

LSF

Zwischenzeit



Heft 39 • Februar 2000 • 9. Jahrgang

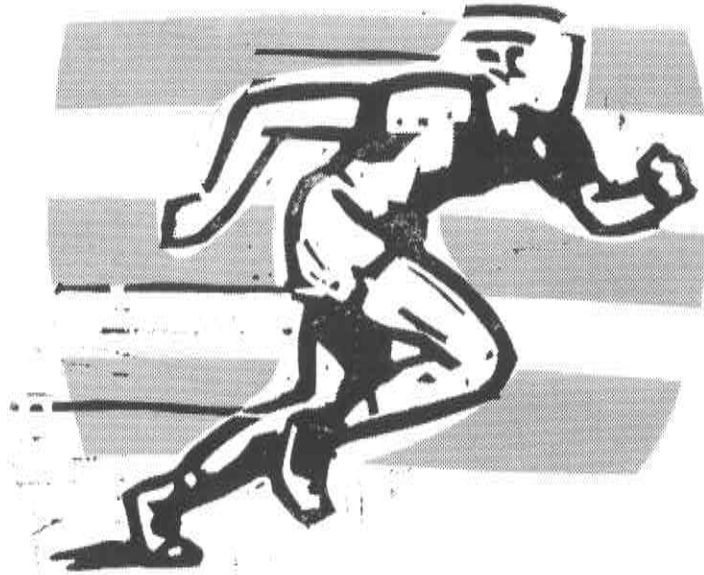


LAUFEN UND FEIERN

50 km in Rodenbach - eine Rose vom schnellsten LSF-Läufer für die schnellste LSF-Läuferin



- Einladung zur Jahreshauptversammlung
- Vereinsbestenliste
- Startkatalog



Service in Bestzeit!

Immer eine gute Idee:
Der Après-Sport bei McDonald's.
Entspannend, erfrischend und erholsam.

**Ihre McDonald's Restaurants
in Münster, Dülmen und Greven.**



Das etwas andere
Restaurant

Einladung zur ordentlichen Mitgliederversammlung 2000

Liebe Laufsportfreundinnen und liebe Laufsportfreunde,

zu unserer ordentlichen Mitgliederversammlung 2000 lade ich herzlich ein.

Wir beginnen am Dienstag, 28. März 2000, um 20 Uhr in der Gaststätte Lohmann,
Mecklenbecker Straße 345 in Münster.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Bericht des Vorstandes
3. Kassenbericht und Bericht des Kassenprüfers
4. Entlastung des Vorstandes
5. Wahlen: Es ist für den geschäftsführenden Vorstand wieder eine Listenwahl mit folgenden Kandidaten vorgesehen:

1. Vorsitzender: Jürgen Grote
2. Vorsitzende: Mariethres Kellmann
- Kassenwart: Dieter Raestrup
- Sportwart: Jürgen Sieme
- Breitensportwart: Werner Driese
- Jugendwart: Michael Holtkötter
- Schriftführer: Peter Samulski

6. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
7. Verschiedenes

Gegenvorschläge zu den Wahlen und Anträge zur ordentlichen Mitgliederversammlung sind dem Vorstand fünf Wochen vor der Mitgliederversammlung schriftlich einzureichen.

Über eine rege Teilnahme würde ich mich freuen.

Mit freundlichen Grüßen

Laufsportfreunde Münster e. V.

Jürgen Grote
1. Vorsitzender

Anmerkung: Es ergeht keine zusätzliche und gesonderte Einladung mehr!

Der Andrang ist ungebrochen!

11. Internationaler Silvesterlauf Positives Fazit und Danksagung

Ich weiß nicht, ob Millennium zum Unwort des Jahres gekürt wird, aber es hat sich an den vielen Dingen des Alltages bestätigt, dass die anfängliche Euphorie, fast sogar Hysterie der Leute im Laufe des Jahres einem ganz normalen Verhalten wich. Auch das Organisationsteam des Silvesterlaufes hatte Befürchtungen, dass wegen des besonderen Jahreswechsels kleinere Brötchen gebacken werden müssten. Es war sogar eine einjährige Unterbrechung erwogen worden. Doch der gesunde Menschenverstand setzte sich durch, so dass jetzt mit Rückblick auf den Lauf eine erfreuliche Bilanz gezogen werden kann. Alle im Vorfeld formulierten Erwartungen an die mögliche Anzahl der Teilnehmer und vor allem Helfer wurden übertroffen.

Bei den Verantwortlichen war nach dem Silvesterlauf weniger ein deutliches Aufatmen zu spüren, denn die nächste Laufveranstaltung, der 5. LSF-Straßenlauf, steht in Kürze auf dem Programm. Die Vorbereitungen dafür laufen auf Hochtouren und wurden teilweise schon mit den Vorbereitungen für den Silvesterlauf in Angriff ge-

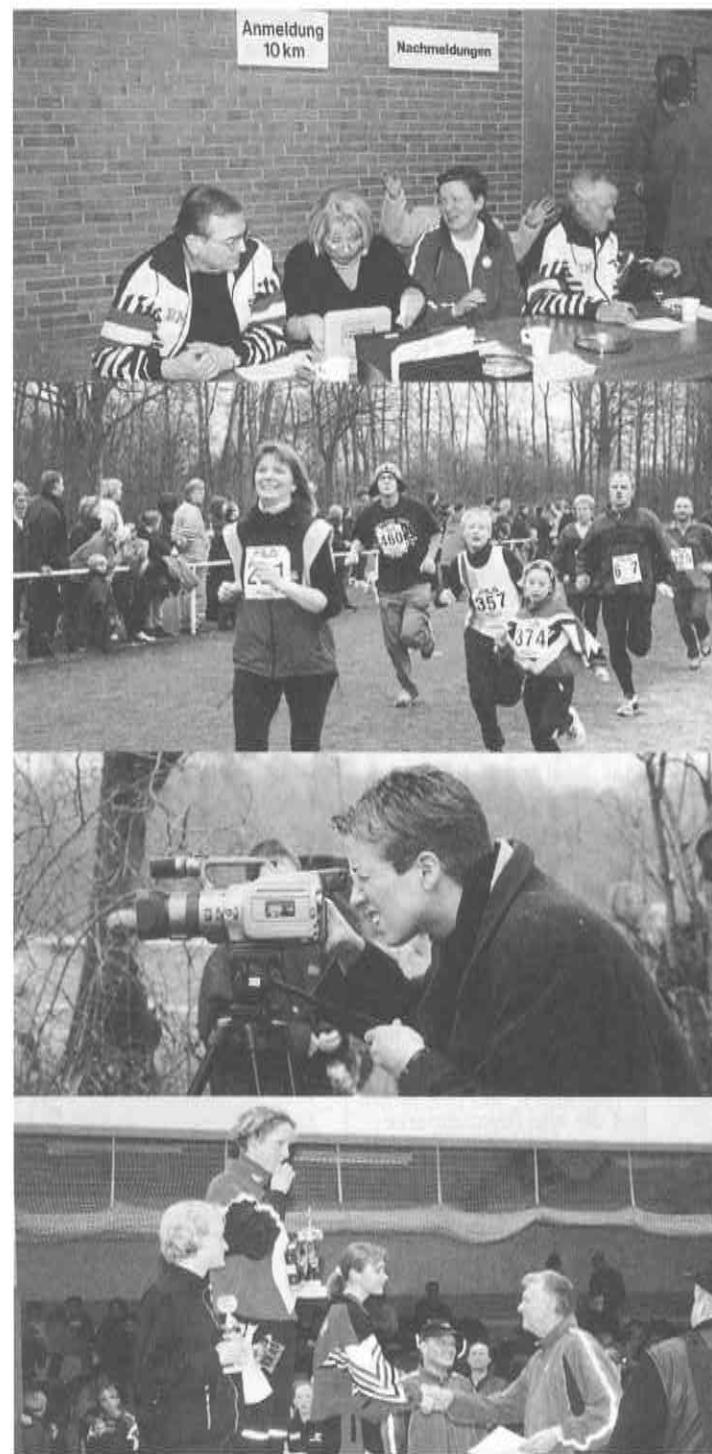
nommen. Besonders erfreut waren die Verantwortlichen über die große Zahl der Helferinnen und Helfer und darüber, dass unter ihnen so viele neue Gesichter ausgemacht wurden. Es ist außerordentlich wichtig, neue Kräfte einzubinden, damit die alten nicht ermüden. Teamgeist zeigt sich nicht nur beim gemeinschaftlichen Laufen, sondern eben auch beim Helfen. Selbst die jüngsten Vereinsmitglieder (7 bis 13 Jahre) brachten sich ein. Sie klebten jeweils nach dem Training die Barcodes auf die 1500 Startnummern. Wer dies schon einmal gemacht hat, weiß, welche Arbeit sich dahinter verbirgt. Zu Beginn des Trainings kam zwar die bange Frage: „Müssen wir heute wieder kleben?“ Aber wenn es dann ans Kleben ging, waren die Kinder mit einem derart ansteckenden Eifer bei der Sache, dass die anwesenden Erwachsenen einfach mithelfen mussten. So macht Vereinsarbeit Spaß. Am Veranstaltungstag herrscht jedesmal eine nervöse Atmosphäre. Im Vorfeld wird alles unternommen, dass möglichst keine Pannen auftreten. Alle erdenklichen Sicherungsmöglichkeiten werden ein-

gebaut, dennoch: eine Garantie, dass nichts passiert, kann keiner geben. Ein Schreckgespenst saß den Verantwortlichen noch vom letzten Silvesterlauf im Nacken. Eine Startverzögerung, wie beim 10. Lauf, sollte diesmal ausgeschlossen werden. Deshalb wurde von unseren Mitgliedern **Heiner Cloppenburg** und **Hinz Völkert** ein völlig neues EDV-Programm geschrieben, das es unter anderem ermöglicht, Ergebnisse im Ziel korrekt zu erfassen, ohne dass schon alle Teilnehmerdaten eingegeben sind. So kann unabhängig vom Erfassungsstand im EDV-Büro gestartet werden. Den beiden zur Seite standen **Winfried Tillmann** und **Jürgen Sieme**, der in den Vorstandssitzungen mit einem Strahlen in den Augen von den Fortschritten bei der Programmierung berichtete. So wurden bei der 11. Auflage dieser Veranstaltung alle drei Läufe pünktlich gestartet. Um die Strecke hatte sich erstmals **Bodo Bruder** gekümmert, und er löste dies mit einer Souveränität, dass man den Eindruck hatte, es wäre sein Tagesgeschäft. **Günter Antemann** hat in Bodo einen würdigen Nachfolger gefunden. **Anne Holtkötter**, unsere Sprecherin, kämpfte wie immer gegen kalte Füße und mit einem Mikro, dessen Funkfrequenz von Mobiltelefonen überlagert wurde und in der Konsequenz

Anne die Stimme „raubte“. Das Ersatzmikro funktionierte aber zur vollen Zufriedenheit.

