

Laufberichte 2010

Landstuhl Weihnachtsmarktlauf 7.6. km am 28.11.2010

Bericht Jürgen Becker

Am 28.11.2010 fand der 22. Weihnachtsmarktlauf der LLG Landstuhl statt. Um 13:00 Uhr fiel bei guten äußeren Bedingungen der Startschuss. Für die TSG Laufabteilung waren 18 Läufer/innen am Start. Die 7,6 km lange Strecke führte vom alten Hallenbad in die Innenstadt zum Weihnachtsmarkt und dann noch drei Runden durch die Innenstadt. Alois Berg und Monika Frenger kamen auf einen Podestplatz.

Bilder siehe Bildergalerie

Rodenbacher Fackellauf am 6.11.2010

TSG Läufer – eine starke Truppe

Der Rodenbacher Fackellauf steht in jedem Jahr auf dem Termin Kalender von vielen TSG Athleten. In diesem Jahr haben wir mit 64 TSG Läufern einen absoluten Spitzenrekord aufgestellt. Die Sportler aus den Abteilungen Laufen, Gesundheit und Triathlon waren in allen Altersklassen vertreten, von Jahrgang 1935 bis zu Jahrgang 2006. Ein Querschnitt durch die Generationen der zeigt dass man nie zu alt oder zu jung zum Laufen ist.

Mit 7 Podestplätzen und vielen Platzierungen in der der ersten Hälfte des Teilnehmer Felds, haben die TSG Läufer auch sportliche Akzente gesetzt.

Podestplätze erreichten:

**Jürgen Kuby 2.M35, Bianca Merk 2.W40, Yvonne Rösner 2.W35, Werner Nesslerer 3.M65,
Utte Hodapp-Malle 1.W50, Angelika Hausser 3.W55 und Hermann Gruber 3.M70**

Einstein Marathon Ulm am 19.9.2010

In Ulm - um Ulm – und um Ulm herum bewegten sich die 8 TSG'ler beim Einstein Marathon, der dem größten Sohn der Stadt Ulm gewidmet ist. Zur sechsten Auflage starteten bei idealem Frühherbstwetter über 14.000 Teilnehmer in den verschiedenen Disziplinen. Die Marathon- und die Halbmarathonstrecke die bis Kilometer 20 den gleichen Streckenverlauf hat beginnt an den Donauhallen und führt mit insgesamt 3 Donau Überquerungen zurück in die Ulmer Altstadt. Dort verläuft die Strecke in mehreren Schleifen durch die verwinkelte teilweise gepflasterte Altstadt. Bei Kilometer 20 trennt sich die Marathon Strecke von der Halbmarathon Strecke. Während die Halbmarathon Läufer durch ein altes Stadttor und einer gepflasterten Steigung dem Ziel auf dem Münsterplatz entgegenlaufen, starten die Marathonis in die zweite Hälfte. Einweiteres mal geht's es mit 2 Donauüberquerungen entlang der Donau bis nach Wiblingen. In einer Schleife über das Kloster Wiblingen führt die Strecke dann entlang der Iller zurück an die Donau und zum Ziel am Münsterplatz.

Karlheinz Hausser, der die als einziger TSG'ler die Marathonstrecke in Angriff nahm konnte mit dem 3. Platz der Altersklasse M60 einen Podestplatz mit nach Hause nehmen.

Bilder siehe Bildergalerie



5. Lautrer Lebenslauf am 5.9.2010

mit starker TSG Präsenz

Eine große Gruppe TSG'ler unterstützte die gute Sache der Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz und startete am Wochenende beim 5. Lautrer Lebenslauf.

44 Läufer/innen der Lauf- Gesundheits- und Triathlon Abteilungen fanden sich am Schulzentrum Süd ein um die 10 Km beziehungsweise 5 Km Strecke gemeinsam in Angriff zu nehmen. Die TSG stellte damit die zweitstärkste Mannschaft der Veranstaltung für einen guten Zweck.

