



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 2/2011



(Foto: Hans-Jürgen Hetzel)

Der wiedergewählte Vorstand des 100 Marathon Clubs nach der Mitgliederversammlung in Kiel-Holtenau.

Von links nach rechts:

Arne Franck, Dr. Jürgen Kuhlmeier, Peter Genz, Erika Köhn, Mario Sagasser, Michael Weber und Peter Kellermann.

100 Marathon Club Deutschland e.V.

Verein für Läufer und Läuferinnen mit mindestens 100 absolvierten Marathons | Ultramarathons

Adressen

- 1. Vorsitzender:** Peter Genz: Lauenburger Str. 10, 21493 Schwarzenbek
Tel.: +49 / 4151 / 3313
E-Mail: petergenz@web.de
- 2. Vorsitzender:** Mario Sagasser: Greifswalder Str.10, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: +49 / 4193 95212
E-Mail: mario.sagasser@t-online.de

Vorstandsmitglieder:

- Redaktion** Arne Franck: Sanddornweg 37, 24568 Kaltenkirchen
Tel.: +49 / 4191 60732
E-Mail: arne.franck@freenet.de
- Sportwart** Peter Kellermann: Jeanette-Wolff-Ring 63, 21035 Hamburg
Tel.: +49 / 40 / 735 31 52
E-Mail: peter-kellermann@arcor.de
- Statistik** Erika Köhn: Waldstr. 59, 22889 Tangstedt
Tel.: +49 / 4109 25 08 41
E-Mail: erikakoehn1@yahoo.de
- Kassenwart** Dr. Jürgen Kuhlmeiy: Sodenstich 111, 26131 Oldenburg
Tel.: +49 / 441 / 502795
E-Mail: Dr.J.Kuhlmeiy@gmx.de
- Redaktion** Michael Weber: Hildebrandstr. 9, 70191 Stuttgart
Tel.: +49 / 711 852754
Fax.: +49 / 711 917 00 1511
E-Mail: weber.worldrunner@googlemail.com

Vorstandsinformationen

Protokoll der Mitgliederversammlung am 2.04. in Kiel-Holtenau

anwesend:

23 stimmberechtigte Mitglieder: Klaus Bangert, Heinz Behrmann, Sigrid Eichner, Götz W. Eipper, Arne Franck, Peter Genz, Karl-Heinz Jost, Peter Kellermann, Ernst-Otto Kimitta, Rosemarie von Kocemba, Heinz Helmuth Kohl, Erika Köhn, Dr. Jürgen Kuhlmeier, Hirendra Kurani, Hans-Joachim Meyer, Harald Petersen, Thomas Radzuweit, Helmut Rosieka, Doris und Mario Sagasser, Siegfried Schmitz, René Wallesch, Michael Weber;

sowie ein außerordentliches Mitglied: Rita Brämer;

sowie Gäste: Kerstin Biemann, Rita Gehrke, Hans-Jürgen Hetzel, Enno Keibel, Till Probst.

Begrüßung

Peter Genz begrüßt um 16:34 Uhr die anwesenden Mitglieder sowie Gäste und stellt die ordnungsgemäße Einladung und Beschlussfähigkeit fest.

Ehrungen

Peter Kellermann ehrt Heinz Behrmann und Michael Weber für den 250. Marathon/Ultra, den beide an diesem Tag gelaufen sind.

In diesem Zusammenhang wird darum gebeten, Jubiläen (volle 100 M/U bzw. 250, 750, ...) an den Vorstand zu melden, damit eine Ehrung nicht versäumt wird.

Bericht des Vorstandes

Peter Genz weist auf die umfangreiche Vorstandsarbeit hin. Über sein e-Mail Account sind seit der letztjährigen Mitgliederversammlung über 2.000 e-Mails bezüglich dem Club gelaufen. Es gab zwei Präsenzsitzungen des Vorstandes (15.04. und 27.12.2010).

Jede 100 MC Veranstaltung ist eine eigene Sparte mit Gewinn- und Verlust-Rechnung. Überschüsse gehören rechtlich dem Gesamtverein, die Sparten können ihre Überschüsse aber in Eigenregie verwalten, um daraus z.B. neue Zelte zu beschaffen.

Mario Sagasser trägt den Bericht des Vorstandes vor:

- Mitgliederzahl:
 - zum Stand 31.12.2009: 208
 - zum Stand 31.12.2010: 222
 - zum Stand 01.04.2011: 234
- Veränderungen im Vorstand:
 - Rücktritte von Marcel Heinig, Thomas Radzuweit und Schek kee Lo jeweils aus persönlichen Gründen.
- Kontakte:
 - zum 100 MC UK & Northern Island wurde über Hirendra Kurani ein Kontakt gepflegt. Peter Burns war mit seiner Frau im Oktober in Kaltenkirchen und nahm dort am Marathon teil. Seither ist er auch Mitglied in unserem Club. Mario hat Peter bei zwei internationalen Marathonläufen getroffen und dadurch auch Roger Biggs kennengelernt.
 - Michael Nielsen (DEN) ist seit Dezember Mitglied, Ole Cramer (DEN) zeigt Interesse.
 - Zum 100 MC USA gibt es einen Austausch mit Lenore und Bob Dolphin.
 - Kontakt zu diversen Organisatoren. So gab es von Siggie Schmitz innerhalb von nur drei Stunden eine Zusage, dass wir im Rahmen seines Geländemarathons unsere JHV durchführen können. Durch den Kontakt von Arne Franck zum Leens Marathon (NED) konnte die Organisatorin Ineke Scheffer als Clubmitglied gewonnen werden (Eintritt zum 01.11.2010).
 - Arne Franck organisiert Fahrgemeinschaften. Die nächste geht noch im April nach Aalborg.

Hinweise dazu folgen auf unserer Homepage.