In der Halle hatten die Helferinnen und Helfer alle Hände voll zu tun, denn der Andrang an den Melde- und Nachmeldeschaltern war enorm. Die Cafeteria war bestens auf den Ansturm vorbereitet, so dass selbst am Ende des Tages keine Lücken im Angebot auftraten. **Dagmar Großmann-Hall** hat die Organisation in der Halle fest im Griff. **Wilfried Sandbaumhüter**, unser Sprecher in der Halle, kämpft nicht gegen kalte Füße, ganz im Gegenteil, bei den vielen Siegerehrungen kommt er mächtig ins Schwitzen.

Wenn im EDV-Büro mehrere Personen angestrengt auf einen Bildschirm schauen, sehen sie keinen Krimi, sondern es gibt ein kleineres oder größeres EDV-Problem zu lösen. Dann wird es ganz still bei den Umherstehenden, die hoffen, dass die Experten schnell Entwarnung geben und den Fehler beheben haben. Diesmal entpuppte sich die Ergebnisauswertung des 10 km-Laufes als Sorgenkind. Ursache für das Problem war ein nicht ganz fester, aber auch nicht richtig loser Stecker, der die Verbindung der Zieluhr zum Computer herstellt. Durch diese wackelige Konstellation kamen nicht alle Zeitsignale vollständig am Computer an, so dass nachträg-



lich einige Korrekturen nötig waren. Doch auch hier gibt es eine Absicherung durch eine Reserveuhr und eine handgeschriebene Liste. Altbewährtes sichert so die Technik ab, dauerte aber halt viel länger. Flott dagegen ging die vorherige Auswertung des 5km-Laufes über die Bühne.

Ein Novum gab es diesmal in der internen Kommunikation. In der Vergangenheit halfen hierbei Funkgeräte, mal besser, mal schlechter. Diesmal wurden sie durch Handies ersetzt. Problemfrei lief dies noch nicht, denn wenn ein Handy abgeschaltet ist, kommt die Nachricht nur auf der Mail-Box an. Ich hörte verschiedentlich **Jürgen Grote** nach **Dirk Fahrenhorst** rufen: „Wo ist Dirk? Ich spreche nur auf seine Mail-Box! Verflixt!“ Beide dürften am Ende des Tages Schwielen an den Händen von dem vielen Händeschütteln bei den Siegerehrungen gehabt haben.

Aus sportlicher Sicht durften sich die Laufsportfreunde über zwei neue Streckenrekorde freuen. Über 5 km der Frauen lief Anne Bruns ein tolles Rennen. Sie unterbot die alte Rekordmarke von Susanne Hüls um 50 Sekunden und kam nach 16:51 Minuten ins Ziel. Paul Wilson legte auf der 10-km-Distanz ein solches Tempo vor, dass sich einige Streckenposten wunderten, wie schnell die Spitze des Feldes schon bei ihnen war.

Nach 30:44 Minuten stoppten die Uhren für Paul. Damit jagte er Rüdiger Stenzel den alten Streckenrekord ab.

Die Veranstaltungen leben von den **Zuschauern, Teilnehmerinnen und Teilnehmern**, aber ohne die Helferinnen und Helfer wären sie nicht lebensfähig. Daher gilt der besondere Dank des Vorstandes der Laufsportfreunde **allen Helferinnen und Helfern**. Nicht vergessen werden sollen die Sponsoren. Nur durch ihr Engagement ist es möglich, bei einer Laufveranstaltung Gewinne zu erwirtschaften, die dann komplett in die Vereinsarbeit zurückfließen. **Fila**, unterstützt durch **Active-Sport**, hat bereits wiederholt unsere Veranstaltungen durch attraktive Preise bereichert. Die **Firma Iveco** macht uns immer wieder mit einem Fahrzeug mobil. Nur mit Pkw wäre der Transport der vielen Dinge

nicht mehr durchführbar. Der **1. FC Gievenbeck** leiht den Laufsportfreunden Tische und Bänke. Die **Westfälischen Nachrichten** unterstützen den Verein nicht nur durch eine aktive Öffentlichkeitsarbeit, sie liefern auch einen Teil der Pokale, um die gelaufen wird. Die **Allianz-Versicherungen** sind ein inzwischen nicht mehr wegzudenkender Sponsor.

Die Laufsportfreunde Münster hoffen, dass es für den am 11. März 2000 stattfindenden 5. LSF-Straßenlauf eine ähnliche Unterstützung durch Helferinnen und Helfer sowie Sponsoren gebe. Am 11. Februar findet für alle Helferinnen und Helfer des Silvesterlaufes in der Gaststätte Lohmann eine Helferparty statt.

• *Michael Holtkötter
im Namen des Vorstandes
der Laufsportfreunde
Münster*



Der etwas andere Jahresrückblick 1999 oder auch mein persönliches Dankeschön

Zum Jahresbeginn 1999 hatte der LSF keinen Breitensportwart, aber die Vorstandsmitglieder und unsere Lauffreileiter und Betreuer waren der Meinung, dass ich das machen könne (man hat ja auch sonst nichts zu tun), und laufen würden wir ja sowieso alle. Da die Mitgliederversammlung aber erst im März stattfand und der neue Kursus schon im April geplant war, musste schon etwas im Vorfeld geschehen. Also lud ich unsere Übungsleiter und Betreuer zu einem Gymnastikabend in die Leichtathletikhalle ein, um über das neue Kursusjahr zu sprechen und ein Gemeinschaftsfoto für unsere Presse zu schießen. Niemand konnte wissen, dass das der Start zu einem neuen, beliebten Vereinsangebot mit stets wachsender Beteiligung werden würde. Immer flexibel haben wir je nach Wetter und Witterungsbedingungen unsere Abende im Freien oder in der Halle gestaltet. „So nebenbei“ fuhren Silke und ich im März zu unserer Silberhochzeit nach Dresden, und am dritten Aprilsamstag düsten wir mittags nach dem Anfängerkursus zum Hanse-Marathon in Hamburg.

Im September ließ ich mir vier Tage im wahrsten Sinne des Wortes „den Wind um die Nase wehen“ und radelte mit Rennrad und Rucksack 630 km durch Norddeutschland (Teuto-Wiehengebirge - durchs Alte Land nach Glückstadt - um Hamburg herum - zurück quer durch die Lüneburger Heide) bei herrlichem Sonnenschein und viel Gegenwind.

Nach unserem zweiten Anfängerkurs mit Stundenlauf und Zweitundenlauf stürzte ich mich gemeinsam mit meiner besseren Hälfte (Silke) in das Abenteuer New York - natürlich mit Marathon - und anschließend Miami (man gönnt sich ja sonst nichts).

Bedanken möchte ich mich für die netten kleinen „Bestechungen“ in Form von Stutenkerl, Weihnachtskuchen und Tee und - und ... (das war eine Riesenüberraschung).

Es ist natürlich klar, dass ich Euch auch im neuen Jahr wieder strecken „foltern“ und viel Spass dabei haben werde und Ihr hoffentlich auch.

Bedanken muss ich mich auch bei unseren Helfern in den Anfängerkursen im Laufen und im Walken. Trotz

Urlaubs und Schichtdienstes und vieler privater Termine hat es immer reibungslos gepasst in der Kursusplanung. Grossen Anteil hat auch Marlen Watty mit ihrer Pressearbeit.

Stets hilfreich und gut war die Unterstützung im und durch den Vorstand.

Merkwürdigerweise fand sich immer noch ein freier Abend für eine Vorstandssitzung, ein Sommerfest, eine Weihnachtsfeier, einen Kegelabend oder was sonst auch immer.

Ich bin zuversichtlich, dass auch im neuen Jahr wieder gute Arbeit geleistet wird und wünsche allen Gesundheit und Erfolg.

• *Werner Driese
Breitensportwart*

Anfänger-Kurse

Infoabend bei „Lohmann“
am 13. April
Beginn für Laufanfänger
am 15. April,
Stundenlauf am 25. Juni

Für Walker:
Beginn des Kurses
am 29. April

Brava - brava !

1. 1. 2000 - Ein Lauf in der Ewigen Stadt schien mir das Richtige zu sein, um das Jahr mit den vielen Nullen würdig zu begrüßen. Also: Auf nach Rom! (29. 12. 99) Zunächst fügte ich aber der offensichtlich unendlichen Geschichte mit dem Thema „Mariethres und die Elektrizität“ ein weiteres Kapitel hinzu. (In den letzten zwei Jahren hat bei mir alles - aber auch wirklich alles, was entfernt mit Elektrizität zu tun hat, den Geist aufgegeben!) Ich stieg also in den IC mit Ziel Frankfurt-Flughafen - bis Mainz ging ja noch alles gut, aber dann: „Wegen eines Maschinenschadens ist es uns nicht möglich, in Frankfurt zu halten...“ Zum Glück erkannte man mich als Ursache nicht, so konnte ich endlich doch unbehelligt ins Flugzeug steigen. - Selbstverständlich geriet dies daraufhin in ein Gewitter, der Blitz schlug ein. - Vorsichtig geworden, kletterte ich mit angehaltenem Atem in Rom in das Taxi zum Hotel.

Nichts passierte! Erleichtert brachte ich meinen Koffer ins Hotelzimmer, knipste das Licht an - und: richtig: Kurzschluss - mein Raum lag im Dunkeln! (Messerscharf erkannte mich der Portier diesmal als Verursacher, hatte ich doch das Fenster aufgemacht, und es war viel zu kalt in meinem Zimmer!)

30. 12. Stadtrundfahrt - Atmosphäre schnuppern - bummeln.

31. 12. Startunterlagen holen (Jeder hatte seine Startnummer - nur zwei Läufer nicht - darunter ich - na klar!) Pastaparty - abends von Platz zu Platz geschlendert und das Neue Jahr begrüßt - mit Rotwein, für Sekt war es zu kalt.

1. 1. 2000: Etwa 30000 Läufer (5000 Marathonis, der „Rest“ 5,5 km-Läufer) warteten um 12.30 Uhr auf dem Petersplatz auf den Startschuss. Das Wetter war herrlich: blitzblauer Himmel, Sonne, Windstille, 8 Grad C. Mit päpstlichem Segen setzten wir uns so ungefähr gegen 12.45 Uhr langsam in Bewegung. Der Kurs liest sich wie eine Sightseeingtour: Petersplatz, Piazza Venetia, Piazza del Popolo, zurück über den Tiber, am Fluss entlang, wieder in die Altstadt, Trevibrunnen, Spanische Treppe, im Zickzack zum Forum Romanum, Circus Maximus, Cestius-Pyramide, Basilika San Paolo, Caracallathermen, Kolosseum. Hin und wieder wurden am Straßenrand vereinzelte Römer gesichtet, die uns mit „bravi“ und „auguri“ anfeuerten. Es war insgesamt traumschön! Ich bin die 42,2 km bestimmt 5 cm über dem Boden geschwebt. Der Zieleinlauf am Kolosseum war grandios. Eine gerade Strecke führte, von Fackeln rechts und links eingerahmt, am Triumphbogen des Konstantin vorbei (leider nicht hindurch!) ins Ziel. Vom hier zahlreichen (!) Publikum mit „brava, brava“-Rufen begleitet, von einem Ohr bis zum anderen lachend, winkend und Handküsschen verteilend, erreichte ich es - Runner's high!