Los ging es bei strahlendem Sonnenschein mit einem Aufwärm-Programm. Danach ging es auf die 10/5 km Strecken. Die Streckenführung, die laut Ausschreibung ein leichtes Höhenprofil aufweist ist zumindest auf der 10-km-Strecke in Wirklichkeit schon recht profiliert. Zu sehen ist dies an den Zeiten der Spitzenläufer , die mit einer Ausnahme alle über 40 Minuten lagen. Da die Streckenführung größtenteils über die TSG Haustrainingstrecken verläuft, stellte aber auch dies kein wirkliches Problem für die TSG'ler dar. Während ein Teil der ambitionierten Läufer/innen die Strecke in gewohntem Wettkampftempo anging, entschieden sich andere dafür den Lauf gemeinsam mit unseren Laufeinsteigern zu absolvieren. Fast die Hälfte der TSG Teilnehmer starteten deshalb gemeinsam in einer Gruppe und absolvierten die 10 Km mit viel Freude am Laufen. Besonders hervorzuheben sind hier unsere Laufeinsteiger der Gruppe von Hermann Gruber die ihren ersten 10 Km Lauf mit Bravour gemeistert haben.

Auch in der Spitzengruppe war die TSG hervorragend vertreten. So kamen 3 der ersten 5 Frauen im Hauptlauf aus den TSG Reihen. Mit **Monika Frenger** stellte die TSG die Siegerin im Hauptlauf die mit der hervorragenden Zeit von 47:09 Minuten das Ziel erreichte. Es folgten **Andrea Groch** (2. - 51:01) und **Bianca Merk** (4.- 52:32). Auch bei den Männern konnten wir ganz vorne mitmischen. **Alois Berg** (41:46) erreichte das Ziel als 4. , **Martin Groch** (46:54) als 10. und **Andreas Schmidt** (47:10) als 12. Läufer. Im 5. Km Lauf belegten wir mit **Johannes Müller** (26:15) den 3. Platz im Gesamteinlauf.

Eine gelungene Veranstaltung, die allen viel Spaß gemacht hat und ein gutes Ergebnis für die TSG Läufer/innen, die eine Abteilungsübergreifende Gemeinschaft bildeten.

Zermatt Marathon

Florian und Udo Kaiser haben beim Zermatt-Marathon das Ziel „Riffelberg“ auf 2585 m bei 30 Grad Hitze erreicht. Für die 42 km und den 1944 Höhenmetern benötigte Florian 5:02 Stunden (74. Platz M30) und Udo 6:34 Stunden (Platz 71. M55). Das Foto wurde vor dem Start geschossen.



1. Schloss-Wartenstein-Lauf ca. 6.400 Meter am 10.7.10

Alois Berg absolvierte den 7. Lauf der Laufserie "Pilz-Cup" am 10.7. in Hahnenbach. Alois erreichte das Ziel als 3. Läufer im Gesamtfeld nach 27:39 Minuten und gelang damit auf Rang 1 der M55.

Rosenlauf Zweibrücken 10 Km am 27.6.2010

Bericht Jürgen Becker

Am Sonntag, 27.06.2010 fand der 23. Rosenlauf in Zweibrücken statt, zugleich der 5 Lauf zum Laufladencup 2010. Vom TSG hatten sich 6 Läufer zum 10 km Hauptlauf angemeldet. Bei sehr heißen Temperaturen fiel um 10:00 Uhr der Startschuss. Es musste ein flacher 5 km Rundkurs zweimal zurückgelegt werden. Viele Läufer/innen hatten Probleme mit den sehr heißen Temperaturen und haben vorzeitig das Rennen aufgegeben. Für **Jürgen Kuby** und **Walter Luba** gab es Podiumsplätze.

Citylauf Kaiserslautern 10 Km am 20.6.2010

Bericht Jürgen Becker

Am 20.06.2010 fand der 25. City-Lauf in Kaiserslautern statt. Über 1200 Läufer/innen waren bei den verschiedenen Wettbewerbe am Start. Vom TSG hatten sich 19 Läufer/innen angemeldet, davon 7 Starter im Hauptlauf über 10 km, 3 Starter im Jedermanns-Lauf über 5 km und 9 Schüler bei den verschiedenen Schülerwettbewerbe. Der Startschuss für den Hauptlauf fiel um 11:00 Uhr. Start und Ziel war am Altenhof. Es mussten 5 mal 2-km Runden durch die City zurückgelegt werden. Tobias Schmitt belegte im Gesamteinlauf Platz 3 und Jürgen Kuby Platz 7.