- Besetzung des Organisationsteams der Öjendorfer See-Marathons:
Mit Arne Franck, Peter Kellermann, Erika Köhn und Mario Sagasser sind hier vier Vorstandsmitglieder aktiv. Zusätzlich Rita Gehrke und Till Probst. Zu den Aufgaben gehören z.B. Beschaffung der Genehmigung, Terminplanung, Helferorganisation, Einkauf, Durchführung. Die Veranstaltung ist finanziell gesund.
- Soziales:
Während seines Krankenhausaufenthalts wurde der Kontakt zu Lothar Gehrke gehalten. Bei seiner Seebestattung waren 20 Vereinsmitglieder anwesend. Mario Sagasser hat dort einen Abschiedsgruß vorgetragen. Rita Gehrke bleibt dem Club auch nach Lothars Tod eng verbunden.
- Internet-Redaktion:
Dank an Michael Weber für seine Webmaster-Tätigkeit, sowie auch an die Redakteursarbeit, die auch von Arne Franck geleistet wird. In diesem Bereich gibt es permanent Anfragen, die es im Vorstand zu bewerten gilt. Dabei geht es beispielsweise um die Handhabung von Ausschreibungen oder Hinweisen auf Veranstaltungen von Nichtmitgliedern oder auch um Bitten um Produktwerbung sowohl aus Mitglieder- wie auch anderen Kreisen. Bis auf unsere Clubbekleidung, lehnen wir derartige Anfragen ab. Durch neue Ideen, wie den Veranstaltungskalender, die Dia-Show, das Club-Logo vor der Webadresse etc. versuchen wir permanent, die Clubseite interessant zu halten.
- Clubheft:
Im Vorstand wurde aus Kostengründen beschlossen, drei Ausgaben pro Jahr zu drucken. Für das professionell erstellte Heft bekommen wir viel Lob. Dank an Michael für Redaktion, Layout, Druck und Versand.
- Last but not least:
Wir haben Ruhe in den Verein hinein bekommen! Die Anfeindungen, Streitereien, u.s.w., die eine Zeitlang das Geschehen auf der Homepage beherrscht haben, sind signifikant zurückgegangen. Wir behalten uns weiterhin vor, Kommentare zu löschen, wenn diese nicht der Netiquette entsprechen.
Für unsere Arbeit habe ich (Mario Sagasser) persönlich mehrfach positive Rückmeldungen erhalten.
Vielen Dank an diese Mitglieder. Gerade diese Feedbacks erzeugen Motivation, wenn es mal wieder ein bisschen viel ist oder etwas nicht „ganz von allein“ läuft.

Im Anschluss stellen sich die einzelnen Vorstandsmitglieder vor und berichten über ihre Aufgaben.

Kassenbericht

Kassenwart Dr. Jürgen Kuhlmeiy trägt den Kassenbericht vor.

Die Kosten für das vergangene Jahr hielten sich im gewünschten Rahmen. Dank der Sparte „Öjendorf Marathon“ konnten die Garagenkosten reduziert werden. Extra-Kosten wurden dort in eigener Verantwortung getragen – ähnlich wie in Gardelegen. Eine Kostenkontrolle ist so effektiver und entlastet die Clubkasse. Dies ist sehr erfreulich, da jetzt die Clubbeiträge die Clubkosten tragen. Durch die Verschiebung des Beitragseinzuges von April auf den Januar hat sich zusätzlich ein Liquiditätsgewinn ergeben, da die Beiträge für den Hamburger Leichtathletikverband nicht mehr vor Beitragseinzug vorgehalten werden müssen.

Eine 10 Jahres Übersicht wurde auf der Versammlung vorgestellt und ausführlich erläutert. Sie kann auf Wunsch per e-Mail angefordert werden.

Bericht der Kassenprüfer

Die Kassenprüfer René Wallesch und Helmut Rosieka tragen ihre Berichte vor.

Es gibt eine Rechnung einer Firma Idosan-Pharma GmbH an den 100MC für einen PKW-

Anhänger und eine Rechnung vom Club an Jürgen Kuhlmeier bezüglich des Anhängers. Bis auf zwei fehlende Belege kleiner Beträge sind für alle Buchungen Belege vorhanden und auch sehr übersichtlich geordnet. Die Kasse wurde, wie bereits in den letzten Jahren, vom Kassenswart sehr gut geführt.

Bei der Jahresübersicht der Einnahmen und Ausgaben gibt es einen Schreibfehler im Cent-Bereich beim Festgeld zum Anfangsbestand.

Offenbar ist das Festgeld zinslos angelegt, während wir bei der Haspa Kontoführungsgebühren gezahlt haben. Es wird angeregt, dass der Vorstand eine Änderung überdenkt.

Der Überschuss des von René Wallesch im Namen des Clubs organisierten Außenalster-Ultra wurde dem Hamburger Spendenparlament überwiesen.

Für die Veranstaltungen in Öjendorf und Gardelegen sind die Einnahmen und Ausgaben nicht über die Vereinskasse gelaufen. Dies wird für bedenklich gehalten und sollte geändert werden.

Aussprache

Hans-Joachim Meyer ist noch für bestimmte Konten zeichnungsberechtigt. Dies bittet er abzustellen.

Zum Thema PKW-Anhänger merkt Jürgen Kuhlmeier an, dass er den alten Hänger seinerzeit Lothar geschenkt hat und letztes Jahr gegen einen größeren Hänger auf Proforma-Rechnung getauscht hat. Es entstehen dem Club hierbei keine Kosten.

Jürgen weist auf die eiserne Festgeld Reserve hin und dass Spendeneinnahmen gegen Spendenquittungen gut für die Clubkasse seien.

