Gabriele Weiß	27.05.
Helmuth Eiken	28.05.
Melanie Dreier	28.05.
Hinz Völkert	30.05.

Am 28. Januar hatte Werner Geburtstag - und wer dachte, an diesem Tage würde die Gymnastik in der Leichtathletikhalle ausfallen, irrte. Dachte aber keiner, im Gegenteil. Alle kamen, und durch die Halle erschallte der „Happy-birthday-for-you-Chor“.



Ein Hallo an unsere Neuen:

Petra Thies
Hans-Günther Rother
Andreas Hasebrock
Anusch Melkonyan
Uschi Sypiena
Elke Raus
Rosemarie Gotzen
Solveig Gernun
Alexander Milden
Florian Milden
Ursula Hoja
Diana Elferich



Und diese Gelegenheit ließen sich auch Magdalene und Birgit nicht entgehen, allerdings von der Bank aus, (nur Silke „turnte“ mit, wenn sie mal nicht redete...).

Resultate

WER LIEF WO ?

13.10.01 Coesfeld

1 km

Thorsten Ortlepp	3:39	1. M13
Matthias Ortlepp	4:56	9. M6

5 km

Sebastian Mönninghoff	17:12	1. MHK
Matthias Pröbsting	17:29	2. MHK
Gunnar Lange	17:53	3. MHK
Hans Reimann	18:05	1. M45
Bernd Huesker	19:01	1. M50
Dieter Sternberg	19:49	1. M35
Wilhelm Thonemann	21:11	9. M45
Helmut Ortlepp	21:33	5. M40
Anne Thonemann	25:23	4. W45

10 km

Andreas Beßeling	37:31	7. M35
Uwe Wolbeck	39:35	4. M40
Rita Lanwer	39:40	1. W45
Heidi Dittrich	49:13	2. W50
Ulrich Maurer	52:01	

28.10.01 Frankfurt Marathon, DM

Andreas Krämer	2:57:58	
Hans Reimann	2:58:06	
Ewald Fikus	3:00:59	
Brigitte Ziegler	3:07:08	1. W50
Eva Kammer	3:11:26	
Hannelore Horst	3:11:33	2. W50
Markus Hawel	3:12:24	
Dieter Korte	3:13:15	
Anne Holtkötter	3:17:29	
Ute Eckenbach	3:20:33	
Michael Holtkötter	3:25:56	
Bernhard Paßlick	3:26:30	
Bernd Huesker	3:28:25	
Andreas Nergenaus	3:29:54	
Dieter Sternberg	3:30:05	
Theo Lauhoff	3:37:48	
Johannes Horst	3:40:44	
Hildegard Durynek	4:02:41	8. W60
Helmut Ortlepp	4:16:53	

20.10.01, Lengerich-Hohne

11.4 km

Wolfgang Kunz	51:31	2. M55
Maria Hemsing	58:36	4. W35

27.5 km

Klaus Schulte	1:56:19	6. M30
Jürgen Düking	2:23:10	
Josef Niehoff	2:34:38	
Kai-Uwe Kock	2:44:19	
Ute König	2:45:45	9. W35

21.10.01 Dresden

Halbmarathon

Rolf Tewes	2:03:33	
Horst Schulz	2:03:33	
Sunniva Schulz	2:18:28	8. W50
Dorothea Tewes	2:18:29	9. W50

Marathon

Mariethres Kellmann	3:47:35	
---------------------	---------	--

25.10.01 Uerdingen, 9.4 km

Jürgen Weiß	37:45	9. M45
-------------	-------	--------

04.11.01 Marsberg, 3 km

Bernhard Kreienbaum	11:19	1. M55
---------------------	-------	--------

03.11.01 Herbern

1.3 km

Matthias Ortlepp	6:40	1. M6
------------------	------	-------

2.8

Thorsten Ortlepp	12:30	6. M12
------------------	-------	--------

5 km

Helmut Ortlepp	21:53	
Ulrich Radusch	22:41	6. M45
Holger Venjakob	23:51	7. M30
Georg Wetterau	24:48	
Maria Feyerabend	24:56	3. W45
Heinz Hoveling	25:08	7. M50
Heinz Hoveling	25:08	7. M50

10 km

Heinrich Dörries	44:51	1. M65
Maria Feyerabend	45:30	1. W45
Kai-Uwe Kock	47:51	
Ute König	49:37	5. W35
Brigitte Heckmann	55:05	8. W40

17.11.01 Oberaden, 10 km
 Gottfried Schäfers 42:35 3. M60

Schenkendorf, 3,5 km
 Annette Schwarzkopp 15:42 1. W40

25.11.01 Zypern, Halbmarathon
 Bernhard Kreienbaum 1:29:50 3. M55
 Gottfried Schäfers 1:31:58 3. M60
 Dieter Feldhaus 1:52:36
 Bodo Bruder 1:55:34
 Rudi Völlering 2:17:39