• Mariethres Kellmann



Ganz so einfach war es doch nicht

Ich bin drin.“ Als Ruth Lutz diese drei Worte beim Überqueren der Ziellinie sprach, dachte sie bestimmt nicht an Boris Becker und die als überaus leicht gepriesenen Konfiguration des Internetzuganges. Sie war einfach nur glücklich, dass sie die durchaus anstrengenden Kilometer der Internationalen Deutschen 50 km-Meisterschaft hinter sich gebracht hatte. Mehr Emotionen waren an diesem kühlen Samstag in diesem Moment nicht drin, doch diese drei Worte kamen aus tiefstem Herzen. Mit Ruth gingen noch etwa knapp 500 Laufbegeisterte an den Start, darunter 12 LSFer.

Die Zuschauer, die die Strecke säumten, blieben im Vergleich zum Starterfeld klar in der Unterzahl und beschränkten sich im wesentlichen auf die Betreuer. Für die Münsteraner war ich der einsame Fan an der Strecke. Meine Aufgabe bestand hauptsächlich im Ausdenken von immer neuen Sprüchen, um unsere Leute bei Laune zu halten. Daneben beobachtete ich besonders aufmerksam das Frauenfeld, denn hier bestanden berechnete Hoffnungen auf vordere Einzel- und Mannschaftsplatzierungen. In meiner Bewegungsfreiheit schränkten mich allerdings diverse Beutelchen Power-

Gel und Riegel, Taschentücher, Traubenzucker, Fotoapparat, Schreibutensilien sowie die Starterliste ein, aber ein echter Fan kennt kein Klagen und ist

Internationalte Deutsche 50 km-Meisterschaften in Rodenbach

für nahezu jeden Eventualfall vorbereitet. Aber nur nahezu, denn als Brigitte nach 40 Kilometern nach warmen Handschuhen verlangte, konnte ich nur mit dem Kopf schütteln. Hätte es sie nach einer wohltemperierten Brühe gelüftet, das hätte sich sicher organisieren lassen, denn eine liebende und betreuende Ehefrau hatte für ihr „Schätzchen“ ebensolche vorbereitet, und Betreuersolidarität kennt keine Grenzen.

Als um 10 Uhr der Startschuss abgefeuert wurde, dachte noch niemand an warme Brühe. Das Feld lief fröhlich an den applaudierenden Zuschauern vorbei, als stünde nur ein kurzes Läuferchen bevor. Als sich nach gut 30 Minuten die Spitze nach der ersten 10er Runde wieder dem Start- und Zielbereich näherte, hatte sich das Feld soweit organisiert, dass sich kleine Grüppchen gefunden hatten. Die LSFer führte Michael Geske an, ihm folgte mit

kurzem Abstand Peter Samulski. Kurz danach sah man schon Brigitte Ziegler, die eine Endzeit von knapp unter 3:45 Stunden angestrebt hatte. Wie an einer Perlenschnur aufgereiht kamen dann Andreas Nergenaus, Mariethres Kellmann, Hildegard Kerkhoff, Anne Holtkötter, Ruth Lutz, Jürgen Sieme, Helga Landfried-Teodoruk, Annette Schwarzkopp und Marlies Sprenger vorbeigelaufen. Alle hatten noch ein Strahlen auf dem Gesicht, wie die meisten Teilnehmer auch, doch dies sollte sich bei der Mehrzahl ändern. Vor allem die Kälte (5 ° Celsius) und ein zu schnell gewähltes Anfangstempo waren in erster Linie schuld daran. Nach der zweiten Runde (20 km) merkte man hiervon noch wenig. Die Abstände der kleinen Grüppchen zueinander hatten sich lediglich vergrößert. Auch war es mal zu einem Platztausch gekommen. Anne und Ruth waren inzwischen an Mariethres und Hildegard vorbeigelaufen. Ansonsten fröhliches Winken. Eine Runde später sah die Sache allerdings schon ganz anders aus. Plötzlich wirkten die Gesichter viel angestrengt und die Körpersprache ließ etwas von den Strapazen der zurückliegenden 30 Kilometer erkennen. Die Rufe nach dem erlaubten „Doping“

(Banane, Tee, Cola, Power-Gel usw.) wurden lauter. Jürgen klagte über eine Blase am großen Zeh. Ich versuchte ihn mit dem Hinweis, dass es nur noch läppische zwei Runden seien, aufzumuntern. Gefälliges Murmeln war die Antwort. Andreas erkundigte sich gar, ob er nicht besser aufhören solle. Ihn überredete ich, noch die nächste Runde für die Mannschaft zu probieren. Mariethres, die stets lächelte, hatte sich etwas von Hildegard abgesetzt, die nun das etwas zu flotte Anfangstempo bereute. Brigitte schob sich kurz vor Kilometer 29 an Peter vorbei. Ihr rief ich nach einem kontrollierenden Blick auf die Uhr zu, dass sie etwas zu schnell sei, worauf Peter antwortete, er wolle sie etwas bremsen. Auf der langen Geraden konnte ich aber sehen, dass sich der Abstand zwischen beiden relativ schnell vergrößerte. Anne und Ruth liefen noch einträchtig nebeneinander. Marlies hatte Fahrt aufgenommen und einige Plätze gutgemacht. Jürgen meinte, es sei zwar nicht mehr so toll, er sei aber nicht 300 km gefahren, um hier auszusteigen. Zu diesem Zeitpunkt konnte ich schon die frohe Kunde verbreiten, dass Brigitte in der Einzelwertung deutlich in Führung lag, und auch die Frauenmannschaft einen beruhigenden Vorsprung vor der zweiten Mannschaft besaß.

Auch als es in die letzte Runde ging, führte Michael unser Team an. Er lief locker und gelöst. Nur kurze Zeit später tauchte schon Brigitte auf. Von Peter noch keine Sicht, doch er würde bald kommen, da war ich mir ganz sicher. Als er dann angelaufen kam, rief ich ihm scherzhaft zu, dass sich Brigitte nicht bremsen lassen würde. Anne und Ruth kamen zwar noch gemeinsam an, aber Ruth mußte von nun an ihr Tempo etwas drosseln. Ich konnte beide jedoch beruhigen, dass die Mannschaft nach wie vor vorn liegen würde. Als sich mir Andreas näherte, war zu erkennen, dass es für ihn keine fünfte Runde geben würde. Nach Kilometer 35 war die Muskulatur so müde, dass er das Tempo deutlich drosseln mußte. Noch 15 Kilometer frierend und immer langsamer werdend weiterlaufen oder aufgeben? Er entschied sich für Letzteres: Gesundheit und Spaß am Laufen gehen vor. Mariethres lächelte nach wie vor, aber auch sie klagte über verschiedene kleinere Wehwechen. Jürgen wollte nur wissen, wo unsere Frauen lägen. Alle anderen waren noch guter Dinge, und auch Helga hatte nach ihren leidvollen Kölnerfahrten nur zwei „Abstecher“ in die Büsche zu verzeichnen. Dann ging alles ziemlich flott, denn die Zieleinläufe standen bevor, und alle

waren glücklich, endlich „drin“ zu sein und sich unter der warmen Dusche wieder aufwärmen zu können.

Die Siegerehrung verlangte wiederum viel Ausdauer. Harry Arndt, der „Ultra-Pabst“, ließ es sich nicht nehmen, die Moderation der Siegerehrung vorzunehmen. Dem Aufruf der Platzierten folgte vielfach die Würdigungen der einzelnen Leistungen samt ergänzenden Informationen. So war schnell zu merken, dass der von ihm selbst vorgegebene zeitliche Rahmen von 45 Minuten keinesfalls ausreichen würde. Erfreulicherweise waren unsere Vereinsfarben häufig bei den zu Ehrenden vertreten. Den Vogel schoss dabei Brigitte ab. Sie sicherte sich nicht nur die Meisterschaft in ihrer Altersklasse, sondern lief auch noch auf den 4. Platz in der Gesamtwertung, gewann zusammen mit Anne und Ruth den Mannschaftstitel und durfte sich zusätzlich über eine neue deutsche Bestleistung freuen. Der Veranstalter schien dies geahnt zu haben, denn in der Starterliste fand sich nicht nur der Hinweis auf ihre an gleicher Stelle erzielte 100 km-Bestleistung, sondern auch noch das Kürzel „Fav“. Die Mehrzahl meinte, dies stünde für Favoritin. Meine scherzhafte Interpretation „Fällt aus, vielleicht“ bestätigte sich glücklicherweise nicht. Bei

den Frauen-Mannschaften hatten sich die Organisatoren geirrt. Als heißer Titelaspirant wurden hier die Frauen vom DLC Aachen gehandelt. Diese kamen dann mit einem Rückstand von über 40 Minuten auf den 2. Platz. Hoch erfreut, wie man es ihrer Jubelpose entnehmen konnte, war Anne über ihren 3. Platz in der AK W 40, stellte dies doch ihre bisher beste Einzelplatzierung bei Deutschen Meisterschaften dar. Da jeweils die ersten Acht der ausgeschriebenen Altersklassen nach vorn gerufen wurden, durften die Fans auch noch Mariethres, Hildegard, Marlies, Helga, Michael und Peter (4.) jubeln. Auch die zweite Frauenmannschaft belegte einen guten 4. Platz im Gesamteinlauf und den 2. in der AK 35 und älter.



12 Läuferinnen und Läufer unseres Vereins gingen an den Start, 11 erreichten das Ziel und 9 durften sich über eine vordere Platzierung freuen, dazu noch zwei Meistertitel - eine wahrlich stolze Bilanz.

• Michael Holtkötter



Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

Monika Kökelsum
Martin Samulski
Christian Fuchs
Beate Schulze
Wolfgang Klaiber
Frank Schleicher
Christiane Lawin-Brüssel
Ursula Krahl
Gabriele Schulte
Bernd Böckers
Sylvia Zink
Richard Verlemann
Barbara Benighaus
Ela Kanitz
Martin Obst

Inke Teodoruk
Heidi Dittrich
Andrea Beigel
Bärbel Sinke
Hans Hermann Karst
Christiane Graeber
Lars Haußer
Katja Haußer
Jürgen Wallenhorst
Heike Böhm
Petra Grabe/von - Vogt
Anna Vogt
Hanno Vogt
Christine Vogt
Ingrid Hormes

Helga Ross
Hannelore Horst
Johannes Horst
Gabriele Puke
Nikolai Kempka
Marcus Hawel
Elisabeth Möllers
Lena Grawe
Melanie Dreier
Magdalene Everke-Mecheln
Ernst-Gerd Borgmann
Norbert Mühlenkord
Rainer Kuck
Rita Borzyskowski

Bertlich - für mich der Höhepunkt des Jahres 1999

oder warum laufen mit Ute Eckenbach seinen besonderen Reiz hat

Nach einer endlosen Wartezeit von zirka neunundneunzig Wochen, die unter anderem durch Utes USA-Aufenthalt bedingt war, kam endlich der ersehnte Tag. Wir hatten uns bereits im Sommer entschlossen, im November 1999 gemeinsam in Bertlich zu laufen!

