

ULTRA MARATHON

20. Jahrgang

3 / 2005

Ein Festival der Bestzeiten

13.08.05
19. Deutsche Meisterschaft
im 100-km-Lauf
in Leipzig

DER OFFIZIELLE BERICHT

Dietmar Knies

Die 19. Deutschen Meisterschaften sind Geschichte – und in diese werden sie wohl auch eingehen: angenehme Temperaturen, wenig Wind, eine gut präparierte 10-km-Runde im Naturschutzgebiet Auwald und zahlreiche persönliche Bestleistungen. Nur der am Vortag (ein wenig zu viel) gefallene Regen hatte an mancher Stelle der 10-km-Runde seine Spuren hinterlassen. Dem ersten Kilometer nach Verlassen des Stadions indes hätte auch der stärkste Regen nichts anhaben können – er war nur wenige Tage vor der Meisterschaft von einem Sponsor asphaltiert worden.

Und so begaben sich rund 250 Teilnehmer auf die 100-km-Distanz, die meisten davon „echte“ Meisterschaftsteilnehmer, flankiert von 60 Aktiven, die sich über 50 km beweisen oder aber zumindest testen wollten. Ein solch (zahlenmäßig) starkes Läuferfeld hatte Leipzig noch nie gesehen, vergessen waren die Teilnehmerzahlen von 1997. Einzig die Siegerzeiten aus jenem Jahr (6:46:13 von Rainer Müller bzw. 7:57:03 von Birgit Lennartz-Lohrengel) blieben unangetastet. Doch das störte hier die Allerwenigsten, denn die Situation im Spitzenbereich ist hinlänglich bekannt und besteht ja nicht erst seit diesem Jahr. Doch Leipzig, das nach 1997 zum zweiten Mal eine nationale Meisterschaft erlebte, zeigte, dass durchaus wieder Hoffnung auf Besserung besteht. Zum Beispiel durch Rainer Koch, den Youngster von der LG Würzburg, der von mir (fälschlicherweise?) schon mehrmals als „Ewiges Talent“ bezeichnet wurde. Doch diesmal strafte er all seine Kritiker Lügen, denn er verhielt sich taktisch ausgesprochen klug und lief, wenn auch allein, recht gleichmäßig. Ihn störte es nicht, dass er nach der ersten Runde bereits einen Rückstand von fast zwei Minuten auf die Spitze hatte und sich an Position fünf wiederfand. „Abgerechnet wird zum Schluss!“ Erst als anderen jenseits der 50-km-Marke die Puste ausging, machte er ernst. Er steigerte sich um sage und schreibe 32 Minuten, lief bei ausgezeichneten 7:05:24 ein und wurde damit zu Recht mit der Silbermedaille belohnt. Und der

Mann ist noch nicht einmal 25 Jahre alt! Noch wenige Wochen zuvor deutete er bei der Meisterschaft im 24-Stunden-Lauf mit gelaufenen 166,8 km nicht unbedingt an, dass nun solch eine gewaltige Leistungsexplosion zu erwarten war. Nun geht er erst einmal für ein halbes Jahr in die USA, „und da wird man sehen, wie es dort mit einem hochwertigen Training klappt.“

Fast doppelt so alt wie Rainer Koch ist Lokalmatador Erhold Lorwin, und nun auch schon runde 10 Jahre „im Geschäft“. Doch stets plagten den „Trainingsweltmeister“ (Originalzitat Lorwin) bei Wettkämpfen diverse Wehwehchen, die ihn nie sein Leistungsvermögen

Bestenlisten mit Zeiten unter der 7-Stunden-Marke notiert und hat in dieser Zeit neben vielen Erfolgen bei WC- und EC-Einsätzen auch drei deutsche Meistertitel errungen. Nun folgte nach 1995, 2003, 2004 Titel Nummer vier, und Sommer wäre nicht Sommer, wenn er dabei mit 6:58:05 nicht erneut unter der 7-Stunden-Marke geblieben wäre. Erstaunlich dabei: 1997 lief er als Vizemeister an gleicher Stelle mit 6:57:42 fast die gleiche Zeit.