01.12.01 Mesum, 5 km
 Anne Holtkötter 20:39 1. W40
 Michael Holtkötter 20:40 2. M45
 Christine Herbert 23:51 2. W45
 Annette Schwarzkopp 24:07 3. W40
 Hildegard Durynek 25:18 1. W65
 Angelika Dohmann 25:34 3. W45

01.12.01 Arolsen Marathon
 Theo Lauhoff 3:46:20
 Thomas Braun 3:53:26
 Manfred Otto 3:59:59
 Hartwig Kerkhoff 4:01:48
 Peter Samulski 4:01:50
 Hans-Werner Stöcker 4:02:03
 Winfried Tillmann 4:06:17
 Hildegard Kerkhoff 4:10:08 5. W45

02.12.01 Adventslauf
5,7 km
 Hans Reimann 20:43 1. M45
 Michael Holtkötter 21:44 2. M45
 Reinhard Zumdick 22:02 1. M35
 Stanislav Bartusiak 22:23 1. M50
 Bruno Roleff-Schweers 25:17 2. M35
 Sabine Roleff 26:24 1. Ges.
 Bernd Böckers 27:14 7. M40

11,2 km
 Rita Lanwer 45:57 1. Ges.
 Heinz Hengefeld 53:49 1. M65
 Oliver Hasenkamp 1:05:14 9. M30

02.12.01 Bertlich
7,5 km
 Bernhard Kreienbaum 30:26 1. M55
 Beate Hagemann 38:37 5. W35

15 km
 Ewald Fikus 59:41 6. M35
 Ute Eckenbach 1:09:06 1. W35
 Heinrich Dörries 1:10:20 2. M65
 Ulrich Maurer 1:18:22
 Bärbel Sinke 1:41:15 4. W45

Halbmarathon
 Peter Volkmer 1:47:39
 Gudrun Beigel 2:25:57 9. W40
 Gertrud Unländer 2:25:57 6. W50

30 km
 Martin Braun 2:23:16 4. M40

07.12.2001 Wiedenbrück, 10 km
 Michael Holtkötter 39:01 8. M45
 Anne Holtkötter 43:04 3. W40
 Friedhelm Neuhaus 52:10 8. M60
 Karin Grawe 54:47
 Horst Schulz 55:06
 Sunniva Schulz 1:02:18
 Dorothea Tewes 1:02:18 9. W50

08.12.01 Burgsteinfurt, 10 km
 Georg Wetterau 48:38

08.12.01 Sonderhausen, 10 km
 Gottfried Schäfers 48:58 2. M60

09.12.01 Hamm, 5 km
 Stanislav Bartusiak 19:29 9. Ges.

16.12.01 Borgholzhausen, 16 km
 Gottfried Schäfers 1:12:19 2. M60

31.12.01 Silvesterlauf am Aasee, 5 km
 Bernhard Kreienbaum 20:18 2. M55
 Bruno Roleff-Schweers 21:44 9. M35
 Heike Frerick 22:17 1. W30
 Maria Feyerabend 22:39 1. W45
 Wolfgang Hübner 23:41 7. M50

Resultate

Sabine Roleff	24:16	4. W35
Georg Wennekers	24:19	4. M45
Ludger Koch	25:08	
Georg Wetterau	25:18	
Kai-Uwe Kock	25:43	
Klaus Lietzow	25:50	6. M60
Ruth Farke	25:55	3. W40
Iewa Valta	28:01	7. WHK
Sarah Thonemann	30:35	6. WSA
Anne Thonemann	30:37	7. W45
Klaus Wiemann	31:02	
Brunhilde Dargel	31:22	
Uwe Peter-Pollmann	31:31	
Petra Thies	32:14	
Beate Bußmann	33:12	
Annette Burkat	33:18	
<u>10 km</u>		
Reinhard Zumdick	39:50	
Gottfried Schäfers	42:53	1. M60
Manfred Fleige	42:57	
Wolfgang Klaiber	43:33	
Theo Lauhoff	43:43	3. M50
Frank Schleicher	44:02	
Dieter Sternberg	44:39	
Hermann Teupe	45:07	
Dieter Feldhaus	46:34	5. M50
Gregor Hensen	46:48	
Andreas Volbracht	47:30	
Heinz Hengefeld	49:00	1. M65
Bernd Böckers	50:58	
Ruth Lutz	51:01	3. W45
Jürgen Kallerhoff	51:02	
Hans-Werner Stöcker	51:06	
Thorsten Spitta	51:50	6. M55
Thomas Ischner	54:18	
Georg Wennekers	54:26	
Beate Hagemann	54:52	5. W35
Dieter Raestrup	57:58	8. M55
Richard Mol	58:44	
Hilmar Welpelo	58:45	
Hans-Joachim Krüger	1:01:53	
Petra Caspari	1:02:37	
Gabi Ringas	1:07:39	
Bernd Ernesti	1:13:57	
<u>Walking 5 km</u>		