Schon seit dem Frühjahr spukte mir dafür der Halbmarathon im Kopf herum, denn wenn schon mit Ute, dann wollte ich gern etwas Langes laufen.

Deshalb bat ich sie, für mich einen Trainingsplan zu erstellen. Der hatte es dann aber auch in sich, denn mein „Coach“ schlug voll zu! So zog ich also brav drei Mal pro Woche meine Runden im Wanner Sportpark. Um auch wirklich topfit für Bertlich zu sein, baute ich im Spätsommer außerdem noch eine „Hammer-Woche“ ein, die jedoch nicht nur bei Ute auf Unverständnis stieß. Es gab sogar bei einem Wettkampf in Oelde am 11.09.1999 von anderer Seite die ablehnende Bemerkung: „Es sind ja Deine Knochen!“

Vier Wochen vor dem ausgewählten Termin schrieb ich Ute eine Karte in ihre neue Heimatstadt

Rödermark, auf der ich ihr meine Laufergebnisse des Monats Oktober und meinen Wunsch nach 21 km mitteilte. Ein paar Tage später erhielt ich ihren Anruf und musste mich fragen lassen, ob ich verrückt sei. Laufen sollte ich doch lieber erst einmal die 15 km! Aus, basta!

So kam es, dass wir am Wettbewerbstag im 15-Kilometer-Feld standen.

Als dann nach einem Fototermin der Startschuss fiel, ging ich ab wie die Feuerwehr!

Gern wäre ich in Utes Nähe geblieben, doch mir wurde schnell klar, dass ich ein viel zu hohes Tempo anschlug, was auch Jochen Lorek mir bereits nach einem Kilometer zurief. Darauf hin drückte ich etwas weniger auf die Tube, ließ Ute schweren Herzens ziehen und wartete auf Paul Gärtner, den ich hinter mir wusste und der mich bei km 11 „schluckte“ und an mir vorbei zog.

Noch bis Km 9 schien alles auf eine Endzeit von 75 Minuten hinaus zu laufen. Vielleicht lag es dann jedoch an einem falschen Getränk oder an meinen besorgten Gedanken an Ute, die längst nicht mehr in meiner Sichtweite war, dass ich langsa-

mer wurde und doch noch 1:19:28 Stunden für die fünfzehn Kilometer brauchte.

Im Ziel wartete Ute auf mich, die für die Strecke 3:18 Minuten schneller war als ich, und ich musste mir von ihr einen Seitenblick gefallen lassen, der zu fragen schien: „Konntest Du heute nicht schneller laufen?“ Fazit: seit Ute wieder ab und zu für den LSF läuft, traue ich mir auch lange Strecken zu. Bis zum Marathon ist es jedoch noch ein weites Stück!

Aber bald ist ja wieder Bertlich... Vielleicht sogar erneut mit Ute. Und mit Udo, der uns beraten und betreuen kann.

• Uli Maurer

Kleiderkammer mit geänderten Öffnungszeiten

Jeden 1. Montag im Monat 19 bis 19.30 Uhr und jeden 3. Sonntag im Monat ab 11 Uhr nach vorheriger telefonischer Rücksprache mit Magdalene Bittner 02 51/86 12 37

Mit Martin durch Chicago

Glücksmomente bei einem „Marathon mit Sohn“

Immer, wenn ich gefragt wurde, welches denn der schönste unter meinen bislang 83 Marathonläufen gewesen sei, antwortete ich „wie aus der Pistole geschossen“: Der Erstel Das lag sicherlich nicht an der Blocklandstrecke von Bremen, auf der ich an jenem Sonntag, dem 24. April 1983, zum „Einstieg“ 3:08:33 h gelaufen bin. Ich konnte mir bis dato einfach nicht vorstellen, dass ich als 45jähriger vollschlanker, rauchender, unsportlicher Normalbürger solch eine Leistung überhaupt schaffen könnte.

Inzwischen ist vieles zur Routine geworden. Das Lampenfieber und der Nervenzitter haben (leider) nachgelassen und die innere Checkliste überläßt kaum noch etwas dem Zufall. Geblieben ist aber nach wie vor die ehrliche Freude an und auf meiner (nach oben offenen) Laufstrecke - im Training wie im Wettkampf. Mittlerweile bedeutet mir ein schönes Lauferlebnis mit „gleichgesinnten Weggefährten“ mehr als das „Knautschen“ um Zeiten und Platzierung. Ich bin oft erschrocken, wenn ich sehe, wie sich bei einigen mit der Zeit die anfängliche Einstellung zum Laufvergnügen verändert -

oder haben sie es nie verspürt? Vergesst doch bitte bei allem Verständnis für den zunehmenden Ehrgeiz die ursprüngliche Liebe zu unserem Laufsport nicht durch fremde Trainingspläne, Steigerungsempfehlungen, Zeitvergleiche und Platzierungsprahlereien. Verzichtet nicht auf schöne Erlebnisse- und Gemeinschaftsläufe, nur, weil es „nicht in den Trainingsplan passt“ oder „die Form kaputt machen könnte“. Mir persönlich ist immer noch der lächelnde Läufer sympathischer, der sich über seine subjektive Leistung nach einem schönen Lauf freuen kann, der ihm etwas gegeben hat.

Im Impressum jeder „Zwischenzeit“ heißt es: „Sämtliche Artikel geben nicht unbedingt die ungeteilte Meinung der Redaktion wieder“ - wahrscheinlich sind damit solche individuellen Meinungsäußerungen wie diese gemeint. Ich empfand es daher als großen Glücksfall, dass unser ältester Sohn Martin, 28 Jahre, Architekturstudent im 7. Semester an der FH Münster und inzwischen LSF-Mitglied, sagte: „Marathon in Chicago, der „Stadt der Architektur“ schlechthin, der Geburtsstätte des Wolken-

kratzer, dem Sitz des bis vor kurzem höchsten Sky-scrapers der Welt -Sears Tower mit 442 m -, und dann noch „sponsored by daddy“? „Dafür trainiere ich!“

Er hielt sein Versprechen und stieg bei unserer Trainingsgruppe der „Ultras“ ein, obwohl er es mehr mit dem Squashen als mit dem Joggen hat. Nun ist bekanntlich der „New-York-City-Marathon“



das absolute Muss für jeden Marathoni sowie jede Marathonia und der Saison-Höhepunkt im Herbst. Wenn man aber schon, zum Teil wiederholt, dort gelaufen ist, findet man sehr schnell in Chicago, der „Windy City“ am Lake Michigan nicht nur eine echte Alternative, sondern eine fast gleichwertige Laufveranstaltung mit vielen Vorteilen. So liegen beispielsweise Start und Ziel

des „Lasalle Banks“ Marathons, des 5 km-Laufs und des sehr empfehlenswerten „Frühstückslaufs“ direkt vor den Touristenhotels am Grand Park, einer großen Parklandschaft zwischen Seeufer und Skyline. Hier kann man wunderbar trainieren, Schiffstouren machen oder spazieren gehen. Links von unserem „Best Western Hotel“ erreichte man zu Fuß die City und rechts das Zentrum der Museen, denn Chicago ist ein Mekka für Kunstfreaks. Die (überflüssige und überbeuerte) Pasta-Party findet gleich nebenan im „Hilton-Hotel“ statt und von dort fahren auch die kostenlosen Shuttlebusses zur Marathonmesse. Die Strecke selbst ist superschnell, topfeben und führt in einem klassischen Stadtkurs durch die imposante Skyline der „amerikanischsten Stadt“ der USA.

Wer meinen Bericht über Malta gelesen hat, dem wird die positive Aussage über die münsterischen Sportreisen Gabi Kreienbaum nicht entgangen sein. Meine Empfehlung nach der erneuten Erfahrung kann ich nur bestätigen und weitergeben. Nun fanden sich zum Glück außer uns beiden noch Bernhard, Gabis Mann, der inzwischen ebenfalls für den LSF startet, und mit dem ich, ebenso wie mit Gottfried

Schäfers, der sich uns auch wieder anschloß, schon in mehreren Ländern Marathon gelaufen bin, und Hans Dietrich vom TuS Hiltrup zu einer „Fünferbande“ zusammen, die wunderbar zusammenpasste. So reisten wir nicht nur zusammen und wohnten gemeinsam, sondern verbrachten auch die übrige Zeit miteinander. Natürlich nicht im Marathon selbst. Gottfried eilte nämlich dem Marokkaner Khalid Khannouchi hinterher, der aber schneller war und mit 2:05:42 h eine neue Weltbestzeit aufstellte. Trotzdem erreichte er mit 3:15:02 h einen hervorragenden 2. Platz in unserer AK 60 unter 201 Gleichaltrigen. Unser 68-jähriger „Oldie“ Hans sicherte unser Quintett nach hinten ab und kam mit 4:26:03 h durchs Ziel. Eine Zeit, die ihn nicht ganz zufriedenstellte, denn das kann er besser. Bernhard begleitete uns bis ungefähr zum Km 40, wo er sich dann nach vorne absetzte und mit 3:35:15 h „unter Wert“ ankam. Aber für Martin und mich war es der „Lauf der Läufe“. Wir hatten uns gemeinsam vorbereitet, unsere Möglichkeiten ausgelotet, alles besprochen, 3 Wochen vorher als „Generalprobe“ einen Paarlauf in Köln absolviert und wollten es nun wissen. Da in Chicago mit Chip ge-



uns einen unbedrängten Startplatz unter den ca. 30.000 Teilnehmern suchen und verloren uns nie aus den Augen. Natürlich lief ich die meiste Zeit nach „Steinfurter Art“ vor ihm, um ihn je nach Situation auszubremsen oder zu motivieren. Oft lief ich neben ihm, wobei wir scherzten, uns mit Mitläufern unterhielten oder uns gegenseitig bestätigten. Für mich war es eine 3 1/2 - stündige Exkursion in Architektur und für Martin der Feinschliff in der Königsdisziplin. Gelegentlich lief ich auch bewußt hinter ihm und genoss voller Glücksgefühl den Anblick des jungen Läufers Samulski, der ich selbst nie gewesen war. Wir hatten im Vorfeld an alles zu denken versucht: an Speis und Trank, an Schuhe und Kleidung, an Pflästerchen, Salben, Tinkturen und andere Placebos zur Beruhi-

gung der Psyche. Wir waren auf Wind, Kälte, Wetter und mannigfaltige Verletzungen eingestellt, aber dann passierte doch etwas Unvorhergesehenes: Martin bekam einen schlimmen „Hungerast“ und drohte in unserer „Marschtabelle“ einzubrechen. Zum Glück stand eine freundliche Helferin am Streckenrand und bot Kekse aus einem Becher an. Martin „fraß“ ihr aus Heißhunger und Verzweiflung gleich alle Plätzchen auf und es wunderte mich, dass er das

Töpfchen nicht auch noch verschlang. Daher mein Tipp: verwendet Behälter aus Oblatenteig! Danach steigerten wir uns immer mehr in einen „Rauschlauf“ und jagten nach 3:36:59h realer Chip-Zeit, fast zehn Minuten schneller als geplant, Hand in Hand über die Zielmatte. Selten war eine Umarmung zwischen uns so herzlich und befreiend wie an diesem Sonntag, dem 24. Oktober 1999. Wo andere posierend auf das Finisher-Podest klet-

terten, quetschten wir uns gemeinsam drauf. Ich kann mir nicht vorstellen, dass ich noch einmal einen vergleichbar schönen Marathon erleben werde, und - stellt mich auf die Probe - wenn ich wieder gefragt werde, welches der Wichtigste für mich war, werde ich stolz sagen: Der mit Martin, dem „Marathonmann“ mit großer Zukunft..