Doch auch die nachfolgenden Läufer überzeugten mit neuen Bestzeiten. Sven Kersten, der Hausmeister aus Berlin, lief bei seinem 100-km-Debüt erstaunliche 7:25:21, die aber noch längst nicht sein



Die drei Medaillengewinner (v.l.n.r.): Erhold Lorwin (3.), Michael Sommer (1.) und Rainer Koch (2.) - Foto: Knies

ausschöpfen ließen. Diesmal lief aber alles rund: der Lohn war Rang drei und neue persönliche Bestzeit von 7:15:00 (bisher 7:20:11). „Er hat sich ganz einfach eine Medaille verdient“, war dann auch die einhellige Meinung aller Insider. „Wer weiß, ob ich mich im kommenden Jahr noch mal so motivieren kann“, so noch einmal der Altmeister.

Das alles konnte einen nicht erschüttern, und der hieß Michael Sommer. Der wohl beständigste deutsche Ultramarathonläufer aller Zeiten wollte es noch einmal wissen, denn „das könnten meine letzten Meisterschaften gewesen sein.“ Seit 1993 (!) ist der für EK Schwaikheim startende Michael in den

letztes Wort gewesen sein dürften. Bei einer Marathon-Bestzeit von 2:29:41 sollten bei einer langfristigen Vorbereitung ganz einfach noch etliche Minuten der Verbesserung drin sein. Sein Optimismus liegt auf der Hand: „Wenn ich zwischen Kilometer 60 und 80 nicht zwei 53er Runden reingebaut hätte, wäre es schon heute deutlich schneller gewesen!“

Helmut Dehaut (VT Zweibrücken / bis her 7:38:34), der lange Kontakt zur Spitze hatte, steigerte sich als Gesamtfürster auf 7:32:27, während mit Karl-Heinz Michalsky vom 1. SC Gröbenzell ein weiterer Debütant mit 7:33:39 glänzte. Da nahmen sich die 7:36:32 von Viet

starter René Strosny (Bautzen), der heuer erstmals unter 8 Stunden blieb und damit Rang sieben belegte, ja regelrecht bescheiden aus.

Ihren ersten Titel holte sich bei den Frauen Carmen Hildebrand vom SSC Hanau-Rodenbach, die mit 8:19:55 zum ersten Mal unter 8:20 blieb. Die bekennende Genussläuferin hatte „ein bisschen hoch gepokert“ - und es hat geklappt – nach zwei dritten Rängen in den beiden letzten Jahren wurde es nun Gold. Hoch gepokert hieß für die neue Meisterin: rund 48 Minuten nach der ersten Runde und damit bereits ein Vorsprung von über einer Minute auf die lange Zeit an zweiter Stelle liegende Monika Belau vom Harburger SC. An die dritte Stelle hatte sich Barbara Austermann (LG Ahlen 01) gesetzt. Doch nach der Hälfte der Distanz geriet noch einmal Bewegung ins Feld hinsichtlich des Kampfes um Silber und Bronze.

ich mich zu Hause, und heute wollte ich auch unbedingt unter 9 Stunden bleiben.“ Dabei fing sie erst im Herbst 2000 mit dem Laufen an und absolvierte bereits zwei Jahre später ihren ersten 100-km-Lauf. Keine Rolle in der Medaillenvergabe spielte Anke Drescher, die in Leipzig schon fünfmal gewonnen hatte. Die amtierende deutsche Meisterin im 24-Stunden-Lauf belegte am Ende in 9:09:11 den fünften Platz.

Insgesamt 137 Finisher bei den Männern und deren 29 bei den Frauen sind ebenso beachtenswert wie zwei Rekorde besonderer Art. Denn für Respekt unter den Athleten und den zahlreichen Zuschauern sorgten Gudrun Müller und Franz Feller mit der beeindruckenden Tatsache, an allen bisherigen Meisterschaften teilgenommen und dabei auch stets das Ziel erreicht zu haben. Und im kommenden Jahr lockt dann die stolze 20!