Sigrid Eichner wirbt für den Winter Team Marathon in Leipzig und bedauert, dass kein Männerteam des Clubs am Start war. Auch für den Brandenburger Team Marathon im März wirbt Sigrid. Leider gab es aus dem Ausland kein Interesse an einem Clubtreffen in Antalya. Das Laufmagazin Laufzeit plant für 2012 eine Reise zum Marathon in Mumbai mit Verlängerung nach Nepal, wo ebenfalls ein Marathon organisiert werden soll.

Entlastung des Vorstandes

Helmut Rosieka beantragt die Entlastung des Vorstandes. Diese erfolgt mit 16 * ja und 0 * nein. Der gesamte Vorstand enthält sich bei der Abstimmung.

Wahlen des Vorstandes

Vor diesem Tagesordnungspunkt erklärt der erste Vorsitzende Peter Genz, dass er wegen einer Arthrose im Knie momentan keinen Marathon laufen kann. Er ist daher aus seiner Sicht vielleicht nicht die beste Wahl für einen 1. Vorsitzenden, weil die Basisarbeit und damit der Kontakt zu den Mitgliedern fehlt. Er stellt sich aber dennoch zur Wiederwahl.

Diese erfolgt mit 22 * ja, 0 * nein bei einer Enthaltung.

Peter Genz nimmt die Wahl an. Die weiteren Vorstandsmitglieder werden en bloc von Peter Genz erneut zur Wiederwahl vorgeschlagen. Diese Wahl erfolgt ohne Gegenstimmen bei Enthaltung der Vorstandsmitglieder.

Peter Genz weist, wie bereits im letzten Clubheft, darauf hin, dass ein weiteres Vorstandsmitglied gesucht wird, um sich als Pressewart um die Öffentlichkeitsarbeit des Clubs zu kümmern.

Beitrags- und Gebührenordnung

Der mit der Einladung zur Mitgliederversammlung im Clubheft 3/2010 versandte Entwurf wurde diskutiert und mit 22 * ja und 1 * nein bei 0 Enthaltungen beschlossen.

Weitere Anträge

Die mit dem Clubheft 1/2011 veröffentlichten Anträge von René Wallesch werden von ihm begründet. Besonders das Thema Ehrenmitgliedschaften löst eine lebhaftere Diskussion aus in deren Verlauf Hans-Joachim Meyer folgenden Antrag stellt:

„Der Vorstand wird gebeten, sich mit dem Problem einer Ehrenordnung für den 100MC zu befassen und der nächsten JHV die Ergebnisse seiner Überlegungen vorzustellen.“

Dieser Antrag wird mit 20 * ja, 0 * nein bei einer Enthaltung angenommen. René Wallesch zieht daraufhin seinen Antrag zurück.

Renés zweiter Antrag bezüglich der Erweiterung der Zählordnung um eine Ausschreibungsfrist von zwei Wochen wird mit 1 * ja, 19 * nein bei einer Enthaltung abgelehnt.

Verschiedenes

Zum Thema Hunde in unseren Statistiken ergab ein Stimmungsbild, dass zukünftig keine Hunde mehr in den Statistiken erscheinen sollen. Die in die letzte Statistik rein informativ und ohne Platzierung aufgenommene Hündin Sina war im nördlichen Raum ein stets willkommener Gast. Sina ist im Januar 2011 verstorben.

Auf Anfrage von Helmut Rosieka wird der Vorstand Regeln zur Wahl der Kassenprüfer in der Satzung festschreiben und der nächsten Mitgliederversammlung zur Abstimmung vorlegen.

Siggi Schmitz plant die nächste Auflage des Kiel-Holtenauer Geländemarathons für Samstag, 31.03.2012. Er weist darauf hin, dass eine Woche später die Osterfeiertage sind und der Club dies bei der Planung der Öjendorfer See-Marathonläufe beachten sollte.

Die Sitzung wird gegen 19:10 Uhr geschlossen.

Protokoll erstellt von Michael Weber

Protokoll bestätigt: Mario Sagasser

Berichte unserer Mitglieder

Ausflug ins Frankenland

von Gerd Papcke

Ich hatte mir vorgenommen, am 26. März am 2. Saaletal - Marathon in Ramsthal teilzunehmen. Normalerweise wäre ich mit meinem Lauffreund Michael Weber in seinem Auto mitgefahren, aber der musste an diesem Tag zu einem Betriebssportwettkampf. Also fuhr ich mit der Bundesbahn.

Am Freitag ging die Reise über Würzburg nach Schweinfurt. Dort kam der Zug leider fünf Minuten zu spät an und dadurch verpasste ich den Bus nach Ramsthal. So musste ich ein Taxi nehmen, was mich 30 Euro kostete.

Am Samstag, 26. März war um 10:00 Uhr der Start zum Marathon. Ca. 400 Läufer nahmen daran teil. Start und Ziel waren am Vereinsheim von Ramsthal.

Die Laufstrecke war am Anfang sehr wellig bis bergig und das strengte mich ganz schön an. Mit der Zeit wurde es dann besser und ich konnte den Lauf bei angenehmer Temperatur und bestem Wetter genießen.

Bei Kilometer 21, im Ort Aura, hatte ich ein schönes Erlebnis: Ein Streckenabschnitt verlief an der Kirchmauer entlang und es war ziemlich steil und holprig. Gerade noch konnte ich ausweichen, sonst hätte ich einem Froschpaar beim Liebesspiel die Freude verdorben.

Dann kamen die letzten 21 Kilometer und es war geschafft. Mit meiner Zeit von 5:06:00 war ich zufriedener und war als ältester Teilnehmer auch nicht der letzte. Die Siegerehrung wurde sehr schön gestaltet, die fränkische Weinkönigin überreichte die Siegerpokale und Frankenwein.

Am Sonntag erholte ich mich von den Strapazen des Marathons auf einem ausgiebigen Spaziergang durch Wald, Wiesen und Weinberge. Dabei war es mir vergönnt, einen Rehbock keine 20 Meter von mir entfernt zu beobachten.