Florenz Plassmann	31:35	1. M65
Monika Kristowiak	34:33	1. W55
Ingeborg Kanter	35:17	2. W45
Gisela Hoischen	35:35	1. W50
Udo Kristowiak	36:15	1. M55
Gabriele Puke	37:50	5. W40
Ludwig Dornseif	37:51	2. M65
Kornelia Sommerfeld-Poell	38:14	4. W45

05.01.02 Vreden, 15 km

Gottfried Schäfers	1:05:04	1. M60
--------------------	---------	--------

13.01.02 Osnabrück Cross, 3,1 km

Kristina Carolin Kompio	12:54	
-------------------------	-------	--

Nur die Ergebnisse können hier veröffentlicht werden. Sie sind bekannt gemacht wurden. Ebenso kann auch die Pressewart Thomas Braun an die Presse das weitergeben, was er weiß. Das heißt aber noch lange nicht, dass die Presse auch abdruckt, was ihr gemeldet wurde. Kürzungen behalten sich die Redakteure vor, auf den vollständigen Abdruck der Meldung hat der Pressewart keinen Einfluss. Um so mehr sind wir bestreht, unter der Rubrik „Wer lief wo?“ in der „Zwischenzeit“ alle Ergebnisse vollständig abzudrucken. Da seid Ihr alle gefragt - ebenso als Autoren der Vereinszeitung. Wir freuen uns über Eure Beiträge!

• Die Redaktion

Aufnahmeantrag

LSF Münster e. V. – Postfach 48 22 – 48027 Münster
Bankverbindung: Sparkasse Münster - BLZ 400 501 50 - Kto-Nr. 180 054 62

Mitgl.-Nr.: _____

Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den Verein Laufsportfreunde Münster e. V.

ab: _____

Ich zahle die Aufnahmegebühr von 5,00 Euro - fünf - o
sowie einen monatlichen Mitgliedsbeitrag von 4,00 Euro - vier - o
sowie einen monatlichen Familienbeitrag von 8,00 Euro - acht - o
sowie einen monatlichen Jugendbeitrag von 2,00 Euro - zwei - o

Vor- und Zuname:

Straße/Nr:

PLZ – Ort:

Telefon:

Geburtsdatum:

Beruf:

Ich bevollmächtige den Verein LSF Münster e. V., den fälligen Beitrag jeweils alle
3 Monate o 6 Monate o jährlich o
zu Lasten meines Kontos mittels Lastschrift einzuziehen.

Kreditinstitut:

Bankleitzahl:

Kontonummer:

Kontoinhaber:

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten mit Hilfe der EDV gespeichert und
verarbeitet werden.