Mitternachtslauf Glan Münchweiler 8.4 Km 18.6.2010

Bericht Jürgen Becker

Am Freitag, 18. Juni 2010 fand der 20. Mitternachtslauf in Glan-Münchweiler statt. Mit 20 Läufer/innen war der TSG gut vertreten. Der Startschuss fiel um 22:00 Uhr, bei guten äußeren Bedingungen. Die 2,1 km lange Rundstrecke durch Glan-Münchweiler musste 4 mal durchlaufen werden. Die erste Steigung kam nach ca. 300 m, eine weitere bei ca. 1500 m, danach ging es bergab in die nächste Runde. Jubelnde Anwohner entlang der Strecke geben diesem Lauf einen besonderen Reiz. Es gab Podiumsplätze für Jürgen Kuby, Andrea Groch, Michael Heizmann und Brigitte Baumann.

Hutmacherlauf Kusel 10 km 12.6.2010

Bericht Jürgen Becker

Am 12. Juni 2010 fand der 6. Hutmacherlauf in Kusel statt. Vom TSG hatten sich 9 Läufer/innen für den 10 km Hauptlauf angemeldet. Um 16:00 Uhr fiel bei sehr warmen Temperaturen der Startschuss. Die durchweg flache Strecke führte über eine ehemalige Bahntrasse, wo bei 5 km der Wendepunkt war. **Jürgen Kuby** belegte den 6. Platz im Gesamteinlauf.

Panoramalauf Zweitälerland, Simonswald

Bericht von Andrea und Martin Groch

Ihrem Namen alle Ehre gemacht, starteten wir in der "wärmsten Region Deutschlands" bei 25°C im Schatten auf die "harte, aber schöne" Laufstrecke des TLV Simonswald.

Vom 360m ü.NN gelegenen Start führte die Strecke zunächst auf schattenfreien Asphaltwegen bergan nach Haslach und von dort noch steiler in den Wald.

Nach einem kurzen, aber steilen unwegsamen Gefälle bei Km 5 durchquerten wir eine Talsohle und es folgte eine ca. 5 km lange, meist sonnige Steigung zum höchsten Punkt des Laufes auf ca. 750 ü.NN. Nach dieser Anstrengung freuten wir uns auf das fast 6 km lange kurvenreiche Gefälle. Kaum erholt folgte der nächste knackige Anstieg bei inzwischen schwülen 33-35°C. Nach diesen 1,5 km folgte auf der Strecke wieder ein kurzes Bergabstück. Nach einem nochmals steilen Schlussanstieg konnten wir endlich im Tal den Zielbereich erblicken. Die letzten 2 km erforderten nochmals sämtliche Konzentration, da sie, durch Bänder markiert, kreuz und quer über Trampelpfade einer Kuhweide führten.

Die mit 650 hm schwierige 21,4 km lange Strecke bot viele Ausblicke ins Simonswäldertal und auf die umliegenden Schwarzwaldgipfel.

Bestens organisiert hatte die Veranstaltung noch verschiedene Schülerläufe, einen Jedermannslauf (10,5 km/270 hm) und Nordic Walking (13,5 km) im Angebot.

Unsere Zeiten:

Andrea Groch 1:56:25,8 - 72.von 162 (2.W30)

Martin Groch 1:56:28,0 - 73.von162 (7.M35)

Grumbacher Treppenlauf 8,1 km am 30.5.2010

Bericht Martin Groch

Am Sonntagvormittag feierte in der Nähe von Lauterecken der Grumbacher Treppenlauf seine Premiere. Die Strecke (8,1km, 160hm) führt zunächst vom Sportplatz des TV1860 Grumbach ca. 3km bergab über einen Feldweg und eine Kreisstraße in den Ort. Dort erwarteten die Läufer die Attraktion des Laufes, auf 4 Treppen verteilt musste man 275 Stufen in 2 Runden durch enge und verwinkelte Gassen absolvieren. Danach "durfte" man dann wieder die gleiche Strecke teils sehr steil bergauf zum Sportplatz zurück laufen. Dieses laut Ausschreibung "etwas andere Lafevent" begeisterte durch die vielen Zuschauer im Ort, gute Verpflegung im Sportheim und einer für eine Premiere sehr gute Organisation, was wohl auch am Mitwirken von Gunter Bergs lag.

Andrea Groch freute sich über einen klaren Star-Ziel-Sieg und wird damit die Siegerliste der Frauen in Grumbach anführen.