Am Montag trat ich die Rückreise an mit schönen Erinnerungen im Gepäck. Wenn ich weiterhin fit bleibe und eventuell mein Freund Michael das nächste Mal dabei ist, sieht mich Ramsthal im Jahre 2012 beim 3. Saaletal - Marathon wieder.

Eine Einladung nach Linz

von Sigrid Eichner

Eine Einladung nach Linz, wer lässt sich nicht gerne zu einem Marathon einladen? Ich meine richtig einladen, laufen ganz ohne eigene Kosten und finanzielle Aufwendungen. Ich durfte es erfahren und war Gast beim 10. Linz Marathon am 10. April 2011.

Wie kam es dazu? Beim Marathon in Antalya vor ein paar Jahren lernte ich Pumuckl Dietmar Mücke kennen. Dietmar läuft fast immer barfuß und als Pumuckl verkleidet. Da wo er sich sehen lässt, steppt der Bär, so auch in diesem Jahr bei „Sauwetter“ in Antalya. 2006 wurden wir beide in Antalya herumgereicht; er für sein Kostüm, ich für die Anzahl der Läufe. Wir begegneten uns wiederholt bei der Marathonmesse in Berlin im September 2010. Pumuckl stellte mich seinen Freunden aus Linz vor. Im Gespräch ergab sich, dass der 10. Linz Marathon am 10. April 2011 ganz besonders den Frauen gewidmet werden sollte. Die Weiblichkeit sollte zum Laufen animiert werden und ich wäre das geeignete Vorbild für dieses Vorhaben. „Wir laden dich ein, hättest du Lust zu uns zu kommen und könntest du auch ein paar Worte an unsere Damen richten?“ „Aber gerne“, war meine Antwort. Freudvoll über die Einladung, aber doch mit gemischten Gefühlen wartete ich der Dinge.

Eingeladen wurde ich schon öfter, aber finanzieren durfte ich immer alles selber. Aber dieses Mal war alles bestens. Ich war Gast der Organisation, schlief im Marathon Hotel in Start- und Zielnähe, kein Startgeld und auch kein Fahrgeld waren nötig. Ich sollte nur gut laufen und das tat ich dann auch. Mit 4:46:09 erzielte ich meine bisher zweitschnellste Zeit in diesem Jahr. Nur in Senftenberg in der Halle war ich im Januar ein paar Sekunden schneller.

Es war ein schöner Lauf, bei bestem Sonnenwetter mit leichtem Wind über zwei Runden, wie das jetzt so üblich ist. Start auf der großen Autobahnbrücke über die Donau, etwas durch die Stadt und bei km 8 über eine andere Brücke wieder zurück auf die Startseite und weiter durch die Stadt. Auf einem kurzen Begegnungsstück sah ich unser Mitglied Gerd Papcke aus Stuttgart. Bis km 32 hatte er sich dann ganz sachte von hinten an mich herangepirscht, versägte mich und nahm mir bis zum Ziel doch glatte 10 Minuten ab. Na warte, das Spiel wird andersherum wiederholt. Ziel war der Marktplatz mit Straßenbahnschienen und Kopfsteinpflaster. Aufgebaute Tribünen ließen so etwas wie 1. Mai Stimmung aufkommen.

Es gab Finisher T-Shirt und Medaille und viel Stimmung im Zielbereich. Die ausgeschriebene Siegerehrung der AK fand leider nicht statt. Schade. Dafür erhielt ich jetzt per Post meine Urkunde. Schön bunt und mein Geburtsjahr war meine Startnummer. Eine nette Geste.

Vor dem Lauf fand am Freitagnachmittag die Gesprächsrunde mit ausgesuchten vier Damen statt, zu der man sich einen vollen Saal und interessierte Zuhörerinnen und Fragestellerinnen vorgestellt und gewünscht hatte. Aber wir waren völlig allein, nur mit dem Reporter im Saal und wurden uns nun gegenseitig vorgestellt. Die erste war ich, dazu ist nichts zu sagen, ihr kennt mich. Des weiteren wurde ein Mädels vorgestellt, das ihren 10. Marathon lief. Der zehnte war aber der 10. Linz Marathon.

Die nächste Dame lief ihren ersten Marathon zu ihrem 50. Geburtstag und die vierte im Bunde trainierte für den Ironman. Wie gesagt, ausgesuchte Persönlichkeiten, aber draußen schien die Sonne und die Donauwiesen luden zum Verweilen ein. Außerdem starteten die Kinderläufe am Donauufer und es gab jede Menge Trubel und buntes Leben vor dem Haus.

Was mir besonders auffiel: beide Seiten der Donau waren auf Uferwegen so weit ich sehen konnte frei zu belaufen und nicht durch Uferbebauung für die Öffentlichkeit gesperrt. Überhaupt eine wunderbare Trainingsstrecke rechts und links des Flusses, unendlich! Was ich ums und im Wasser vermisste, waren Enten und anderes schwimmfähiges Getier und Möwen mit ihrem Geschrei, wie wir sie an der Spree erleben. Aber es gab Hunde. Mein Dank an die Gastgeber; es war wunderschön.