Fazit: „Es war eine gute Veranstaltung und eine würdige Meisterschaft“, wie der die gesamte Zeit anwesende Joachim Krüger (Präsident des Leichtathletikverbandes Sachsen) einschätzen konnte, „aber es mussten auch 20 Verwarnungen und eine Disqualifikation ausgesprochen werden.“

Im parallel ausgetragenen Wettbewerb über 50 km teilten sich Michael Becker (LG Leipzig-Grünau) und Thomas König (SuL Lößnitz), die beide in drei Wochen bei der Europaen Challenge für Deutschland im Einsatz sein werden, mit 3:27:10 den Sieg. Bei den Frauen gelang dies Simone Stöppler (SSC Hanau-Rodenbach / 4:00:39), die sich gegen die am Ende stark aufkommende Italienerin Maria Luisa Costetti durchsetzte.

STATISTIK-SPEZIAL

Michael Sommers eindrucksvolle Meisterschaftsbilanz dürfte in den nächsten Jahren unerreicht bleiben:

Deutsche Meisterschaften

Jahr	Zeit	Platz
1993	6:50:18	2
1994	6:48:30	2
1995	6:49:16	1
1996	6:46:20	2
1997	6:57:42	2
1998	6:59:39	3
1999	6:52:34	3
2000	-	
2001	6:59:29	2
2002	-	
2003	6:54:35	1
2004	6:59:23	1
2005	6:58:05	1

Und in den jeweiligen deutschen Jahresbestenlisten ist er mit folgenden Leistungen vertreten:

Jahresbestenliste

Jahr	Zeit	Platz
1993	6:50:18	5
1994	6:48:30	3
1995	6:42:45	1
1996	6:44:30	2
1997	6:52:47	4
1998	6:59:39	3
1999	6:50:37	3
2000	6:57:27	2
2001	6:59:29	2
2002	6:53:09	1
2003	6:53:00	1
2004	6:59:23	1
2005	6:57:35	1



Die Besten über 100 km bei den Frauen (v.l.n.r.): Ilona Schlegel (2.), Carmen Hildebrand (1.) und Barbara Austermann (3.) - Foto: Knies

Denn während Monika Belau noch bis auf Rang vier zurückfiel, kämpfte sich die 24-Stunden-Spezialistin Ilona Schlegel (Melpomene Bonn) um zwei Plätze nach vorn und holte sich damit in 8:45:21 den Vizemeistertitel. Ihre Bestzeit von 8:37:55, erst im März in Kienbaum aufgestellt, verfehlte sie damit allerdings um etwa acht Minuten. Bronze ging schließlich an Barbara Austermann, die damit wohl die Entdeckung der Meisterschaft im Frauenbereich war. Im Vorjahr noch mit einer 9:07:55 notiert, steigerte sie sich bei ihrem fünften Einhunderter auf respektable 8:52:18 und kann nun sogar für 2006 von einem Einsatz im deutschen Nationalteam träumen. „Ja, auf den langen Strecken fühle

Wobei der „Feller-Clan“ in Leipzig auch zahlenmäßig wieder stark vertreten war: neben Vater Franz waren auch die Söhne Robert und Stefan sowie Schwiegersohn Gernot Helferich und Schwiegertochter Andrea noch im Rennen, während „draußen“ Mutter und Tochter Silke nebst Enkel assistierten. Bester der „Feller-Truppe“ war einmal mehr der 43-jährige Robert, der als 28. der Totalwertung einlief.

Bei den Mannschaften konnte sich dank der Leistung von Michael Sommer der EK Schwaikheim (Sommer, Höschele, Härle) knapp gegen die SG Neukirchen-Hülchrath (Juckel, Weigelt, Göhner) durchsetzen.