• Peter Samulski

Bustransfer zum
Duisburg-Marathon
 am 30. April
 Meldungen sind möglich bei:
 Jürgen Sieme
 Tel. 0 25 01/47 05 oder
 juergen.sieme@t-online.de

LAUFSPORTREISEN 2000	
Malta	Marathon + Halbmarathon Zum Saisonauftakt! 25.02. – 03.03.2000 zum Superpreis ab DM 499,-
Lissabon	Halbmarathon + 7 km ...mit Aufenthalt an der Algarve (an der schönsten Küste Europas im **** Hotel) 22.03. – 29.03.2000 ab DM 890,-
Vancouver Kanada	Marathon + Halbmarathon 03.05. – 10.05.2000 ab DM 1.590,-
Chicago	Marathon + 5 km "Eine echte Alternative zu New York" 19.10. – 24.10.2000 ab DM 1.495,-
Zypern	Halbmarathon + 5 km Wo die Götter Urlaub machen! 23.11. – 30.11.2000 ab DM 790,-
Sportreisen Kreienbaum • Dorbaumstraße 26 48157 Münster • Tel. 0251/32 83 05 • Fax 32 83 25	

Das fängt ja gut an!

Als mein Sohn Thorsten und ich im vergangenen Jahr durch das DLV Heft Treffpunkte 99 blätterten, fiel uns auf Seite 106 eine ganzseitige Werbeanzeige auf. Dort stand:

DJK Sportfreunde
Rotthausen 1910 e.V.
laden ein
zur außerordentlichen
Neujahreslaufveranstaltung
Start ins neue Jahrtausend
Gelsenkirchen 02. Jan. 2000
Vorfreude auf Sydney 2000
Jede/r aktive Teilnehmer/in
erhält ein
Coca-Cola-Sweat-Shirt
oder eine andere
Anerkennung des
Veranstaltungssponsors

Da für den Lauf kein Startgeld erhoben wurde, melden wir uns an. Beim ersten Lauf im neuen Jahr wollte ich zusammen mit meinem Sohn ins Ziel einlaufen. Also ein schöner ruhiger Lauf mit einer lukrativen Auszeichnung.

Am 2. Januar machten wir uns frühzeitig auf den Weg nach Gelsenkirchen. Unterwegs malten wir uns den Lauf in den schönsten Farben aus: wir dachten an Coca-Cola-Trucks, viel Werbung, viele Läufer, viel Publikum und natürlich auch an Sweat-Shirts.

Als wir ca. 90 Minuten vor dem Start auf den Parkplatz des Stadions fuhren, waren

wir nicht sicher, ob wir am richtigen Stadion angekommen waren. Unterwegs gab es nicht den kleinsten Hinweis auf dieses Laufereignis, der Parkplatz war für ca. 100 Pkw ausgelegt und somit wahrscheinlich zu klein, aber wir hatten einen Parkplatz. Als wir in das Stadion gingen, dachte ich nur: „Warum will Münster ein neues Preussen-Stadion. Die sollten sich mal hier umsehen, dann wüßten sie, dass andere noch schlechtere Stadien haben.“ Wo waren die Coca-Cola-Trucks? Wo war überhaupt etwas vom Sponsor zu sehen? Zu allem Übel fiel mein Blick auf ein großes Plakat. Dort stand:

Um den vielen Voranmeldungen gerecht zu werden, wurde das Sponsoring auf 1 Flasche Coca-Cola reduziert.

Das fing ja schon gut an, aber es kam noch besser. Die Ausgabe der Startnummern begann um 10 Uhr. Es erschien ein Verantwortlicher mit einer Liste und einem Pappkarton und begann die Starter alphabetisch aufzurufen. Erst die Männer und dann die Frauen. Wurde von dem entsprechenden Starter nicht sofort geantwortet, so fragte er „Is der noch nich da? Kommt wohl noch“. Erklank dagegen ein lautes „Hier“, kramte er in seinem Karton

nach der entsprechenden Startnummer. Weil natürlich nicht alle anwesend waren, wiederholte er die Namen noch in mehreren Durchgängen. Somit hatten wir viel Zeit, die aushängenden Starterlisten zu studieren. Beim Durchzählen der Starter kam ich auf 209 Teilnehmer für 5 km und 20 Teilnehmer für 3,6 km. Streckenpläne hingen nicht aus. Antwort des Verantwortlichen: „Dat findet ihr schon. Ich hap den Weg selbs mit Kreide makiert.“ Der Start verzögerte sich. Endlich mit über 30 Minuten Verzögerung stellten wir uns auf. Warten. Der PC ist noch nicht soweit. Wer hat die Startpistole? Warten. Endlich alles fertig. Der Starter hebt die Pistole und „klick“ und noch einmal „klick“. Geistesgegenwärtig brüllt er nach dem zweiten Klick „LOS!“. Wir laufen los. Ein Führungsfahrrad gibt es nicht. Nach einer halben Runde im Stadion hören wir auch den Startschuss. Gut, dass nicht mehr Läufer dabei sind. Der Stadionausgang ist nur 2,5 m breit, weil das Tor einseitig festgerostet ist. Dass man Absperrpfosten und Absperrgitter entfernen kann, ist hier unbekannt und wird nicht praktiziert. So laufen wir manchmal Slalom um die Hindernisse. Man hat sogar 2 Streckenposten. Läufer sind irgendwie auch

Pfadfinder. Straßen überquert man vorsichtig, und falls kein Hinweis auf die Strecke da ist, sucht man in der Ferne nach Mitläufern zur Orientierung. Von Km-Schildern hat man hier auch noch nie etwas gehört. Hoffen wir, dass niemandem etwas passiert, weil man ein Schlussfahrrad oder einen Sanitäter hier auch nicht kennt. Wir kommen ins Ziel, erst der Sohn und dann der Vater. Getränke für die Läufer gibt es weder im Zielbereich noch sonstwo. Wir holen unser Sponsorenpräsent und kommen aus dem Staunen nicht heraus. Es gibt pro Läufer eine 0,5 l Flasche Coca-Cola. Jetzt noch ein Brötchen essen und die Urkunde holen. Brötchen

sind nicht da, und die Schnittchen haben schon längst ihre beste Zeit hinter sich. Also nehmen wir ein Brühwürstchen. Das trägt diesen Namen auch eher zufällig. Kein Geschmack, papig und wässrig. Auf die Kuchentheke auszuweichen geht auch nicht, weil von ehemals 3 Kuchen nur noch das Anstandsstück übrig ist. Also werden wir unsere Urkunden holen. Auch die Urkunden werden namentlich verteilt. Jedoch nur die Plätze 1 bis 5. Wer von den anderen eine Urkunde will, lässt sich eine ausstellen - mit Kugelschreiber. Als wir zurückfahren, sind wir uns einig: alle, die diesen Lauf verschlafen haben, sind die wahren Sieger. Wir wer-

den bei diesem Sportverein nie wieder laufen. Unserer Vorfreude auf Sydney 2000 hat dieser Lauf aber nicht geschadet.

• Helmut Ortlepp

UWZ Schnelldruck GmbH

Gestaltung und Qualitätsoffsetdruck von

- Zeitschriften
- Broschüren
- Preislisten
- Werbeblättern
- Mailings
- Büchern
- Katalogen
- Vereinszeitungen
- Prospekten
- und mehr



Oderstr. 40 • 48145 Münster

Fax: 02 51/2 84 85 29

FREECALL: 0800/2848500

Impressum

Herausgeber:

Laufsportfreunde Münster e.V.

Verantwortlich für den Inhalt:

Die Redaktion:

Anne Holtkötter, Helga Landfried-Teodoruk, Renate Müller, Marlies Sprenger
Fotos: Mariethres Kellmann (S. 8), Julia Holtkötter (S. 5, 6), Michael Holtkötter (Titelseite, S. 11), Anne Holtkötter (Titelseite, S. 18), Peter Samulski (S. 13, 14)

Layout und Satz: Anne Holtkötter
Email: a-m.holtkoetter@t-online.de

Druck: UWZ Schnelldruck GmbH Münster

Der Zeitungsbezugspreis 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.

Redaktionsschluss für die "Zwischenzeit"-Ausgabe Mai 2000 ist der 15. April.

Liebe Hanne, lieber Günter,

leider habt Ihr beschlossen, Euch „zur Ruhe zu setzen“.

Es ist sehr schade, denn Eure Lebensfreude ist und war immer ansteckend.

Viele angenehme Erinnerungen stecken in den nunmehr vergangenen 15 Jahren, von denen Ihr 10 Jahre lang unsere Anfängerkurse begleitet habt.

Erfrischend war stets Euer Unternehmungsgeist; egal ob Radtour, gemeinsame Volksläufe, Picknicks oder

Kaffeetrinken; es hat immer Spaß gemacht, mit Euch zusammen zu sein.

In all unseren Anfängerkursen hattet Ihr immer ein hohes Ansehen, und kamen die vielen netten „Mädels“ dem Günter gar zu nahe, hatte Hanne schon ein waches Auge... Man weiss ja nie !...

Auch war es Euch nie zu viel, in all den Jahren bei unseren Volksläufen tatkräftig zur Hand zu gehen und das, obwohl Ihr nie dem Verein angehörtet (manches Ver-

einsmitglied kann sich da ein gutes Beispiel nehmen).

Als kleines Dankeschön darf ich Euch im Namen des Vorstandes und des Vereines dies Präsent überreichen und Euch herzlich danken.

Ich freue mich, daß *ich* dies tun darf - aber ich bin traurig, dass ich es tun muss.

• *Werner Driese*
beim Übungsleitertreffen im Mühlenhof am 19. November 1999



Günter Antemann - was mir als erstes einfiel, als Anne mich bat, etwas über ihn zu schreiben, das war meine eigene Anfängerzeit an der Sentruper Höhe - damals, 1988, als ich oft unter Günters Obhut meine ersten Runden um den Aasee drehte.