Sigrid mit ein paar Burschen aus Dortmund (Foto: privat)

Helgoland 1600 von Sigrid Eichner

Helgoland und 1600, nein, keine Höhenmeter und auch keine Euronen, sondern 1600 Läufe über die Marathondistanz und länger. Schade eigentlich, denn der Rennsteiglauf 2011 am 21. Mai wäre für mich die bessere Wahl gewesen. Es hätte perfekt gepasst, nachdem der 1. Lauf am 17. Mai 1980 und der 1500. am 8. Mai 2010 eben beim Rennsteiglauf absolviert wurden. Über Nummer 1000 konnte ich mich am 24. April 2005 in Hamburg freuen. Jetzt war das späte Ostern Schuld an der veränderten Terminplanung. Für Hamburg wurde ich als AK-Sieger in der W70 2010 mit einem Freistart für die Veranstaltung am 22. Mai 2011 belohnt. Und diese seltene Belohnung konnte ich unmöglich verfallen lassen. Außerdem gab es dort die Deutschen Meisterschaften im Marathonlauf; da wollte ich dabei sein und einen der Treppchenplätze in der AK ergattern. Hat leider nicht geklappt und war auch nicht möglich, denn die AK Wertung bei dieser Meisterschaft ging nur bis W65. Bei den Herren war man da großzügiger; die durften bis M75 gewertet werden. Nicht nur die Konkurrenz wird mit zunehmendem Alter weniger, sondern auch die Duldung und Anerkennung durch den Verband. Auch ein jugendlicher Sprinter bleibt dies nicht ewig und wir nicht mehr „ganz frisch“ wären gerne noch ein bisschen dabei. Warum will man uns nicht mehr?

Also zum Jubiläum keinen Rennsteiglauf, dafür den Marathon auf Helgoland. Auch keine schlechte Wahl, denn beim ersten Marathon auf der Insel am 9. Mai 1998 war ich bei meinem 517. Lauf mit 4:39:48 dabei. Das Ziel war damals noch in der Schule oben auf dem Berg; es war sehr warm und ich lief mit Trinkrucksack als Training für den Ultralauf „Birmingham – London“, den ich dann auch im Mai 1998 finishen konnte.

Zum 14. Mal fand der Helgoland Marathon nun schon statt und er hat mir sehr gut gefallen. Das Wetter war ideal und ich konnte wieder einmal richtig laufen. Besonders die bergab Passage gelang meisterhaft. Der Wind auf der Mole war etwas hinderlich, aber nicht wirklich störend. Er hatte jedoch Nachwirkungen, die sich in Form einer fieberhaften Erkältung in der folgenden Woche zeigten. Das war gleichzeitig das „Aus“ für die Vorstellung in Hamburg. Von wegen „Treppchen“, nur noch Ankommen war möglich! Aber das war danach!

Nummer 1600 für Marathon und mehr auf Helgoland. Wie bin ich zu dieser Anzahl gekommen? Ich kann es eigentlich nicht sagen; es hat sich so ergeben. Jeder Lauf ist Training für den nächsten Lauf; es gibt so viele interessante Veranstaltungen, die alle nur darauf warten, dass ich sie auch besuche. So kommt es mir jedenfalls immer vor. Ohne mich geht es nicht! Ist natürlich „Spinne“, aber so geht es mir. Besonders angetan haben es mir Etappenläufe. Es gefällt mir, mit Gleichgesinnten mehrere Tage dem gemeinsamen Hobby zu frönen. So erhöht sich ganz unbemerkt das Zahlenkonto. Ich wollte, es würde so weitergehen, aber die Sterne oder besser gesagt mein linker Fuß und meine Bauchspeicheldrüse haben gerade etwas anderes beschlossen. Da Laufen eine „große, nicht planbare Unbekannte“ ist, bleibt mir nur übrig - ich hoffe sehr auf medizinisches Fachwissen - den schmerzenden Fuß und die in die Jahre gekommene Bauchspeicheldrüse auszutricksen. Sicher wird es noch einige Läufe geben, aber wann und ob überhaupt sich die sechs in eine sieben mit zwei Nullen verwandeln wird, ist heute nicht vorhersehbar. Mein Fernziel jedoch gilt nach wie vor: mit 140 Jahren noch einen Marathon zu laufen und euch alle an der Strecke Beifall klatschend zu erleben. Das wünscht sich Euer Sturmvogel Sigrid.



Sigrid Eichner bei ihrem Jubiläumslauf
(Foto: Hans-Jürgen Hetzel)

1000 km Biel

von Bernhard Sesterheim

Der geneigte Leser vermutet jetzt sicherlich einen Druckfehler, da die Laufstrecke ja „nur“ für 100 km ausgelegt ist. Für mich persönlich ist es aber die 10. bestandene Teilnahme in Folge, und ich habe somit 1.000 km in und um Biel insgesamt zurückgelegt, wofür mir eine besondere Goldmedaille überreicht wurde. Und wie es mir bei den letzten 100 km ergangen ist, steht hier geschrieben:

Als Jörg Kaschner und ich bei dem eine gewisse Bedeutung habendem Ort Krautergersheim, ca. 20 km südlich von Straßburg gelegen, die links und rechts neben der Autobahn gelegenen endlos anmutenden Felder mit werdendem Sauerkraut wahrnehmen, zeigt das Thermometer meines Pkw's 32 Grad. Man könnte meinen, wir befänden uns in der Republik Kongo, wären da nicht die riesigen Gemüseplantagen, deren Erzeugnisse einst die Engländer veranlasste, uns Deutschen fälschlicherweise den Spitznamen „the krauts“ zu geben. Denn das Sauerkraut wurde im Elsaß, also in Frankreich erfunden und kommt dort sehr häufig auf den Tisch.

Nachdem ich bei einer Rückreise von Biel in Colmar in einem guten Restaurant von gedünstetem Lachs auf Sauerkraut geschmacklich begeistert wurde, kommt dieses Gericht bei uns im Herbst und Winter regelmäßig auf den Speiseplan.

Ja, es ist schwülheiß, die Wettervoraussager haben jedoch Starkregen angekündigt. Wie oft haben sich diese Regenankündigungen in den letzten Wochen als Falschansagen erwiesen, denke ich gerade und bereite mich mental auf einen weiteren schweren Lauf unter tropischen Bedingungen vor. Als ich ca. 30 km südlich von Basel erstmals das Hinweisschild „BIEL“ wahrnehme, beginnt der innere Schweinehund mit mir zu reden: „Dummkopf, Du weißt inzwischen, was Dich bei dieser Hitze dort erwartet! Du wirst die Nacht wieder stöhnen...!“ Minutenlang trage ich ein ungutes Gefühl in mir, doch es gelingt mir schnell, mich durch lustige Gespräche mit meinem Gefährten Jörg abzulenken.