Ort Datum Unterschrift

Vereinsbestenliste

Jahresbestenliste 2001

MÄNNER

1 km	Detlev Brecklinghaus 23:00,00	Thomas Rundle 42:13,00
Michael Holtkötter 2:54,42	Michael Fels 23:11,00	Theo Lauhoff 42:31,00
Andreas Nergenu 3:14,44	Detlef Eisfeldt 23:12,00	Stefan Chrzanowski 42:36,00
Thorsten Ortlepp 3:39,00	Horst Blotenberg 23:20,00	Manfred Fleige 42:57,00
Matthias Ortlepp 4:56,00	Markus Brauck/vom 23:23,00	Wolfgang Klaiber 43:33,00
	Georg Wetterau 23:41,00	Werner Driese 43:39,00
3 km	Wolfgang Hübner 23:41,00	Frank Schleicher 44:02,00
Gunnar Lange 9:25,55	Holger Venjakob 23:50,00	Helge Prinz 44:08,00
Rafael Droste zu V. 9:43,69	Ulrich Maurer 24:00,00	Johannes Horst 44:29,00
Michael Holtkötter 10:46,36	Georg Wennekers 24:19,00	Dieter Sternberg 44:39,00
Bernhard Kreienbaum 11:19,00	Ulrich Budde 24:32,00	Wilhelm Thonemann 44:44,00
Andreas Nergenu 11:20,93	Peter Kanter 24:38,00	Heinrich Dörries 44:51,00
	Ludger Koch 25:08,00	Hermann Teupe 45:07,00
5 km	Heinz Hoveling 25:08,00	Helmut Ortlepp 45:19,00
Christian Schrandt 15:57,80	Kai-Uwe Kock 25:43,00	Gerd Jahn 45:22,00
Tobias Korber 17:08,00	Fritz Koch 25:49,00	Heinz Hengefeld 45:34,00
Matthias Pröbsting 17:11,00	Klaus Lietzow 25:50,00	Gregor Hensen 46:04,00
Sebastian Mönningh. 17:12,00	Lars Haußer 26:04,00	Thomas Vogt 46:06,00
Christian Vogel 17:14,00	Thorsten Ortlepp 28:23,00	Kai-Uwe Kock 46:19,00
Gunnar Lange 17:40,63	Horst Schulz 29:17,00	Jürgen Kallerhoff 46:22,00
Rafael Droste zu V. 17:41,77	Klaus Wiemann 31:02,00	Dieter Feldhaus 46:34,00
Hans Reimann 17:51,00	Brunhilde Dargel 31:22,00	Peter Samulski 47:07,00
Michael Geske 18:02,00	Uwe Peter-Pollmann 31:31,00	Andreas Volbracht 47:30,00
Michael Holtkötter 18:29,95	Florenz Plassmann 31:35,00	Georg Wetterau 48:21,00
Andreas Nergenu 18:33,00	Udo Kristowiak 35:21,00	Peter Volkmer 48:47,00
Andreas Beßeling 18:40,00	Ludwig Dornseif 35:47,00	Markus Brauck/vom 49:12,00
Bernd Huesker 19:01,00		Horst Blotenberg 49:15,00
Ewald Fikus 19:02,00	10 km	Detlev Brecklinghaus 49:25,00
Jürgen Weiß 19:06,00	Christian Schrandt 34:10,00	Heinz-Jürgen Rever. 49:30,00
Stanislav Bartusiak 19:10,00	Tobias Korber 35:31,00	Hinz Völkert 49:30,00
Dieter Korte 19:40,00	Markus Ischner 35:44,00	Heinz Alberty 49:32,00
Dieter Rosenbaum 19:48,00	Sebastian Mönningh. 35:54,00	Robert Lenger 49:39,00
Dieter Sternberg 19:49,00	Klaus Schulte 36:18,00	Ulrich Budde 49:43,00
Bernhard Kreienbaum 19:58,61	Hans Reimann 36:31,00	Bernd Böckers 49:46,00
Markus Ischner 20:00,00	Gunnar Lange 37:07,00	Jürgen Breforth 49:46,00
Magnus Grüger 20:00,00	Michael Geske 37:28,00	Ulrich Maurer 49:59,00
Berthold Kökelsum 20:08,00	Andreas Beßeling 37:31,00	Oliver Hasenkamp 50:47,00
Dieter Feldhaus 20:10,00	Michael Holtkötter 37:39,00	Hans-Werner Stöcker 51:06,00
Stefan Chrzanowski 20:14,00	Ewald Fikus 37:45,00	Bernhard Lauhoff 51:06,00
Gottfried Schäfers 20:33,49	Manfred Otto 37:49,00	Peter Kanter 51:08,00
Dieter Riemenschn. 20:50,00	Andreas Nergenu 39:07,20	Bodo Bruder 51:17,00
Theo Lauhoff 20:53,00	Reinhard Zumtick 39:14,00	Thorsten Spitta 51:50,00
Werner Driese 21:05,00	Bernd Huesker 39:18,00	Sven Peters 52:04,00
Wilhelm Thonemann 21:11,00	Uwe Wolbeck 39:35,00	Friedhelm Neuhaus 52:10,00
Helmut Ortlepp 21:18,00	Andreas Krämer 39:37,00	Thomas Ischner 54:18,00
Helge Prinz 21:22,00	Bernhard Kreienbaum 39:39,00	Georg Wennekers 54:26,00
Gregor Hensen 21:42,00	Stanislav Bartusiak 40:07,00	Horst Schulz 54:55,00
Bruno Roleff-Schwe. 21:44,00	Magnus Grüger 40:35,00	Walter Blume 55:31,00
Thomas Ischner 21:53,00	Wolfgang Kunz 40:42,00	Reimund Grawe 55:51,00
Robert Lenger 22:22,00	Winfried Tillmann 41:32,00	Dieter Raestrup 57:58,00
Johannes Horst 22:35,00	Gottfried Schäfers 41:57,20	Richard Mol 58:44,00
Ulrich Radusch 22:41,00	Dieter Korte 42:12,00	Hilmar Welpelo 58:45,00