Denn ich war eine von den zahlreichen Läufern und Läuferinnen, die unter Günters Anleitung mit viel Begeisterung das Laufen erlernt haben. Was mich damals am meisten beeindruckte, war Günters Talent, eine riesige Läufer­schar während der ganzen Trainingsrunde lebendig zu unterhalten. Kein Lauf mit Günter, ohne dass er mindestens einen Witz aus seinem schier unerschöpflichen Repertoire zum besten gab. Und diesen erzählte er mit so erstaunlich kräftiger Stimme ohne jemals aus der Puste zu geraten, dass jeder in der Läufer­schar seinen Spaß hatte. War die Gruppe wirklich mal so groß, dass die letzten protestierten, weil sie die Pointe nicht mitbekommen hatten, umkreiste er sie gerne wie ein Hütehund seine Herde, um auch die Nachhut noch zum Lachen zu bringen. Ich hab' nie verstanden, wie jemand ohne auch nur ein bisschen zu japsen unentwegt so lebhaft erzählen kann. So kurzweilig wie die Trainingsrunden war eigentlich alles, was man mit Günter unternahm, und na-

türlich sind es gerade die für ihn so typischen Dinge, an die man sich immer wieder erinnert: die „Standwaage“, die fester Bestandteil seiner Aufwärmgymnastik war (mit der Anweisung: „Wer umfällt, hält sich an seinem Nachbarn fest.“) oder die Tüte Lollis oder Bonbons, ohne die er nicht zu einer der unvergesslichen, von ihm perfekt organisierten Mai-Radtouren startete, um alle Teilnehmer, vor allem die mitradelnden Kinder, damit zu erfreuen. Eigentlich war er immer da, wenn er gebraucht wurde, und dabei zählte die Mitgliedschaft im Verein für ihn überhaupt nicht. Er gehörte und gehört eben nicht aufgrund einer Mitgliedskarte zu uns, sondern aufgrund seiner Gesinnung. Und deshalb war es für ihn nie eine Frage zu helfen, wo er konnte. Besonders wertvoll war seine Unterstützung bei unseren Volksläufen, wo er hauptsächlich für die Strecke mit verantwortlich war. So lag die für die Orientierung der Läufer so wichtige farbige Markierung der Km-Punkte unserer unterschiedlichen Laufstrecken beim Straßenlauf bei ihm stets in bewährten Händen. Was aber noch besser war: Wenn er bei der Laufveranstaltung selbst als Fahrradbegleitung auf der Strecke war, versorgte er nicht selten die Streckenposten mit (von Hannelore) selbstgebackenem Ku-

chen! So kennen und lieben ihn eigentlich alle: seine hilfsbereite und freundliche Art, seine kleinen Aufmerksamkeiten, und keiner kann so recht glauben, dass er sich nun zurückziehen will. Dennoch - es gibt jetzt halt andere wichtige Aufgaben in seinem Leben, denen er sich widmen möchte. Wer mitbekommen hat, dass seine früher so obligatorischen Witze bei den Trainingsrunden um den Aasee in der letzten Zeit immer häufiger durch liebevollen Anekdoten über seine kleine Enkelin abgelöst wurden, kennt schon einen Grund für seinen - hoffentlich nicht ganz endgültigen - Rückzug. So kennen wir Günter: Wo er sich einbringt, tut er es ganz, und wenn er jetzt seinem Privatleben mehr Priorität einräumt als dem Vereinsleben, so müssen wir das akzeptieren. Aber wir können sicher sein, dass er sich noch oft an der Sentruper Höhe sehen lässt, und viele werden ihn dann fragen: Was gibt's Neues über Deine Enkeltochter Kira?

• *Renate Müller*

März

Herbert Durynek	01.03.	
Heinz Alberty	01.03.	
Heidi Dittrich	02.03.	
Tatjana Bialas	05.03.	
Hannah Holtkötter	08.03.	
Mechtild Böckmann	09.03.	
Dragan Gagic'	09.03.	
Christel Herbert	11.03.	
Rita Borzyskowski	15.03.	
Margret Scholl	16.03.	
Bernhard Paßlick	16.03.	
Gerdamaria Bühl	20.03.	
Ulrich Maurer	21.03.	
Andreas Besseling	22.03.	
Dagmar Großmann-Hall	23.03.	
Helmut Neuhaus	24.03.	
Ulrich Budde	26.03.	
Nörbert Mühlenkord	27.03.	
Winfried Landwehrjohann	30.03.	40
Hermann Koke	31.03.	

April

Josef Hillebrand	01.04.	50
Almut Mecking	02.04.	
Timo Kellmann	03.04.	
Sylvia Zink	03.04.	
Rolf Rosema	04.04.	
Christiane Bennink	05.04.	
Ingeborg Schmidt	08.04.	
Petra Benz	09.04.	
Erich Rührup	10.04.	
Ester Droste zu Vischering	11.04.	
Ursula Saß	13.04.	
Ernst-August Vogedes	14.04.	
Christian Fuchs	15.04.	30
Giesela Overhageböck	17.04.	
Wilfried Sandbaumh.	17.04.	50
Martin Kanne	19.04.	
Horst Verspohl	20.04.	
Udo Kristowiak	20.04.	
Lena Grawe	21.04.	
Marita Schilling	22.04.	
Christa Wolgast-Azouz	22.04.	
Heinz Robbers	22.04.	

Markus Ischner	25.04.
Michael Sippel	25.04.
Annelie Beckmann	25.04.
Anna Vogt	28.04.

Mai

Wolfgang Klaiber	01.05.	
Beate Schulze	02.05.	
Kornelia Leonhard	03.05.	
Rainer Schulte	04.05.	
Wolfgang Gill	06.05.	
Manfred Holtgrefe	06.05.	60
Martin Samulski	06.05.	
Michael Geske	07.05.	
Bernd Huesker	08.05.	
Hannelore Horst	08.05.	
Detlef Bärhold	09.05.	
Stefan Priess	09.05.	
Cecilia Pöpke	09.05.	
Ingrid Johannes	10.05.	
Lars Haußer	10.05.	
Jutta Frenzel	11.05.	30
Christoph Haecker	13.05.	40
Birgit August	16.05.	
Renate Lepkowski	16.05.	
Brigitte Hölmer	17.05.	
Manfred Ritter	17.05.	
Andreas Nergenau	19.05.	
Klaus Becker	20.05.	
Dieter Sternberg	23.05.	
Petra Grabe.von-Vogt	23.05.	
Jürgen Janutta	24.05.	50
Dirk Fahrenhorst	24.05.	
Martin Obst	25.05.	
Ina Einhaus-Dahlmann	26.05.	
Theo Lauhoff	26.05.	
Ludger Koch	26.05.	
Gabriele Weiß	27.05.	
Helmuth Eiken	28.05.	
Melanie Dreier	28.05.	
Richard Verlemann	29.05.	
Hinz Völkert	30.05.	

• Jürgen Sieme

ACTIVE

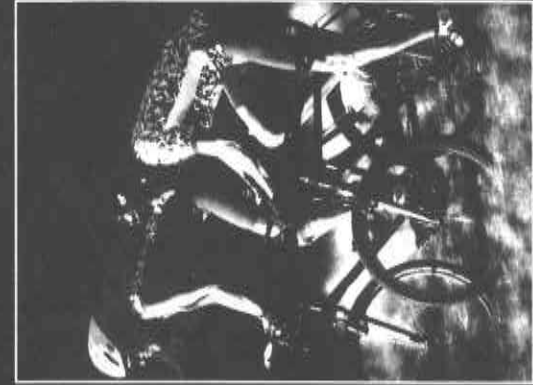
SPORTSHOP

Niederwall 51 · 33602 Bielefeld
Telefon (0521) 17 11 16

Hammer Straße 40 · 48153 Münster
Telefon (0251) 52 40 34



Der Ausdauerladen



WER LIEF WO?

18.09.99 Warendorf, Halbmarathon

Michael Geske 1:35:05 4. M40
Peter Samulski 1:35:06 1. M60

29.09.99 Kamen Bahn, 5.000m

Matthias Pröbsting 17:40,86

16.10.99 Coesfeld

1 km

Stefan Ortlepp 0:04:25
Thorsten Ortlepp 0:04:46

5 km

Bernhard Kreienbaum 0:18:50 1. M55
Andreas Nergenuau 0:18:50 1. M45
Bernd Huesker 0:19:06 2. M50
Brigitte Ziegler 0:19:09 1. W45
Helmut Ortlepp 0:19:33 5. M40

10 km

Matthias Pröbsting 0:36:46 2. MJA
Michael Holtkötter 0:39:37 7. M40
Brigitte Ziegler 0:39:55 1. W45
Wilhelm Thonemann 0:46:51
Ulrich Maurer 0:48:09

24.10.99 Essen Marathon

Hans Reimann 3:00:08
Berthold Kökelsum 3:20:26
Eva Kammer 3:21:44 5. W35
Dieter Korte 3:21:45
Joachim Lorek 3:40:08
Maria Feyerabend 3:42:37
Helmut Ortlepp 3:54:02

24.10.99 Chicago Marathon

Gottfried Schäfers 3:15:02 2. M60
Bernhard Kreienbaum 3:35:15
Martin Samulski 3:36:58
Peter Samulski 3:36:59

30.10.99 Nordwalde

1 km

Charlotte Schimanski 0:05:20

2 km

Thorsten Ortlepp 0:10:15
Kai-Marie Schimanski 0:10:19
Stefan Ortlepp 0:11:00

5 km

Tobias Korber 0:17:54 1. MJA
Hans Reimann 0:18:12 1. M45
Markus Ischner 0:18:23 2. MHK
Bernhard Kreienbaum 0:19:02 1. M55
Stanislav Bartusiak 0:19:06 3. M45
Helmut Ortlepp 0:20:03 5. M40
Werner Driese 0:21:22 6. M45
Ulrich Radusch 0:22:50 9. M45
Roswitha Corsmeier 0:27:36 5. W50
Katja Haußer 0:28:10 1. WSC
Marita Reimann 0:28:52
Christa Wolgast-Azouz 0:28:54 7. W50

10 km

Martin Kanne 0:37:40 3. M30
Manfred Otto 0:37:54 2. M45
Wolfgang Kunz 0:39:49 1. M55
Winfried Tillmann 0:42:32
Magnus Grüger 0:42:58
Eva Kammer 0:43:09 3. W35

Michael Drewes 0:43:42
Hans-Werner Stöcker 0:44:54
Hinz Völkert 0:46:22
Werner Driese 0:47:01
Maria Feyerabend 0:47:26 2. W45
Ulrich Maurer 0:49:04
Karin Grawe 0:49:07 4. W30
Helga Landfried-T. 0:49:16 1. W55
Bernd Böckers 0:50:25
Reiner Lehmann 0:50:34
Paul Gärtner 0:50:53 1. M70
Gertrud Unländer 0:51:00 6. W45
Friedhelm Neuhaus 0:51:45
Helmuth Eiken 0:53:45
Ursula Claus 0:59:30 5. W50
Inke Teodoruk 1:01:10 4. WHK
Lars Haußer 1:02:38 3. MSB

31.10.99 Frankfurt Marathon

Bernd Huesker 3:05:54
Bernhard Paßlick 3:21:33
Thomas Braun 3:24:11
Martin Braun 3:25:17
Robert Messing 3:26:03
Annette Schwarzkopp 4:21:27
Walter Blume 4:37:46
Jürgen Janutta 5:16:22