Wir erreichen die Autobahnausfahrt Biel-Nord und biegen nach rechts ab, fahren ganz in der Nähe des früheren Start- und Aufenthaltsplatzes an der Eisbahn vorbei in Richtung Neuchatel.

Wehmütige nostalgische Gefühle keimen kurz auf. Nach einigen Irrungen und Wirrungen erreichen wir die Stelle in unmittelbarer Nähe des Bieler See's, wo jetzt sich die Startnummernausgabe, das Ziel und der Campingplatz für die Teilnehmer befinden.

Sofort kann ich die ersten Laufbekanntschaften begrüßen und nehme mit Freude Glückwünsche für den von mir organisierten und bei den Teilnehmern gut angekommenen 120 km langen Etappen-Landschaftslauf im Hunsrück (siehe www.sh-supertrail.de) entgegen. Einige entschuldigen sich sogar dafür, dass sie sich für dort nicht angemeldet hatten.

Mit Plaudern, Sprüchemachen und Prahlern über vergangene Laufabenteuer in meinem großen Bekanntenkreis vergeht die Zeit viel zu schnell. Es ist Freitagnachmittag und die Sonne brennt... Meine Arme und Beine sind starke Sonneneinstrahlung mittlerweile gewöhnt, aber gegenüber meinem Gesicht verhält sich die Sonne nach wie vor sehr feindselig. Für manche habe ich jetzt eine außerordentlich „gesunde Gesichtsfarbe“. Bei starken Alkoholikern sieht man leider solche Rotgesichter häufig.

Eine Stunde vor Startbeginn sind wir, Jörg Kaschner, Heinz-Peter Schüller und



Bernhard, Hans und Andy

(Foto: Joe Kelbel)

ich am Ausgangspunkt der bevorstehenden nächtlichen, morgendlichen und für Heinz-Peter und mich sogar nachmittäglichen langen Fußreise angekommen. Neben mir macht gerade ein sehr schlanker Läufer so um die 40 Jahre gänzlich ohne Socken und Schuhe Dehnübungen. Es ist derselbe, den ich vor 2 Jahren auf dem Emmendamm bei ca. 62 km überholt hatte, und der aus vielen hundert Schnittwunden an den Füßen blutete...

Lautstark ertönt Musik und aufgekratzt und voller Tatendrang stehen die Läufer, Rennpferden mit scharrenden Hufen gleich, in Startposition. Abwechselnd ertönen aus dem Lautsprecher sowohl auf Deutsch als auch auf Französisch Hinweise auf das Rennen. (Durch die Stadt Biel verläuft die Deutsch/Französische Sprachgrenze.) Der Count Down erfolgt, das Rennen beginnt.

Gemächlich setzen wir uns im letzten Viertel der Läufermasse in Bewegung. Die Laufzeit spielt für mich überhaupt keine Rolle. Ich laufe wieder ohne Uhr, und Heinz-Peter, der jetzt zum dritten Mal versucht, das Rennen im Ziel zu Ende zu bringen, will diesmal auf mich hören, nachdem er zweimal zuvor durch „Bisswunden des Inneren Schweinehundes“ veranlasst wurde, vorzeitig aufzugeben. Jörg läuft hier das erste Mal und hat naturgemäß großen Respekt vor der Strecke.

Dass es jetzt regnet, kommt mir sogar gelegen, kühlt es doch meine sonnenverbrannte Gesichtshaut. Diszipliniert langsam laufen wir ca. 5 km durch die hell illuminierte Stadt, werden von einer großen Zuschauermenge wie einst in der Römerzeit als Gladiatoren bejubelt. Ich fühle mich prächtig und bin froh, wieder hier zu sein.

Wir sind an der Bieler Peripherie angekommen, dort wo es steil nach oben in Richtung der Ortschaft Jens geht. Mit schnellen Schritten wandern wir hoch und werden von einigen überholt die den Berg hoch laufen. Sie vergeuden ihre Kräfte dabei; es sind halt Lernprozesse, die jeder für sich selbst machen muss.

Nach Erreichen von Jens sind ca. 10 km überwunden und der erste Berg ist genommen. Noch immer regnet es, aber es sind warme Tropfen, die mir noch immer gut tun, und ich halte es nicht für nötig, eine Windjacke über mein mittlerweile durchnässtes Baumwolltrikot zu ziehen. Heinz-Peter verlieren wir aus den Augen; es ist halt schwer, einen gemeinsamen Rhythmus zu finden und zu halten.

Über flache und landschaftsmäßig eher langweilige geteerte Feldwege geht es durch die Nacht. Es regnet immer stärker und die vielen Pfützen sind bei der Dunkelheit nicht immer rechtzeitig zu erkennen. Die Schuhe und Socken sind durchweicht, was das Entstehen von Fuß- und Zehenblasen unausweichlich werden lässt. Ach ja, an Blasen ist noch keiner gestorben.

Die legendäre Holzbrücke von Aarberg ist nach 18 km erreicht und wieder sind trotz strömendem Regen zahlreiche Claqueure zugegen, die sich mit ihrem enthusiastischem Klatschen und Jubeln sicherlich mehr anstrengen als wir Läufer.

Ich habe meine Kräfte gut eingeteilt, laufe in meinem Rhythmus, fühle mich ausgezeichnet und bin sehr froh, wieder an einem großen Rennen teilnehmen zu können, denn ich habe eine längere Langlaufabstinenz, die durch eine Verletzung verursacht wurde, hinter mir.

Kurze Zeit später verliere ich Jörg aus den Augen...