Betreuer-Ehren

Nach Redaktionsschluss

nochmals:
DM über 100 km in Leipzig

Wolfgang Olbrich-Beilig

Nachdem ich selber bereits seit mehr als einem halben Jahr nicht mehr trainieren konnte und daher auch nicht selber einen Wettkampf im laufenden Jahr absolviert habe, war es natürlich nur eine kurze Überlegung, als Betreuer mit nach Leipzig zu fahren, um dort das Team der SG Neukirchen-Hülchrath zu betreuen. Schließlich gehöre ich seit Ende letzten Jahres dem Verein an und wollte mich so wenigstens ein wenig nützlich machen und auch mal wieder Wettkampfluft schnuppern. Auch wenn das nur am Rande der Strecke geschieht!

Ich war als Fahrer des Vereins-Bullys eingeteilt, habe bereits am Donnerstagabend das Fahrzeug in Neukirchen übernommen und mit den notwendigen logistischen Gerätschaften wie Tisch und Stühlen sowie Schirmen beladen.

Am Freitagmorgen war schon um 03.45 Uhr Aufstehen angesagt. Schnell eine Tasse Kaffee und dann nach Neuss, unseren Coach Adam (Addi) Rosenbaum eingeladen. Danach ging es weiter nach Grevenbroich, um unsere AK-Medaillenhoffnung Dr. Bernd Juckel einzuladen. Bernd war gut drauf und voller Erwartung auf eine gute Zeit. Angepeilt war eine neue persönliche Bestzeit. Nachdem er bereits ein erstklassiges Ergebnis beim Comrades in Südafrika erzielt hatte, war es lange nicht sicher, ob Bernd überhaupt starten konnte bzw. wollte. Nach dem Entschluss, sich für die DM zu melden, hat er noch ein paar lange Trainingseinheiten absolviert und war nun sicher, entsprechend vorbereitet zu sein.

Weiter ging's nach Schwerte, um Dr. Stefan Weigelt an der Autobahnabfahrt aufzunehmen. Stefan war in Kienbaum persönliche Bestzeit gelaufen und hatte mit einer Zeit von 7:53 Std. erstmalig die 8-Stunden-Marke unterboten. Dabei ist noch zu erwähnen, dass er sich damit innerhalb eines Jahres um 50 Minuten verbessert hatte. In dieser Leistungsklasse wirklich eine enorme Steigerung, die für ein hartes und gut durchdachtes Training spricht, gepaart mit Ehrgeiz und Disziplin. Nachdem Stefan allerdings in der Vorbereitung auf Leipzig krank war

und u.a. auch Antibiotika nehmen musste, war er sehr nervös und hoffte, dass es auch ohne die notwendigen langen Trainingseinheiten klappen würde. Stefan sagte, er würde versuchen, auf unter 8 Stunden anzugehen, er jedoch auch mit einer niedrigen 8-Stunden-Zeit zufrieden wäre aufgrund der Krankheit.

Dann ging es weiter nach Kirchheim, wo wir uns auf dem Rastplatz mit Michael Göhner verabredet hatten. Michael war gut drauf und strebte ebenfalls eine neue persönliche Bestzeit an. Michael sagte, dass er gut trainiert habe und eigentlich alles nach Plan laufen müsse. Michael ist unser Experte in Ernährungsfragen und erzählte auch gleich von den letzten Errungenschaften im Bereich der Nahrungsmittelergänzungen für Sportler. Leider waren im Bully nur lauter Genussmenschen, die überhaupt nicht von seiner Gesundheitsphilosophie zu überzeugen waren! Alles Biertrinker und Fleischfresser!

Weiter ging es nun Richtung Leipzig. Wir hatten ein Hotel in Bahnhofsnähe gebucht und wollten uns dort mit dem vierten Läufer, unserem Willy Helfenstein treffen. Willy wollte auch eine neue persönliche Bestzeit laufen, was aber auch nicht besonders schwer werden dürfte, da es sein erster 100er werden sollte. Auch Willy war, wie gewohnt, locker und lustig drauf. Er war mit seiner Frau und den beiden Kindern angereist, um anschließend noch ein paar Tage Urlaub im Osten der Republik zu verbringen. Als letzter Betreuer stieß dort dann auch noch Rolf Schmalohr, der Abteilungsleiter Leichtathletik der SG Neukirchen-Hülchrath, hinzu.