31.10.99 Hamm, 10 km

Gottfried Schäfers 0:42:13 1. M60

06.11.99 Westerwinkel

1,6 km

Thorsten Ortlepp 0:07:45 8. M11

5 km

Helmut Ortlepp 0:20:02 6. M40

10 km

Stanislav Bartusiak 0:39:43 4. M45

07.11.99 Bottrop, 25 km

Gottfried Schäfers 1:52:27 2. M60

07.11.99 Verl, 10 km

Wolfgang Kunz 0:38:05

13.11.99 Rodenbach DM 50 km

Michael Geske 3:39:18 7. M40
Brigitte Ziegler 3:43:11 1. W45
Peter Samulski 3:50:12 4. M60
Anne Holtkötter 4:03:22 3. W40
Ruth Lutz 4:06:33 5. W45
Mariethres Kellmann 4:12:59 3. W50
Hildegard Kerkhoff 4:15:34 8. W45
Jürgen Sieme 4:38:33
Marlies Sprenger 4:38:41 7. W40
Helga Landfried-T. 4:46:41 4. W50
Annette Schwarzkopp 4:54:22

27.11.99 DM Cross Viersen

3,5 km

Tobias Korber 0:12:24
Sebastian Mönninghoff 0:12:33
Matthias Pröbsting 0:11:55

4,1 km

Brigitte Ziegler 0:16:54 2. W45

27.11.99 Arolsen Marathon

Stefan Chrzanowski 3:32:59
Peter Samulski 3:58:15
Jürgen Sieme 3:58:17

28.11.99 Zypern Halbmarathon

Bernhard Kreienbaum 1:27:51
Gottfried Schäfers 1:29:46 1. M60

28.11.99 Bertlich

10 km

Mariethres Kellmann 0:45:51 1. W50

15 km

Ewald Fikus 0:56:58 2. M35
Eva Kammer 1:05:19 1. W35
Joachim Lorek 1:09:58 4. M55
Ute Eckenbach 1:16:10 2. W30
Paul Gärtner 1:17:29 1. M70
Ulrich Maurer 1:19:28

Marathon

Bodo Bruder 4:07:31 5. M60

28.11.99 Tri-Finish Adventslauf

5,6 km

Hans Reimann 0:20:30 1. M45
Martin Kanne 0:20:57 2. M30
Winfried Tillmann 0:23:03 2. M45
Magnus Grüger 0:23:14 1. M35
Stanislav Bartusiak 0:25:20 4. M45
Bruno Schweers 0:26:12 3. M35
Sabine Roleff 0:26:18 1. W30
Lars Haußer 0:31:50 2. MSB
Katja Haußer 0:34:45 1. WSC
Rudi Völlering 0:35:58 1. M55

11,2 km

Rita Lanwer 0:45:26 1. Ges.
Michael Drewes 0:49:46 6. M35
Bernd Böckers 1:00:42
Manfred Wichter 1:01:08

04.12.99 Dülmen, 2,5 km

Lars Haußer 0:11:47 8. M13
Katja Haußer 0:12:50 6. W11
Thorsten Ortlepp 0:13:27

04.12.99 Oelde, 11 km

Gottfried Schäfers 0:46:28 1. M60

10.12.99 Wiedenbrück, 10 km

Gottfried Schäfers 0:41:20 2. M60

12.12.99 Hamm, 10 km

Stefan Chrzanowski 0:42:03

19.12.99 Borgholzhausen, 15 km Cross

Martin Kanne 1:02:23
Gottfried Schäfers 1:11:44 2. M60
Werner Driese 1:20:18

31.12.99 Münster

5 km

Klaus Schulte 0:18:46 4. M30
Bernhard Kreienbaum 0:19:15 1. M55
Sebastian Mönninghoff 0:19:18 3. MJA
Ulrich Schimanski 0:19:28 6. M35
Magnus Grüger 0:20:23
Theo Lauhoff 0:20:48 5. M45
Rainer Horn 0:21:30 4. M55
Heinz Hengefeld 0:22:51 2. M65

Peter Volkmer 0:23:14 6. M50
Klaus Lietzow 0:23:45 4. M60
Ulrich Radusch 0:23:55
Kai-Uwe Kock 0:26:12
Ute König 0:26:13 7. W30
Ulrike Andersen 0:26:37 9. W30
Thomas Vogt 0:27:05
Christiane Lawin-B. 0:28:26
Thorsten Ortlepp 0:28:35
Lars Haußer 0:28:42
Katja Haußer 0:28:51 8. WSC
Konrad Leonhard 0:32:02
Detlef Bärhold 0:32:20
Iris Blaschok-Lange 0:33:47
Jürgen Koßmeier 0:37:03

10 km

Brigitte Ziegler 0:40:17 1. W45
Dieter Feldhaus 0:42:18 5. M50
Ruth Lutz 0:43:40 2. W45
Helga Landfried-T. 0:49:06
Ludger Koch 0:49:34
Bernd Böckers 0:50:08
Angelika Dohmann 0:50:47 3. W45
Ingrid Johannes 0:51:51 7. W35
Hildegard Durynek 0:51:52 1. W60
Cecilia Pöpke 0:53:08 6. W40
Christel Löchte 0:54:02 8. W40
Kai-Uwe Kock 0:54:32
Ute König 0:54:33 6. W30
Karin Ortlepp 0:56:36

5 km Walking

Monika Kristowiak 0:33:35 1. W55
Florenz Plassmann 0:33:36 1. M60
Udo Kristowiak 0:34:16 1. M55
Kornelia Sommerfeld-P. 0:37:11 4. W40
Gisela Hoischen 0:37:20 2. W50
Elisabeth Möllers 0:38:02 1. W45
Marleen Watty 0:39:59 4. W55

31.12.99 Berlin, 10,4 km

Stanislav Bartusiak 0:42:15

31.12.99 Gütersloh, 10 km

Gottfried Schäfers 0:40:55 1. M60

01.01.00 Rom Marathon

Mariethres Kellmann 3:41:05

02.01.00, Gelsenkirchen, 5 km

Thorsten Ortlepp 0:30:52 5. MSB
Helmut Ortlepp 0:30:53

08.01.00 Vreden

7,5 km

Thorsten Ortlepp 0:48:47 4. MSB
Stanislav Bartusiak 1:01:45 2. M45
Bernd Huesker 1:01:48 3. M50
Markus Ischner 1:01:49 1. MHK
Helmut Ortlepp 1:09:53
Heidi Dittrich 1:15:58 1. W45

09.01.00 Egmond, Halbmarathon

Gottfried Schäfers 1:31:48

16.01.00 Kassel, Marathon

Gottfried Schäfers 3:38:19 1. M60

Vereinsbestenliste

MÄNNER

1 Kilometer			
Mönninghoff	Sebastian	2:42	
Pröbsting	Matthias	2:44	
Holtkötter	Michael	3:05	
Nergenau	Andreas	3:11	
Ortlepp	Stefan	4:25	
Ortlepp	Thorsten	4:29	

3 Kilometer			
Pröbsting	Matthias	9:54	
Holtkötter	Michael	10:28	
Nergenau	Andreas	10:53	
Ortlepp	Helmut	11:16	
Driese	Werner	11:36	
Budde	Josef	12:35	

5 Kilometer			
Fikus	Ewald	17:23	
Pröbsting	Matthias	17:35	
Reimann	Hans	17:52	
Korber	Tobias	17:54	
Kanne	Martin	18:02	
Ischner	Markus	18:23	
Holtkötter	Michael	18:34	
Koke	Hermann	18:45	
Schulte	Klaus	18:46	
Nergenau	Andreas	18:50	
Kreienbaum	Bernhard	18:50	
Bartusiak	Stanislav	19:03	
Huesker	Bernd	19:06	
Mönninghoff	Sebastian	19:18	
Schimanski	Ulrich	19:26	
Ortlepp	Helmut	19:33	
Riemenschn.	Dieter	19:35	
Sternberg	Dieter	19:50	
Schäfers	Gottfried	19:50	
Weiß	Jürgen	19:57	
Grüger	Magnus	20:09	
Gagie	Dragan	20:17	
Driese	Werner	20:29	
Lauhoff	Theo	20:48	
Horn	Rainer	21:30	
Bodenberger	Ulrich	21:33	
Radusch	Ulrich	21:54	
Maurer	Ulrich	22:50	
Hengefeld	Heinz	22:51	
Kock	Kai-Uwe	22:54	
Volkmer	Peter	23:03	
Lietzow	Klaus	23:45	
Alberty	Heinz	23:51	
Brecklinghaus	Detlev	23:51	
Blume	Walter	24:26	
Revering	Heinz-Jürgen	26:52	
Vogt	Thomas	27:05	
Ortlepp	Thorsten	28:35	
Haußer	Lars	28:42	
Leonhard	Konrad	32:02	
Bärhold	Detlef	32:10	
Plassmann	Florenz	33:36	
Kristowiak	Udo	34:16	
Pick	Matthias	34:24	
Peters	Alfons	35:00	
Dornseif	Ludwig	35:22	
KoBmeier	Jürgen	37:03	

10 Kilometer			
Schulte	Klaus	35:57	
Kanne	Martin	36:10	
Fikus	Ewald	36:22	
Bathen	Bastian	36:26	
Pröbsting	Matthias	36:46	
Ischner	Markus	36:50	
Korber	Tobias	36:55	
Geske	Michael	37:21	
Stöcker	Hans-Werner	37:34	
Otto	Manfred	37:54	
Kunz	Wolfgang	38:05	
Nergenau	Andreas	38:12	
Kreienbaum	Bernhard	38:32	
Paßlick	Bernhard	38:32	
Mönninghoff	Sebastian	38:33	

Kunz	Wolfgang	38:54	
Bartusiak	Stanislav	39:00	
Samulski	Peter	39:15	
Huesker	Bernd	39:15	
Köster	Uwe	39:15	
Messing	Robert	39:27	
Holtkötter	Michael	39:37	
Weiß	Jürgen	39:41	
Feldhaus	Dieter	39:44	
Tillmann	Winfried	39:44	
Schäfers	Gottfried	39:46	
Koke	Hermann	39:52	
Kökelsum	Berthold	41:42	
Korte	Dieter	41:45	
Chrzanowski	Stefan	42:03	
Buermann	Peter	42:11	
Ortlepp	Helmut	42:26	
Werner	Werner	42:28	
Lauhoff	Theo	42:42	
Grüger	Magnus	42:58	
Sternberg	Dieter	43:24	
Drewes	Michael	43:42	
Lorek	Joachim	43:47	
Sieme	Jürgen	43:52	
Volbracht	Andreas	43:55	
Rührup	Erich	45:05	
Völkert	Hinz	45:52	
Radusch	Ulrich	46:00	
Bruder	Bodo	46:25	
Thonemann	Wilhelm	46:51	
Bodenberger	Horst	47:14	
Kock	Kai-Uwe	47:31	
Maurer	Ulrich	47:55	
Strüwe	Richard	49:21	
Volkmer	Peter	49:33	
Koch	Ludger	49:34	
Lehmann	Reiner	49:41	
Gärtner	Paul	50:00	
Böckers	Bernd	50:08	
Mersch	Josef	50:52	
Neubaus	Helmut	51:28	
Neubaus	Friedhelm	51:45	
Horst	Blume	52:29	
Eiken	Helmut	53:45	
Revering	Heinz-Jürgen	54:14	
Völlering	Rudi	55:58	
Bernd	Bernhard	57:30	
Silvers	Karlheinz	57:38	
Haußer	Lars	01:02:38	
Plassmann	Florenz	01:04:55	
Pick	Matthias	01:08:28	
Peters	Alfons	01:12:35	
Kristowiak	Udo	01:12:36	
Dornseif	Ludwig	01:13:08	