Jetzt laufe ich alleine, habe mittlerweile meine Windjacke übergezogen, die jedoch das Wasser des Starkregens wie Zeitungspapier durchlässt. Aber noch immer ist der Regen warm. Im Gegensatz zum Vorjahr, wo ich an dieser Stelle verletzungsbedingt fürchterlich litt, beginnt jetzt mein „Innerer Guthund“ ein Gespräch mit mir, und er schmeichelt: „Ja, Du bist mit Deinen 65 Jahren nicht alt sondern spätjugendlich, topfit und überaus klug!“ Das sind die Momente des Langstreckenlaufs, die ich so liebe und bald sind nach einer steilen Anhöhe 25 km erreicht.

Wie immer gewinnt hier der „Innere Schweinehund“ die Oberhand: „Blödmann, Du lernst einfach nicht, gerade ein Viertel der Wegstrecke hast Du jetzt hinter Dir...macht es Dir wirklich Spaß, genießt Du das wirklich? Ha, ha Deine Füße brennen, es regnet schon wieder stärker und es wird kälter. Du wirst diese Nacht noch sehr frieren! Dummkopf, auch noch ein baumwollenes Shirt trägst Du, hach das wird nicht mehr trocknen, Du wirst Dich erkälten, Du wirst Dich erkälten, Du wirst...!“ Er ist sehr einfallsreich und phantasiebegabt, dieser Schlechthund, aber doch erfahrungs-

und lernresistent, denn er sollte wissen, dass er mich nicht nachhaltig beeinflussen kann, zumal mir bei meiner jetzigen 10. Teilnahme eine Goldmedaille winkt.

Auf dem langen Weg nach Oberramsern, dem Ende des ersten Teilstreckenabschnittes, befinde ich mich jetzt und bin sehr müde. Es regnet noch immer, und tatsächlich sind die Regentropfen kälter geworden... Roboterhaft schlürfe ich mit meinem bewährten Ultraschlappschritt voran und überhole einige Konkurrenten, werde selbst nicht mehr überholt. Und es dauert....

Endlich, Oberramsern km 38 ist da. Ich genieße gleich 3 Becher heiße Bouillon und schütte noch 2 Becher Coca-Cola hinterher. Mit Freude betrete ich den Massageraum, wo mir dann sofort 4 weibliche Hände meine erkalteten Beine durchkneten. Diese für mich sehr angenehme Prozedur genieße ich in vollen Zügen und sie dauert etwas über 10 Minuten, wobei ich den aufmerksam zuhörenden und Zwischenfragen stellenden Masseurinnen in Runners-High Laune einiges von meinen exotischen weltweiten Laufabenteuern erzähle. Nächstes Jahr solle ich wiederkommen und weiter berichten, sagt man mir, nachdem ich von mir aus die Massage beendete. Und wieder genieße ich Momente des Glücks...

Aber... draußen ist es mittlerweile sehr viel kälter geworden, es weht stark der Wind und ich bereue, keine Handschuhe und langen Laufhosen in meinen Rucksack gepackt zu haben. Jetzt ziehe ich mir meine Vliesjacke unter der durchlässigen Windjacke an. Bald ist der 1. Marathon im Kasten und trotz der grimmigen Kälte fühle ich mich wesentlich besser als vergangenes Jahr und überhole nur....

Bei km 45 wird es hell und hört auf zu regnen. Jetzt lobt mich der Guthund: “Klasse, Bernhard, das was Du da machst ist einfach großartig, Du bist ein leuchtendes Vorbild für Gleichaltrige und Du musst das, wie gehabt, weiterhin jedes Jahr tun!“

An den folgenden Verpflegungsständen trinke ich neben Wasser viel Cola und mache mich mit dem Genuss von Bouillon warm. Gerne würde ich auch Salami-Stücke, wie sie bei solchen Läufen in Italien und Frankreich angeboten werden, essen. Aber außer etwas Obst wie Äpfel, Bananen, die ich gar nicht mag und Orangenscheiben sind nur trockenes Brot und Süßigkeiten im Verpflegungsangebot. Anscheinend lässt sich die Schweizer Rennleitung von dem überaus dümmlichen Kaufmannspruch „Geiz ist geil“ leiten; denn für meine Startgebühr in Höhe von 111 € sollte man doch etwas mehr erwarten können.

Am 50 km-Schild angekommen lasse ich wie immer ein lautes Hurra ertönen und noch immer geht es mir sehr gut. Das 2. Teilstreckenende, km 56 in Kirchberg, erreiche ich vollkommen problemlos. Ganz anders als letztes Jahr, als ich verletzungsbedingt und von Dauerschmerzen geplagt dort ankam und einem über 70-Jährigen, der dort schon sitzend pausierte, mitteilte, dass ich so spät da noch nie angekommen wäre. Und sofort musste ich hören: „Na, der Allerjüngste bist Du wohl auch nicht mehr! Sei froh, dass Du überhaupt noch so gut laufen kannst!“

Nun erscheint Heinz-Peter. „Ja , ich habe mich soeben massieren lassen und mir geht es sehr gut! Lasst uns jetzt zusammen laufen, es ist hell und wir können uns, wie bei der nächtlichen Dunkelheit geschehen, nicht mehr aus den Augen verlieren!“ Mir ist es recht.

Nach Beendigung einer ungefähr 20 Minuten dauernden Pause begeben wir uns auf den weiteren Weg. Wir laufen durch das Industriegebiet von Kirchberg und gelangen schließlich auf den sogenannten Ho-Tschi-Minh-Pfad. Er stellt eine leicht zu laufende und ebene Trailstrecke von ca. 12 km dar, die im dichten Laubwald am Fluss Emme entlangführt.