Vereinsbestenliste

Lars Haußer	1:00:51,00	Hermann Teupe	1:36:12,00	Klaus Schulte	2:55:33,00
Hans-Joachim Krüger	1:01:53,00	Christoph Haecker	1:37:19,00	Jürgen Düking	2:55:50,00
Hans Hermann Karst	1:03:33,00	Theo Lauhoff	1:38:30,00	Andreas Krämer	2:57:58,00
Bernd Ernesti	1:13:57,00	Heiner Cloppenburg	1:38:38,00	Hans Reimann	2:58:06,00
Udo Kristowiak	1:14:28,00	Thomas Ischner	1:39:41,00	Berthold Kökelsum	3:00:58,00
Ludwig Dornseif	1:15:10,00	Markus Hawel	1:40:37,00	Ewald Fikus	3:00:59,00
		Markus Ischner	1:40:58,00	Bernd Huesker	3:05:07,00
15 km		Gerd Jahn	1:41:52,00	Andreas Beßeling	3:05:44,00
Markus Ischner	55:39,00	Winfried Tillmann	1:42:15,00	Egon Roth	3:05:47,00
Klaus Schulte	56:46,00	Ulrich Budde	1:42:38,00	Michael Sippel	3:07:20,00
Tobias Korber	56:54,00	Wilhelm Thonemann	1:42:44,00	Gottfried Schäfers	3:10:58,00
Manfred Otto	57:51,00	Helmut Ortlepp	1:42:48,00	Markus Hawel	3:12:24,00
Ewald Fikus	59:41,00	Heinz Hengefeld	1:44:57,00	Dieter Korte	3:13:15,00
Michael Holtkötter	59:54,00	Werner Driese	1:44:59,00	Stanislav Bartusiak	3:13:24,00
Andreas Nergenu	1:00:42,00	Johannes Horst	1:45:22,00	Bernhard Paßlick	3:15:35,00
Bernd Huesker	1:01:00,00	Peter Volkmer	1:47:39,00	Manfred Otto	3:17:01,00
Stanislav Bartusiak	1:02:24,00	Jürgen Kallerhoff	1:50:11,00	Bernhard Kreienbaum	3:20:42,00
Stefan Chrzanowski	1:02:40,00	Heinrich Dörries	1:50:45,00	Stefan Chrzanowski	3:25:27,00
Dieter Korte	1:02:40,00	Georg Wetterau	1:51:56,00	Michael Holtkötter	3:25:56,00
Gottfried Schäfers	1:03:31,00	Dieter Feldhaus	1:52:36,00	Wolfgang Klaiber	3:26:28,00
Magnus Grüger	1:06:13,00	Oliver Hasenkamp	1:54:26,00	Andreas Nergenu	3:27:58,00
Theo Lauhoff	1:08:45,00	Kai-Uwe Kock	1:54:30,00	Heiner Cloppenburg	3:28:34,00
Winfried Tillmann	1:09:31,00	Bodo Bruder	1:55:34,00	Reinhard Zumtick	3:28:39,00
Heinrich Dörries	1:10:20,00	Detlev Brecklinghaus	1:57:16,00	Thomas Braun	3:28:59,00
Helmut Ortlepp	1:10:51,00	Friedhelm Neuhaus	1:58:19,00	Dieter Sternberg	3:30:05,00
Wilhelm Thonemann	1:12:41,00	Helmut Neuhaus	1:58:52,00	Stefan Werding	3:30:58,00
Ulrich Maurer	1:18:03,00	Horst Schulz	2:03:33,00	Frank Schleicher	3:33:21,00
Friedhelm Neuhaus	1:22:09,00	Rolf Tewes	2:03:33,00	Jürgen Kallerhoff	3:34:34,00
Reimund Grawe	1:24:37,00	Manfred Wichter	2:06:07,00	Magnus Grüger	3:36:52,00
Horst Schulz	1:27:02,00	Rudi Völlering	2:17:39,00	Theo Lauhoff	3:37:48,00
				Wilhelm Thonemann	3:37:51,00
Halbmarathon		25 km		Martin Braun	3:40:33,00
Klaus Schulte	1:19:13,00	Horst Bodenberger	2:09:02,00	Johannes Horst	3:40:44,00
Jürgen Düking	1:20:07,00	Norbert Mühlenkord	2:09:03,00	Christoph Haecker	3:42:13,00
Gunnar Lange	1:21:23,00	Robert Lenger	2:13:38,00	Gerd Jahn	3:42:45,00
Hans Reimann	1:21:42,00	Andreas Krämer	2:16:37,00	Werner Driese	3:43:28,00
Manfred Otto	1:23:28,00	Erich Rührup	2:26:24,00	Dieter Feldhaus	3:44:03,00
Michael Holtkötter	1:25:50,00	Kai-Uwe Kock	2:29:05,00	Stefan Heitmann-L.	3:44:25,00
Andreas Krämer	1:26:11,00	Carsten Freydank	2:31:02,00	Winfried Tillmann	3:45:18,00
Reinhard Zumtick	1:26:44,00	Hans Hermann Karst	2:46:19,00	Michael Drewes-Kuhl	3:47:27,00
Bernd Huesker	1:27:58,00	Jürgen Koßmeier	2:49:04,00	Dieter Rosenbaum	3:49:10,00
Andreas Nergenu	1:28:37,00			Ulrich Budde	3:51:54,00
Berthold Kökelsum	1:29:19,00	30 km		Peter Samulski	3:54:12,00
Stanislav Bartusiak	1:29:47,00	Ewald Fikus	2:05:30,00	Helmut Ortlepp	3:56:08,00
Bernhard Kreienbaum	1:29:50,00	Egon Roth	2:08:14,00	Rolf Rosema	3:57:17,00
Gottfried Schäfers	1:30:35,00	Bernhard Paßlick	2:18:53,00	Klaus Kampelmann	3:57:54,00
Bernhard Paßlick	1:31:05,00	Martin Braun	2:23:16,00	Thomas Ischner	3:58:04,00
Stefan Chrzanowski	1:31:13,00	Ulrich Budde	2:31:32,00	Andre Schlichting	3:59:47,00
Dieter Korte	1:31:59,00			Hartwig Kerkhoff	4:01:48,00
Thomas Rundle	1:32:49,00	Marathon		Hans-Werner Stöcke	4:02:03,00
Ewald Fikus	1:33:00,00	Markus Ischner	2:52:02,00	Ludger Koch	4:06:09,00
Magnus Grüger	1:33:10,00	Michael Geske	2:54:02,00	Bodo Bruder	4:07:40,00