Grünstadt Stadtlauf am 29.5.2009

Nach der kompletten Neugestaltung der Fußgängerzone führte die Strecke wieder auf die Angestammte Stadtrunde. Die Strecke, die zweimal zu durchlaufen ist, beginnt am Leininger Gymnasium und führt zunächst an den südlichen Stadtrand und durch die angrenzenden Weinberge. Durch das Stadt Zentrum und durch die neue Fußgängerzone geht es dann wieder zurück zum Ausgangspunkt. **Andreas Schmidt** und **Gunter Malle** waren die TSG Vertreter auf der 10 Km Strecke. **Andreas**, der in der stark besetzten M40 Gruppe startete, benötigte 44:18 Minuten und gelang auf Rang 32. **Gunter** erreichte das Ziel nach 52:35 Minuten auf Rang 23 der M50.

Neben dem Hauptlauf wurde In diesem Jahr erstmals ein Einsteigerlauf über 3,5 Kilometer angeboten. Die gut gewählte Strecke führte sowohl durch die Stadt als auch teilweise durch die Weinberge. Nachwuchsläufer **Dominic Schmidt**, Jahrgang 2000 absolvierte hier seinen ersten Laufwettbewerb und hat sich mit Bravour geschlagen. Dominic benötigte für die 3,5 Km 17:31 Minuten und erreichte Platz 8 im Hauptfeld der männlichen Teilnehmer. Glückwunsch an Dominic für seinen ersten erfolgreichen Lauf.



29. Halbmarathon TSG Kaiserslautern/Der Laufladen am 2.5.10

Der 29. Halbmarathon TSG Kaiserslautern / Der Laufladen fand in diesem Jahr bedingt durch Termenschwierigkeiten 2 Wochen später als üblich statt. Da parallel der St.Wendel Marathon und die 10 Km Mannschaftswertung stattfanden waren die Erwartungen in Bezug auf die Teilnehmerzahl nicht allzu hoch gesteckt. Mit 275 Teilnehmern im Ziel war die TSG Laufabteilung letztendlich doch sehr zufrieden.

Matthias Hecktor TUS 06 Heltersberg, der das Rennen als Favorit startet konnte seinen Sieg nach 1:13:18 Stunden problemlos ins Ziel bringen. Auch die weibliche Siegerin kam vom TUS 06 Heltersberg. Jessica Kammerer erreichte das Ziel nach 1:29:48 unangefochten auch Platz 1 der Frauenwertung.

Für die TSG Kaiserslautern ging **Tobias Schmitt** auf die Strecke. Tobias, der unterwegs mit Seitenstechen zu kämpfen hatte erreichte das Ziel nach 1:18:20 Stunden als 6. Läufer im Gesamtfeld und gelang damit auf Platz 2 der M20. Weiter TSG Starter waren **Ines Luba** 2:04:17 Stunden (7.W20) und **Stefan Marx** 2:18:16 (2.mju). Im nächsten Jahr feiert die TSG Laufabteilung ein doppelts Jubiläum - 30 Jahre TSG Halbmarathon und 150 Jahre TSG.

Vater und Sohn, beim Knastmarathon in Darmstadt 25.04.10

Bericht Udo Kaiser

Florian und Udo Kaiser liefen im Knasthof 24 Runden bzw. 42,2 km. Die Zeiten waren unwichtig, nur das Ankommen der teilnehmenden Gefangenen, der Justizvollzugsbediensteten und der externen Teilnehmer innerhalb der Gefängnismauern war das gemeinsame Ziel. Die besondere Atmosphäre dieser Laufveranstaltung, die in den letzten drei Jahren zu deren Erfolg wesentlich beigetragen hat, verdeutlicht den teilnehmenden Gefangenen, dass die von ihnen verlangte Leistungsbereitschaft, Ausdauer und Zielstrebigkeit sich auch im Vollzugsalltag lohnt und den Weg in die Freiheit vorbereitet. Es war ein schönes gemeinsames Sonntagserlebnis.

Bad Bergzaberner Kurstadtlauf am 24.4.10

Bericht Martin Groch

Bei strahlend blauem Himmel und ca. 21 °C liefen wir (Sonja Schwehm, Andrea und Martin Groch) am Samstagnachmittag den Kurstadtlauf in Bad Bergzabern. Von den angebotenen Distanzen nahm sich Sonja die 15,6 Km-Strecke vor; ihr war der Maxi-Lauf 6 Tage nach dem Weinstrassen-Marathon noch zu viel. Andrea und ich hingegen, wollten auf die schöne Strecke die der längere Lauf bietet nicht verzichten.