15 Kilometer			
Fikus	Ewald	00:56:58	
Bathen	Bastian	00:57:12	
Korber	Tobias	00:57:23	
Mönninghoff	Sebastian	00:58:12	
Nergenau	Andreas	00:58:45	
Paßlick	Bernhard	00:59:10	
Stöcker	Hans-Werner	00:59:35	
Pröbsting	Matthias	01:00:37	
Bartusiak	Stanislav	01:01:19	
Schulte	Peter	01:02:11	
Kanne	Martin	01:02:23	
Messing	Robert	01:02:47	
Koke	Hermann	01:03:54	
Tillmann	Winfried	01:04:02	
Holtkötter	Michael	01:05:26	
Korber	Markus	01:05:51	
Ischner	Markus	01:06:05	
Lauhoff	Theo	01:06:05	
Ortlepp	Helmut	01:06:39	
Becker	Klaus	01:08:31	
Chrzanowski	Stefan	01:09:23	
Lorek	Joachim	01:09:58	
Gärtner	Paul	01:17:29	
Maurer	Ulrich	01:19:28	

25 Kilometer			
Fikus	Ewald	01:18:32	
Fikus	Ewald	01:19:58	
Reimann	Hans	01:21:30	
Geske	Michael	01:22:25	
Ischner	Markus	01:23:15	
Bathen	Bastian	01:23:33	
Korber	Tobias	01:23:54	
Nergenau	Andreas	01:24:56	
Bartusiak	Stanislav	01:25:34	
Samulski	Peter	01:26:46	
Koke	Hermann	01:27:44	
Huesker	Bernd	01:27:48	
Kunz	Wolfgang	01:27:51	
Kreienbaum	Bernhard	01:27:54	
Paßlick	Bernhard	01:29:19	
Schäfers	Gottfried	01:29:48	
Driese	Werner	01:31:40	
Pröbsting	Matthias	01:32:22	
Stöcker	Hans-Werner	01:32:22	
Tillmann	Winfried	01:32:22	
Weiß	Jürgen	01:32:22	
Koke	Hermann	01:33:08	
Grüger	Magnus	01:34:36	
Roth	Egon	01:34:37	
Sternberg	Dieter	01:34:54	
Holtkötter	Michael	01:35:04	
Radusch	Ulrich	01:35:26	
Drewes	Michael	01:35:51	
Lauhoff	Theo	01:36:13	
Kökelsum	Berthold	01:36:53	
Budde	Ulrich	01:37:28	
Ortlepp	Helmut	01:38:39	
Korte	Dieter	01:38:48	
Chrzanowski	Stefan	01:38:59	
Rührup	Erich	01:38:59	
Sieme	Jürgen	01:39:45	
Lorek	Joachim	01:40:51	
Driese	Werner	01:42:54	
Haecker	Christoph	01:44:20	
Völkert	Hinz	01:44:23	
Thonemann	Wilhelm	01:50:36	
Blume	Walter	01:54:42	
Mersch	Josef	01:56:25	

Halbmarathon			
Huesker	Bernd	01:47:22	
Schäfers	Gottfried	01:52:27	
Schleicher	Frank	02:02:02	
Klaiber	Wolfgang	02:03:38	
Braun	Thomas	02:06:42	
Sieme	Jürgen	02:14:29	
Mersch	Josef	02:19:04	
Thonemann	Wilhelm	02:20:31	
Radusch	Ulrich	02:24:50	
Wagner	Dieter	02:40:29	
Landwehrloh	Winfried	02:42:22	

30 Kilometer			
Huesker	Bernd	02:10:53	
Ischner	Markus	02:12:53	
Budde	Josef	02:49:39	

Marathon			
Fikus	Ewald	02:57:45	
Reimann	Hans	02:58:11	
Geske	Michael	02:59:58	
Bernd	Bernd	03:05:54	
Schäfers	Gottfried	03:06:45	
Samulski	Peter	03:07:33	
Ischner	Markus	03:08:22	
Otto	Manfred	03:14:25	
Paßlick	Bernhard	03:14:30	
Nergenau	Andreas	03:17:30	
Messing	Robert	03:17:31	
Tillmann	Winfried	03:19:32	
Weiß	Jürgen	03:20:11	
Kökelsum	Berthold	03:20:26	
Korte	Dieter	03:21:45	
Braun	Thomas	03:24:11	

Kallerhoff	Jürgen	03:24:40	
Braun	Martin	03:25:17	
Driese	Werner	03:26:24	
Fels	Michael	03:28:08	
Klaiber	Wolfgang	03:28:30	
Budde	Ulrich	03:31:06	
Stöcker	Hans-Werner	03:31:20	
Bartusiak	Stanislav	03:31:34	
Feldhaus	Dieter	03:33:27	
Kreienbaum	Bernhard	03:35:15	
Kampelmann	Klaus	03:35:56	
Drewes	Michael	03:36:14	
Rundle	Thomas	03:36:38	
Samulski	Martin	03:36:58	
Sieme	Jürgen	03:37:20	
Cloppenburg	Heiner	03:38:16	
Lauhoff	Theo	03:38:48	
Schulte	Klaus	03:39:10	
Lorek	Joachim	03:40:08	
Schleicher	Frank	03:41:27	
Grüger	Magnus	03:41:43	
Holtkötter	Michael	03:42:01	
Rührup	Erich	03:42:30	
Ortlepp	Helmut	03:44:49	
Sippel	Michael	03:47:46	
Sternberg	Dieter	03:48:39	
Wolfgang	Hans-Jürgen	03:52:29	
Völkert	Hinz	03:54:20	
Budde	Josef	03:56:17	
Schlichting	Andre	04:00:28	
Bruder	Bodo	04:07:31	
Dahlmann	Bernhard	04:07:31	
Hillebrand	Josef	04:10:19	
Gill	Wolfgang	04:10:55	
Neubaus	Friedhelm	04:21:17	
Koeh	Ludger	04:21:34	
Wichter	Manfred	04:25:59	
Gröte	Jürgen	04:29:58	
Vorspohl	Horst	04:30:52	
Neubaus	Helmut	04:37:16	
Blume	Walter	04:37:46	
Wagner	Dieter	04:38:11	
Kramer	Peter	04:39:11	
Brecklinghaus	Detlev	04:55:15	
Janutta	Jürgen	05:16:22	

50 Kilometer			
Geske	Michael	03:39:18	
Samulski	Peter	03:50:12	
Sieme	Jürgen	04:38:33	

100 Kilometer			
Geske	Michael	08:13:28	
Samulski	Peter	08:28:37	
Sieme	Jürgen	10:17:10	

FRAUEN

1 Kilometer			
Schimanski	Charlotte	5:20	

3 Kilometer			
--------------------	--	--	--

START katalog

Februar

13. Hamm * Winterlaufserie 15 km
 13. Bertlich * Straßenlauf 5 km, 7,5 km, 10 km, 15 km
 Halbmarathon, 30 km, Marathon
 27. Hamm * Winterlaufserie Halbmarathon

März

11. Münster * 5. LSF Straßenlauf 3km, 5km, 7,5km, 10 km, 15km
 Halbmarathon (Münsterland- u. Kreismeisterschaft)
 12. Vreden * # Volkslauf 10 km, Halbmarathon
 12. Haltern-Flaesheim Volkslauf, 5km, 10 km, 20 km
 18. Steinfurt * Steinfurt Marathon
 incl. Münsterlandmeisterschaft
 25. Freiburg * Deutsche Meisterschaft Halbmarathon, Meldeschluss 3. 3.

April

9. Brackwede Volkslauf 3 km, 10 km, 20 km
 15. Haltern-Flaesheim * Volkslauf 7,5 km, Halbmarathon
 15. Gronau * DLV-Lauf 1 km (Schüler), 3,2 km, 10 km
 16. Hamburg Marathon
 22. Paderborn * DLV-Lauf Halbmarathon, 10 km
 22. Rodenbach * Deutsche Meisterschaft 100 km, Meldeschluss 31.3.
 30. Bielefeld Hermannslauf, Jogginglauf 30 km
 30. Münster * # „Rund um den Allwetterzoo“, 5 km, 10 km
 30. Nordkirchen Dorflauf 1km (Schüler), 5 km u. 10 km
 30. Duisburg * DM Marathon
 Meldeschluss: 7.04.2000

Mai

12. Emsdetten * # Volkslauf 3 km, 10 km

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

Jürgen Sieme Bockhorststr. 57 48165 Münster Tel. 0 25 01/47 05
 E-Mail: juergen.sieme@t-online.de

Die Laufsportfreunde Münster laden ein zum

5. LSF-Straßenlauf am 11. März 2000
 alle Strecken von 3 km, 5 km, 7,5 km, 10 km, 15 km, Halbmarathon , Starts ab 11.55 Uhr

Start und Ziel: Sportpark Sentruper Höhe
 Alle Strecken dieser vom DLV genehmigten Veranstaltungen sind amtlich vermessen.

Anmeldung und Infos:
 LSF-Münster e. V. • Postfach 48 22 • 48027 Münster • Tel.: 0251/52 12 74
<http://home.muenster.net/~lsf-ms>

XEN. Die innere Kraft.



XEN

pure and full of spirit

Xen. Schlicht und einfach anders. Ästhetische Zier für Menschen, die sich von aufdringlichem Glanz nicht blenden lassen. Für jene, die innere Werte kennen. Und erkennen.



Oeding Erdel
 Prinzipalmarkt 28
 48143 Münster
 Tel.: 02 51/4 01 11
 Fax: 02 51/59 05 48

Xen. Fingerzeig des Wesentlichen. In nickelfreiem Edelstahl. Brillant veredelt. Die Kollektion für sie und ihn von beispielloser Qualität.

LUNA von Osthues
 Ludgerstraße 100
 48143 Münster
 Tel.: 02 51/4 82 94 46
 Fax: 02 51/5 75 03

Für unsere Kunden laufen wir meilenweit...

Ihr servicestarker Partner
rund ums Thema

**Versicherung
Vermögen
Vorsorge.**

Testen Sie uns!

Ihre Ansprechpartnerin:
Beate Schulze

Allianz Generalvertretung

Winter oHG

Inh.: B. Schulze und D. Ebel
Düesbergweg 61 48153 Münster
Tel.: 0251/784733 Fax: 762023