Vereinsbestenliste

Peter Kanter	4:13:18,00	Richard Mol	4:26:45,00	Reimund Grawe	4:47:34,00
Norbert Mühlenkord	4:16:55,00	Wolfgang Hübner	4:29:23,00	Jürgen Sieme	4:48:41,00
Hinz Völkert	4:19:31,00	Thomas Vogt	4:29:24,00	Heinz-Jürgen Rever.	5:04:15,00
Hans-Jürgen Wolfgr.	4:20:11,00	Horst Schulz	4:29:41,00	Markus Brauck/vom	5:26:30,00
Helmut Neuhaus	4:24:35,00	Georg Wetterau	4:35:03,00		
Friedhelm Neuhaus	4:26:06,00	Wolfgang Gill	4:41:15,00	1 0 0 km	
				Michael Geske	8:46:22,00

FRAUEN

1 km		Sunniva Schulz	29:15,00	Beate Hagemann	54:52,00
Helena Weiß	5:04,00	Dorothea Tewes	29:16,00	Brigitte Heckmann	55:05,00
		Sarah Thonemann	30:35,00	Annette Traud	55:17,00
3 km		Gabriele Dr. Börger	32:06,00	Rita v. Borzyskowski	55:47,00
Anne Holtkötter	11:33,06	Petra Thies	32:14,00	Anne-Kathrin Willam.	57:25,00
Brigitte Ziegler	11:53,26	Ingeborg Kanter	33:11,00	Sunniva Schulz	59:34,00
Ruth Lutz	12:27,01	Beate Bußmann	33:12,00	Ursula Claus	1:00:20,00
		Annette Burkat	33:18,00	Roswitha Corsmeier	1:00:21,00
5 km		Monika Kristowiak	34:26,00	Dorothea Tewes	1:02:18,00
Brigitte Ziegler	19:38,55	Gisela Hoischen	35:35,00	Petra Caspari	1:02:37,00
Anne Holtkötter	19:56,00	Kornelia Sommerfeld.	37:29,00	Christiane Ratermann	1:04:55,00
Eva Kammer	20:21,00	Gabriele Puke	37:45,00	Ingeborg Kanter	1:06:54,00
Ruth Lutz	20:36,00	Ilse Bung	41:42,00	Gabi Ringas	1:07:39,00
Hannelore Horst	20:51,00			Monika Kristowiak	1:11:13,00
Antje Buning	20:54,00	1 0 km		Gisela Hoischen	1:15:05,00
Heike Frerick	21:13,00	Rita Lanwer	38:13,00	Kornelia Sommerfeld.	1:15:09,00
Maria Hemsing	21:29,00	Christiane Graeber	40:06,00	Gabriele Puke	1:18:19,00
Sylvia Dr. Prinz	21:49,00	Anne Holtkötter	40:16,00	Elisabeth Möllers	1:18:26,00
Alida Kranenburg	22:13,00	Brigitte Ziegler	40:25,40		
Maria Feyerabend	22:39,00	Ute Eckenbach	41:15,00	1 5 km	
Sabine Roleff	22:55,00	Antje Buning	42:03,00	Rita Lanwer	59:09,00
Heidi Dittrich	23:31,00	Ruth Lutz	42:08,00	Anne Holtkötter	1:04:26,00
Christine Herbert	23:51,00	Hannelore Horst	42:09,00	Eva Kammer	1:05:08,00
Annette Schwarzkopp	24:07,00	Eva Kammer	42:24,00	Hannelore Horst	1:05:18,00
Ruth Farke	24:10,00	Maria Hemsing	44:55,00	Ute Eckenbach	1:08:03,00
Frauke Fierdag	24:13,00	Maria Feyerabend	45:03,00	Ruth Lutz	1:08:07,00
Ester Droste zu V.	24:18,00	Sylvia Dr. Prinz	45:55,00	Alida Kranenburg	1:12:57,00
Cecilia Pöpke	25:06,00	Heike Frerick	46:05,00	Maria Feyerabend	1:13:00,00
Beate Hagemann	25:15,00	Alida Kranenburg	47:28,00	Heidi Dittrich	1:13:56,00
Hildegard Durynek	25:18,00	Ute König	48:18,00	Maria Hemsing	1:18:45,00
Anne Thonemann	25:23,00	Frauke Fierdag	49:10,00	Annette Schwarzkopp	1:18:56,00
Elisabeth Revering	25:32,00	Heidi Dittrich	49:13,00	Cecilia Pöpke	1:19:07,00
Angelika Dohmann	25:34,00	Claudia Fehser	49:42,00	Beate Hagemann	1:20:16,00
Monika Herding	26:04,00	Annette Schwarzkopp	50:32,00	Ingrid Johannes	1:20:47,00
Rita v. Borzyskowski	26:29,00	Ruth Farke	50:52,00	Anne Thonemann	1:21:00,00
Annette Traud	26:35,00	Ingrid Johannes	52:22,00	Karin Grawe	1:23:47,00
Brigitte Heckmann	26:37,00	Anne Thonemann	52:26,00	Roswitha Corsmeier	1:31:36,00
Anne-Kathrin Willam.	27:35,00	Elisabeth Revering	52:44,00	Sunniva Schulz	1:32:04,00
Doris Ring	27:41,00	Cecilia Pöpke	53:03,00	Hildegard Huesker	1:32:39,00
Iewa Valta	28:01,00	Karin Grawe	54:46,00	Bärbel Sinke	1:41:15,00