Nach einer Runde durch die Altstadt führt die Strecke direkt die Haardt hinauf, teils auf steilen Pfaden die an den Bad Dürkheimer Berglauf erinnern. Weiter verläuft die Strecke bis ca. Km 11 bergan; Sonja durfte zuvor schon auf einen Hangweg abbiegen und freute sich im Ziel mal vor mir angekommen zu sein. Die 23,2 Km-Stecke 478 Hm) verläuft auf einem Hangweg um einen weiteren Südpfälzer Gipfel herum, bevor es dann die letzten 3 Kilometer steil bergab zum Ziel am Schloss geht.

Weinstraßen Marathon am 18.4.10

Der 7. Marathon Deutsche Weinstraße mit Halbmarathon war wieder ein internationales Ereignis. Außer von Deutschland waren Sportlerinnen und Sportler aus 15 Staaten am Start

Die anspruchsvollen Laufstrecken führen durch die reizvolle Landschaft des Weinbau-, Urlaubs-, und Naherholungsgebietes Deutsche Weinstraße. Gemäß seinem Namen „Marathon Deutsche Weinstraße“ gab es als besondere Beigabe im Startpaket ein Weinpräsenat und auf der Strecke Rieslingschwämme.

Bei frühlingshaftem – für viele Läufer/innen schon fast zu warmen - Wetter starteten knapp 2500 Läufer/innen , 875 beim Marathon und 1617 beim Halbmarathon .

Mit dabei 16 TSG'ler, 5 Marathon und 11 Halbmarathon Läufer/innen.

Halbmarathon:

Als erster TSG Läufer erreichte Karlheinz Hausser das Halbmarathon Ziel nach 1:42:40 Minuten auf Platz 5 der m60. Es folgten: Helmut Molzberger 1:51:42 (32/m55), Andrea Neumahr mit neuer persönlicher Bestzeit 1:53:07 (14/w45), Sven Holler, der mit 1:58:58 (57/m20) die magische 2 Stunden Marke knacken konnte, Michael Heizmann 2:01:00 (63/m55), Gabriele Roos 2:04:49 (19/w50), Heike Schuster 2:11:03 (57/w45), Gabi Heizmann 2:20:30 (45/w50), Isolde Donauer 2:31:13 (10/w60), Christina Ebel 2:41:30 (41/w30) und **Elisabeth Herzhauser, die mit der beachtlichen Leistung von 2:42:15 Stunden den Platz 2 der w70 belegte.**

Marathon:

Martin Groch erreichte das Ziel mit der super Leistung von 3:17:26 das Ziel als 48. Läufer im Gesamteinlauf und erreichte damit Platz 5 der m35. Es folgten: **Andrea Groch die mit 3:43:26 Stunden den 1. Platz der w30 belegte**, Sabrina Glöckner 4:04:43 (5/w20), Klaus Schwehm 4:54:02 (7/m70), Sonja Schwehm 4:57:44 (14/w50). *Bilder siehe Bildergalerie*

Rockie Mountain Lauf 13 Km am 20.3.10

Bericht von Martin Groch

Am Samstagnachmittag fiel bei strömendem Regen in der historischen Altstadt von Rockenhausen der Startschuss zum 1. Rockie-Mountain-Berglauf.

Dr. Stefan Hinze, Präsident der DUV, hat diesen Lauf über 13,3 km und 650 hm vom Alsenztal hinauf zum Gipfel des Donnersberges sehr gut organisiert. Natürlich gibt es bei einer Premiere immer ein paar kleine Fehler (die Kilometrierung war nicht so genau, die Kleider- und Getränkeausgabe im Ziel etwas chaotisch, die Siegerehrung lies ewig auf sich warten), aber dafür war die Strecke super ausgeschildert.

Diese stieg nach dem Ortsausgang Rockenhausen direkt stetig bis zum Hintersteinerhof an. Ab dort wurden die Läufer auf matschigen Waldwegen teils sehr steil nach Falkenstein hinauf geschickt. Eine längere Bergab-Passage sorgte danach für etwas Erholung, bevor bei ca. 9,5 km der Schlussanstieg zum Königstuhl, dem eigentlichen Gipfel des Donnersberges, folgte. Die letzten 500 Meter führten dann am Sendeturm vorbei auf eine Asphaltstraße zum Gipfelparkplatz unterhalb des Ludwigsturmes.