Nach dem Einräumen der Zimmer ging es dann zur Strecke. Auf der August-Bebel-Kampfbahn wurde fleißig aufgebaut. Da die Startkartenausgabe erst ab 17 Uhr losging, hatten wir noch genügend Zeit, uns die Strecke und die nächstgelegenen Lokalitäten anzuschauen. Stefan und ich entschlossen uns, ein lockeres 3- bis 4-km-Läufchen zu machen. Wir liefen ein wenig auf der Strecke, und nach dem Duschen ging's zum Campingplatz am Auensee, wo sich der Rest des Teams im dortigen Restaurant bereits an den örtlichen Bierspezialitäten gütlich tat.

Danach ging's ins Zelt zur Startkartenausgabe, wo noch viele bekannte und unbekannte Gesichter getroffen wurden. Uli Welzel war auf Stimmenfang für eine außerordentliche Mitgliederversammlung der DUV und hatte einen eigenen Stand dafür aufgebaut.

Dann war noch Ilona Schlegel dort, die einfach nur einen schönen Lauf ohne bestimmte Zeitvorgaben machen wollte, nachdem sie vor vier Wochen erst neue persönliche Bestzeit im 24-Stunden-Lauf mit über 206 Kilometern erzielt hatte. Aber wer Ilona kennt, weiß, dass sie sehr ehrgeizig ist und sicher alles geben wird, um eine gute Platzierung herauszulaufen. Auch Carmen Hildebrand war vor Ort und wollte morgen bei der Vergabe des Titels einer Deutschen Meisterin ein Wort mitreden.

Nach ein Paar Bierchen und einigen Gesprächen ging es dann zurück ins Hotel, damit die Läufer ihren Schlaf bekommen. Addi, Bernd und ich suchten dann noch den Bahnhof auf, um einen kleinen Absacker zu nehmen. Bernd hielt sich mit einem Absacker auch daran, Addi und ich nahmen dann doch noch ein bis zwei Absacker mehr! Spät wurde es allerdings nicht, da morgen früh schon um 03.45 Uhr der Wecker gehen sollte. Das tat er dann leider auch. Nach einer etwas unruhigen Nacht, zumindest für Stefan, der meinte, ich hätte den gesamten Auenwald abgesägt, ging es um 04.15 Uhr in Richtung August-Bebel-Kampfbahn. Ab 04.30 Uhr sollte es Frühstück geben. Leider wurde die Tür erst um 04.50 Uhr geöffnet, und auch die Ausgabe des Frühstückes war sehr umständlich. Man musste für eine Tasse Kaffee lange anstehen, gleiches noch mal für das Frühstücksbuffet. Hier wäre sicherlich ein wenig Verbesserungspotenzial für die ansonsten gut organisierte Veranstaltung. Zum einen sollte rechtzeitig geöffnet werden, damit die Athleten genügend Zeit zur Vorbereitung auf den Start haben, zum anderen wäre eine Kontrolle der Marken am Eingang wesentlich effizienter. Dann könnte man die Getränke schon auf den Tischen platzieren und das Buffet so arrangieren, dass ein Empfang von zwei Seiten möglich ist. Das Buffet als solches ließ allerdings keine Wünsche offen und war sehr reichhaltig und abwechslungsreich. Aufgrund der zeitlichen Verzögerung kam nun etwas Hektik in die Sache. Die Athleten mussten sich nun schneller fertig machen, und wir Betreuer mussten noch raus zum Punkt bei km 3.3, um dort unsere eigene Verpflegungsstelle aufzubauen. Das war dahingehend besser als im Stadion, da die Läufer hier zweimal pro 10-km-Runde vorbeikommen und daher wesentlich besser betreut werden konnten. Hier wurden auch unsere ersten Mängel als Betreuer ersichtlich. Wir hatten uns zu sehr darauf verlassen, das alles morgens locker hinzukriegen. Besser wäre gewesen, be-

reits am Vortag die Stelle unseres Standes zu erkunden, damit wir uns morgens nicht noch durchfragen müssen. Außerdem stand ich plötzlich alleine am Verpflegungsstand und konnte alles selber schleppen und aufbauen, weil der Rest der Betreuer dem Start beiwohnte. Daher musste ich Uli versetzen, dem ich versprochen hatte, ihm beim Aufbau des Zielbogens zu helfen. Nochmals meine Entschuldigung dafür, lieber Uli!