Vereinsbestenliste

Halbmarathon

Rita Lanwer	1:24:31,00
Brigitte Ziegler	1:29:25,00
Eva Kammer	1:30:44,00
Anne Holtkötter	1:31:08,00
Hannelore Horst	1:31:30,00
Ute Eckenbach	1:31:59,80
Ruth Lutz	1:40:05,00
Alida Kranenburg	1:40:57,00
Marlies Sprenger	1:53:38,00
Beate Hagemann	1:53:43,00
Anne Thonemann	1:54:34,00
Christel Löchte	1:56:20,00
Karin Grawe	2:00:27,00
Monika Kökelsum	2:02:56,00
Rita v. Borzyskowski	2:04:42,00
Annette Traud	2:04:48,00
Hildegard Huesker	2:14:46,00
Roswitha Corsmeier	2:17:03,00
Sunniva Schulz	2:17:03,00
Angelika Roland	2:17:03,00
Dorothea Tewes	2:18:29,00
Renate Bochinski	2:25:20,00
Gertrud Unländer	2:25:57,00
Gudrun Beigel	2:25:57,00

25 km

Ute König	2:16:00,00
Dagmar Großmann	2:19:11,00
Christine Herbert	2:20:14,00
Renate Lepkowski	2:24:29,00
Ingrid Johannes	2:24:51,00
Annette Daum	2:26:24,00
Annette Schwarzkopp	2:26:26,00
Charlott Wilken	2:30:34,00
Annette Traud	2:31:13,00
Rita v. Borzyskowski	2:31:26,00
Monika Herding	2:32:50,00
Brigitte Heckmann	2:38:42,00
Marita Reimann	2:47:03,00
Anne-Kathrin Willam	2:49:03,00
Petra Caspari	2:50:23,00
Christiane Bodenber	2:58:06,00
Claudia Mühlenkord	2:58:33,00
Elke Schulz	2:59:34,00
Magdalene Bittner	3:00:44,00
Ursula Claus	3:00:57,00
Ina Salmen	3:01:34,00
Brigitte Ordelleide	3:03:50,00
Silke Driese	3:03:51,00
Dorothea Geenen	3:12:41,00