Die TSG Kaiserslautern war trotz der schlechten Witterung mit 16 Teilnehmern vertreten. Davon sicherten sich 6 Läufer Podestplätze in der Altersklassenwertung:

1.WHK Sabrina Glöckner, 3.W30 Andrea Schwehm, 2. M35 Jürgen Kuby, 3.M35 Martin Groch, 2.M55 Alois Berg und 2.MJB Magnus Farsch. *Bilder siehe Bildergalerie*

Kandel Marathon am 14.3.10

Ihren ersten Marathon für dieses Jahr absolvierten **Sabrina Glöckner** und **Florian Kaiser** beim Bienwald Marathon in Kandel. Sabrina erreichte das Ziel mit neuer persönlicher Bestzeit nach 3:46:38 Stunden und gelang auf Platz 4 der WHK. Florian benötigte 3:26:37 Stunden und belegte damit Platz 18 der M30.

Eisenberger Stadtlauf 10 Km am 13.3.10

Bericht Martin Groch

Am Samstagnachmittag starteten um 15:00 Uhr 378 Läufer zum 20. Eisenberger Stadtlauf. Die Strecke führt zunächst bergab durch den Stadtkern und nach etwa 5,5 Kilometern auf einer großen Schleife um das Eisenwerk Gienanth. Steter Gegenwind erschwerte vor allem die zwei längeren Bergauf Passagen in der Ortsmitte und hinter der Gießerei.

Dennoch erreichten die 13 TSG'ler 4 Podestplätze: **Tobias Schmitt** (3.MHK) **Friedrich Kopp** (2.M60), **Andrea Schwehm** (1.W30) und Triathlet **Werner Nessler** (2.M65)

Zeiten siehe Zahlenspiegel

Donnersberglauf 7 Km am 27.2.10

Bericht von Martin Groch

Am Samstagnachmittag fand bei frühlingshaften Temperaturen und Sonnenschein der Donnersberglauf, 1. Lauf zur Pfälzer Berglauf-Serie, statt. Da der Gipfel um den Ludwigsturm noch vereist war, blieben dem Läuferfeld die letzten 200 m erspart, so dass wir letztlich auf 7 Km und "nur" ca. 400 Höhenmeter kamen.

5 TSG'ler machten sich auf den beschwerlichen Weg vom Steinbacher Gemeindehaus hinauf nach Dannenfels. Zwischen Kilometer 4 und 6 ist das steilste Stück, bei dem viele Läufer vom Lauf- in den Gehschritt verfallen müssen. Auch wenn es zum Ziel hin dann etwas flacher wird, muss man trotzdem noch einmal die Zähne zusammenbeißen, bevor man das Ziel am Parkplatz unterhalb des Ludwigturms erreicht.

Die Zeiten:

Martin Groch 34:47 (12.M35)

Alois Berg 35:51 (3.M55)

Andrea Schwehm 40:38 (4.W30)

Sabrina Glöckner 42:02 (2.W20)

Regine Glöckner 53:30 (19.W45)

23. Oggersheimer Berglauf / Halbmarathon 21.02.10

Bericht von Andrea Schwehm

Kurz nach 10 Uhr starteten 313 Läufer / Walker zum Oggersheimer "Berglauf" 10,6 Km, Walker 7 km und Halbmarathon. An der Bezirkssportanlage (Hinweisschilder sind Mangelware!) beginnend, liefen wir in den Parkwald Maudacher Bruch. Irgendwann (weiße Km-Angaben befanden sich unter einer Schnee- und Eisdecke...) trennten sich die Wege: die Bergläufer "erklimmen" den Michelsberg (35 Höhenmeter!), wir liefen zum Jägerweiher um den ehemaligen Müllhügel herum. Nach kurzer Trennungsphase kamen wir wieder zusammen und es ging, teils sogar auf freiem Asphalt (jipiieh...!) zum Ausgangspunkt. Für die HM-Läufer kam nun die zweite, etwas abgeänderte Runde. Wäre die leicht wellige Strecke nicht zu 90 % mit Eis und Schnee bedeckt gewesen, könnte man sich bestimmt noch bessere Zeiten erlauben. Schade auch, dass keine Halle für danach vorhanden war.

Die Zeiten:

Konstantin Knoll 1:22:54 2./171 (1.M30)

Martin Groch 1:27:40 14. (4.M30)

Andrea Schwehm 1:44:49 83. (7.W30)