Naja, irgendwie klappte dann doch noch alles, und nach dem Start kam der Rest der Betreuermannschaft zu unserem Stand. Außer unseren vier Läufern betreute ich noch Ilona Schlegel.

In der ersten Runde zog sich das Feld schon sehr auseinander. Über 170 Meldungen waren für die Deutschen Meisterschaften eingegangen. Hinzu kamen ca. 40 Meldungen für den offenen Lauf, und dann noch mal ca. 40 für den 50-km-Lauf. Von Beginn an machte Michael Sommer klar, dass der Gesamtsieg nur über ihn gehen könne. Er lief gewohnt locker und konnte jeden „Angriff“ seiner möglichen Gegner kontern und kontrollierte das Rennen souverän. In den ersten Runden gingen einige Athleten ein unheimlich hohes Tempo. Einige davon liefen allerdings auch zum ersten Mal einen 100-km-Lauf und man weiß, dass die 100 erst bei 60 km anfangen. So sollte es dann auch sein, und viele mussten ihrem hohen Anfangstempo Tribut zollen und brachen stark ein. Einige mussten nachher sogar gehen und viele, wie z.B. der DUV-Präsident Volkmars Mühl, stiegen im Laufe des Rennens dann aus.

Anders beim Team der SG Neukirchen-Hülchrath. Wir wussten, dass wir im Bereich der Mannschaften (gesamt) und auch der AK 40/45 um einen Medaillenplatz laufen konnten. In der AK 55 (Einzel) ging es für Bernd gar um den Titel. Stefan rechnete sich in der AK 45 vielleicht auch einen Platz auf dem Treppchen aus, hatte jedoch starke Konkurrenz. Michael hoffte auch auf eine gute Platzierung in der AK 40 und wollte etwas fürs Mannschaftsergebnis tun. Bei Willy ging es hauptsächlich um ein gutes Durchkommen, wobei er seinen Teil für das AK-40/45-Mannschaftsergebnis beitragen und in der Gesamtwertung der Mannschaft diese als vierter Mann nach hinten absichern wollte.

Im Laufe der ersten Runde stellte sich heraus, dass Bernd und Stefan scheinbar das gleiche Tempo liefen. Die beiden entschlossen sich, gemeinsam das Rennen zu machen. Ab Km 80 sollte dann jeder für sich gehen. Es war beeindruckend, wie die beiden Runde um Runde ein gleichmäßiges Tempo machten. Die beiden liefen wie ein Uhrwerk und machten einen starken Eindruck. In

der ersten Runde schien es bei Michael nicht so gut zu laufen. Er fand aber dann ins Rennen zurück und lief auch konstant sein Tempo weiter. So etwas ist schon wirklich beeindruckend. Gerade für mich, da ich in einem ganz anderen Tempobereich rumlaufe. Willy war in bekannter guter Stimmung und lief wie auf Wolken. Aber auch er hielt sich an seine selbst gesetzten Vorgaben und machte einen kontrollierten Anfang, ohne zu schnell anzugehen.