Marathon

Brigitte Ziegler	3:07:08,00
Eva Kammer	3:11:26,00
Hannelore Horst	3:11:33,00
Anne Holtkötter	3:17:29,00
Ute Eckenbach	3:20:33,00
Maria Feyerabend	3:33:37,00
Ruth Lutz	3:35:32,00
Mariethres Kellmann	3:38:28,00
Heidi Dittrich	3:52:02,00
Dagmar Großmann	3:53:43,00
Hildegard Kerkhoff	3:54:11,00
Christel Löchte	4:01:53,00
Hildegard Durynek	4:02:41,00
Marlies Sprenger	4:02:56,00
Cecilia Pöpke	4:03:52,00
Dagmar Okoro	4:07:59,00
Annette Schwarzkopp	4:08:50,00
Anne Thonemann	4:09:15,00
Christine Herbert	4:11:28,00
Angelika Dohmann	4:12:59,00
Ute König	4:22:40,00
Helga Landfried-Teo	4:25:22,00

Almut Mecking	4:28:35,00
Sylvia Dr. Prinz	4:29:23,00
Karin Grawe	4:33:28,00
Magdalene Everke-M.	4:33:28,00
Christa Sieme	4:48:40,00
Monika Kökelsum	4:48:42,00
Hildegard Huesker	4:50:10,00
Roswitha Corsmeier	4:50:55,00
Angelika Roland	4:51:19,00
Jutta Tüllmann	4:51:41,00
Barbara Wigger	4:51:41,00
Sunniva Schulz	4:56:07,00
Elisabeth Revering	5:04:16,00
Gertrud Unländer	5:11:56,00
Christa Wolgast-Az.	5:21:05,00
Renate Bochinski	5:24:50,00

50 km

Hannelore Horst	4:01:21,00
-----------------	------------

100 km

Hannelore Horst	9:16:44,00
• Jürgen Sieme	

Impressum

Herausgeber: Laufsportfreunde Münster e.V.
<http://home.muenster.net/~lsf-ms/>

Verantwortlich für den Inhalt:

Die Redaktion: Anne Holtkötter/holtkoetter@fh-muenster.de

Helga Landfried-Teodoruk/teodoru@uni-muenster.de

Renate Müller/ReMu48@aol.com

Marlies Sprenger/sprenger-muenster@t-online.de/Rote Erde 35a, 48163 Münster

Layout und Satz: Anne Holtkötter

Druck: UWZ Schnelldruck GmbH Münster

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 Ausgabe ist am 15. April 2002.

STARTkatalog

			Meldeschluss
Februar			
10.	Hamm *	Winterlaufserie 15 km	
10.	Bertlich *	Straßenlauf 5 km, 7,5 km, 10 km, 15 km Halbmarathon, 30 km, Marathon	
17.	Haltern-Sythen	Crosslauf 8 km	
24.	Hamm *	Winterlaufserie Halbmarathon	
24.	Porta Westfalica	Westf. Cross- und Waldlaufmeister.	08.02.2002
März			
2.	Vreden *	Volkslauf 10 km, Halbmarathon	
9.	Regensburg	Deutsche Meisterschaft Crosslauf	15.02.2002
9.	Münster *	7. LSF Straßenlauf 3 km, 5 km, 10 km, Halbmarathon (Münsterland- u. Kreismeisterschaft)	
10.	Haltern-Flaesheim	Volkslauf, 5 km, 10 km, 20 km	
16.	Steinfurt *	Steinfurt Marathon	20.02.2002
23.	Schotten	Deutsche Meisterschaft Halbmarathon	20.02.2002
24.	Gütersloh	Volkslauf 5 km, 10 km, Halbmarathon	
30.	Paderborn *	DLV-Lauf Halbmarathon, 10 km	
April			
7.	Harsewinkel	Volkslauf 5 km, 10 km, Halbmarathon	
13.	Gronau *	DLV-Lauf 1 km (Schüler), 3,2 km, 10 km	
20.	Oelde	Volkslauf 10 km	
20.	Haltern-Flaesheim *	Volkslauf 7,5 km, Halbmarathon	
21.	Koblenz *	Westd. 10 km Straßenlaufmeisterschaft	28.03.2002
21.	Hamburg	Marathon	20.02.2002
28.	Bielefeld	Hermannslauf, Jogginglauf 30 km	20.02.2002
28.	Münster * #	Rund um den Allwetterzoo, 5 km, 10 km	20.04.2002
30.	Nordkirchen	Dorflauf 1 km (Schüler), 5 km, 10 km	
Mai			
4.	Lengerich-Hohne *	Straßenlauf 5 km, 10 km	
8.	Emsdetten *	Straßenlauf 3 km, 10 km	
11.	Hamm *	Frauenlauf 10 km	

Die mit * gekennzeichneten Wettbewerbe finden auf vermessenen Strecken statt und werden in unserer Spiridon-Punktewertung berücksichtigt. Für die mit # markierten Läufe 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

Achtung: Die Meldemodalitäten sind neu. Siehe Hotline des Vorstandes.



mac



allianz