Stefan und Bernd zogen tatsächlich bis zur neunten Runde gemeinsam ihre Bahnen, immer in derselben hohen Geschwindigkeit. Durch ihr konstant hohes und gleichmäßiges Tempo holten sie in jeder Runde Plätze auf. Gegen Mitte des Rennens wurde klar, dass Bernd hier um den Titel in seiner AK lief. Nach der achten Runde konnte er eigentlich den Titel nur noch abgeben, wenn er hätte aussteigen müssen. Auch Stefan arbeitete sich so Runde um Runde vor. Nachdem AK-Konkurrent Mühl nach 50 Kilometern aussteigen und die restliche Konkurrenz, absehen von Erhold Lorwin, ihrem zu hohen Tempo Tribut zollen musste, lag er auf Platz zwei seiner Altersklasse. In der neunten Runde wurde Stefan ein wenig langsamer, und die Gemeinschaft der „schnellen Doktoren“ (so wurden die beiden mittlerweile von



Stefan, Michael und Willi als Vizemeister

einigen anderen Betreuermannschaften genannt!) wurde aufgelöst. Bernd konnte sein Tempo halten und lief weiter seine Runden. Ich glaube, der hat irgendwann mal eine Uhr verschluckt.

Stefan fing nun an zu kämpfen. Er wollte seinen Platz halten und biss auf die Zähne. Es war beeindruckend, zuzusehen, wie er trotz Schmerzen ein wahnsinnig hohes Tempo halten konnte. Er war immer noch im Bereich einer möglichen Zeit unter 8 Stunden und gewillt, das auch zu erreichen. Er ließ sich von

niemandem mehr überholen und kam mit einer erstklassigen Zeit von 7:57:39 Stunden als Gesamt-13. und 2. seiner AK und somit als **Deutscher Vizemeister der AK 45** ins Ziel. Bernd lief mit neuer persönlicher Bestzeit von 7:52:46 Stunden (Gesamt-12.) ein und verfehlte damit nur knapp den Vereinsrekord der SG Neukirchen-Hülchrath. Er gewinnt damit souverän seine Altersklasse und wird somit **Deutscher Meister der AK 55!**

Auch Michael kann mit neuer persönlicher Bestzeit in 8:28:37 Stunden einlaufen. Er hat konstant sein Tempo gehalten und mit jeder Runde besser ins Rennen gefunden. Er wird Neunter in seiner Altersklasse. Dadurch wird auch klar, dass wir hier eine erstklassige Platzierung mit der Mannschaft erreichen haben könnten. Nach einigem Rechnen wird klar, dass nur EK Schwaikheim mit Michael Sommer besser sein wird. Somit wieder ein **Vizemeistertitel**, diesmal in der **Gesamt-Mannschaftswertung!** Das war dann doch mehr, als wir uns vorher ausgerechnet hatten! Einfach Spitze!!! Weiter stellt die Gesamtzeit von 24:19:02 Stunden auch einen neuen Vereins- und Kreisrekord in der Mannschaft dar!

Willy lief bis Km 60 einen konstanten 5-Minuten-Schnitt. Als er merkte, dass er ein wenig Probleme bekommt, hat er sein Tempo reduziert und so kontrolliert sein Rennen weitergelaufen. Beeindruckend, wie Willy so cool seinen ersten 100er gefiniert hat und dann in einer Zeit von 8:46:59 Stunden! Wahnsinn! Meinen herzlichen Glückwunsch, du bist Spitze!

Für mich war neben dem offiziellen Sieger Michael Sommer unser Stefan Weigelt in Sachen Kampf und Biss unheimlich beeindruckend. Es war echt klasse, wie er die letzten 20 Kilometer durchgezogen hat. Du bist ein Tier, Stefan! Bernd mit seinem konstanten Lauf war ein Musterbeispiel für Renneinteilung! Bei Michael imponierte, dass er jede Runde besser im Rhythmus kam und dann auch jede Runde nach Plan zur Bestzeit ging! Willy war sicher einer der Lustigsten und Bestgelauntesten auf der Strecke. Auch als er eine paar kleinere Probleme hatte, war immer noch ein lockerer Spruch auf den Lippen. Im ersten 100er eine solche Zeit zu laufen, verdient Respekt! Super!!!

Nicht zu vergessen ist, dass Stefan, Michael und Willy, nicht zuletzt durch Willys beeindruckendes Ergebnis, **Deutscher Vize-Mannschaftsmeister der AK 40/45** wurden!!!

Es war mir eine Freude und bei solchen Ergebnissen natürlich auch eine Ehre, euch betreuen zu dürfen! ■