Sehr wohl fühle ich mich und ich stelle wieder mal fest, dass Waldläufe auf Naturwegen für mich viel attraktiver als Straßenläufe in bebauten Gebieten sind. Schließlich erreichen wir den Emmedamm, einen endlos erscheinenden Teerweg und weiter geht’s mit schlürfendem Schritt unter einem wolkenverhangenen Himmel. Es regnet zurzeit nicht. Unweit vom Damm hören wir das Abfeuern von Sturmgewehren, es hört sich an, als kämen wir in die Nähe einer Front. Aber es sind nur Schießübungen, die die wehrhaften Schweizer an Samstagen immer betreiben.

Schon seit über einer halben Stunde verspüre ich starke Schmerzen über meinem Gesäß und zwar dort, wo der Rucksack aufliegt. Durch das nicht trocken werden könnende Baumwollshirt hat der Rucksack mittlerweile meinen Rücken blutwund gescheuert. Glücklicherweise erreiche ich neben der nächsten Verpflegungsstelle einen Samariter-Platz. (Samariter ist das Schweizerische Wort für Sanitäter.)

Sie haben etliche Patienten, die sie gerade behandeln. Ich muss warten, und nach ca. 15 Minuten wird mir dann fachgerecht die Wunde eingesalbt und mit einem breiten Wundpflaster überklebt. Ach wie gut, die Schmerzen sind weg...

Frohgemut laufe ich weiter und werde von einem Läufer mit Fahrradbegleitung überholt. Und was muss ich sehen? Der Radfahrende trägt eine Startnummer und der Nebenherlaufende bewegt sich in Straßenschuhen. Auf meinen Zuruf: “das ist aber nicht fair!“ bekommen ich nur ein Lachen vom Nebenherlaufenden zu hören.

Ich kann mir vorstellen, dass dies nicht die einzigen sind, die auf solch dreiste Weise betrügen. Wäre ich der Veranstalter der Bieler Lauftage, eine Fahrradbegleitung würde es nicht geben. Warum auch? Es gibt in dichter Folge Verpflegungsplätze, immer wieder behindern Fahrradbegleiter andere Läufer und provozieren, wie hier, manche zum Betrug.

Ich erreiche Gerlafingen, und von nun an verläuft die große 100 km-Runde zurück nach Biel zum Ausgangspunkt. Kurz danach ist das 70-km Schild erreicht und ich hole Heinz-Peter wieder ein, der durch meinen Zwangsaufenthalt im Samariterzelt mir gegenüber Zeit gewonnen hatte.

Unter dunklem wolkenverhangenem Himmel weht uns ein scharfer, kalter Wind entgegen und wieder beginnt es zu regnen. Jetzt aber so wie vom Wetterdienst angekündigt, sehr heftig und sehr kaltwasserig. Mühevoll und schweigsam laufen wir hintereinander her. Die Straße ist kerzengerade und erscheint endlos. Eigentlich hätte der Schweinehund jetzt wieder eine ideale Gelegenheit für einen erneuten Auftritt. Ich lasse ihn nicht an mich heran, denn ich denke intensiv an vorangegangene lauffreudeeintrübende Hitzeerlebnisse an dieser Stelle. Auch meinem Gesichtssonnenbrand tut dieser „Segen-Regen“ gut...

Endlich kommt Bibern in Sicht. 76 km sind geschafft und es ist das Ende des 3. Teilstückes, das gewertet wird. Schnell ergreife ich mir am Verpflegungsstand einige Orangescheiben, die ich dann genussvoll esse, darauf hoffend, durch die Einnahme dieser Vitamin-C Gaben von Erkältungserscheinungen verschont zu bleiben.

Gegenüber der Straße ist in einer Scheune eine Massagestation mit Bänken und Woldecken untergebracht. Auf den Bänken sitzen schon einige Läufer, für die hier Endstation ist und auf den Bus warten, der sie nach Biel zurückbringt.

Mit einem lautstarken NEIN beantworte ich die Frage einer Samariterin, ob ich auch abrechnen will. Es sind ja nur noch 24 km...fast nur noch ein läppischer Halbmarathon, eine Kurzstrecke also, und ich bemühe mich sehr, an das von mir soeben Hinausposaunte zu glauben...

Heinz-Peter und ich bekommen zum Zwecke der Körperentkühlung zuerst mal jeweils 2 Woldecken, eine für die Beine und eine für den Oberkörper. Auch heißer Kaffee wird serviert. In meiner Wahrnehmung hat sich die Sanitäterin in einen Engel verwandelt. Schließlich erfahren meine Beine auch noch eine sehr wohltuende Massage. Die alte Scheune ist zum Paradies geworden und ich möchte für immer hier verweilen...

Mittlerweile sind wir schon mindestens eine halbe Stunde hier; der Wolkenbruch hat noch immer nicht sein Ende gefunden und viele Läufer sehen wir am Stand an der gegenüberliegenden Straßenseite Getränke aufnehmen und ohne Pause zu machen weiterlaufen. Doch jetzt entdecke ich eine mir wohl bekannte unverwechselbare Gestalt. Ein Bayer würde sagen, dass es ein gestand'nes Mannsbild ist. Mein Lauffreund Frank-Ulrich Etzrod, den ich nur gut gelaunt kenne, ist es. Aber von guter Laune ist diesmal keine Spur zu sehen. Auf mein lautstarkes Zurufen kommt er in die Scheune...seine Füße in Sandalen. Die Schuhe hatte er bei km 56 in Kirchberg abgegeben. Ganz, ganz schlimme Blasen plagten ihn. Und in der Tat, als die Sanitäterin ihm die Strümpfe auszieht, kann man gigantische Hautwölbungen erkennen. Mit schmerzverzerrtem Gesicht lässt der sonst immer strahlende Frank-Ulrich seine Verwundung behandeln.

Mindestens eine Dreiviertelstunde sitzen Heinz-Peter und ich jetzt schon in der trockenen Scheuer, auf ein Ende der vom Himmel fallenden Wassermassen hoffend. Aber es regnet weiter stark. Für die Natur und Landwirtschaft ist es ja gut, denn diese Gegend hatte die gleiche diesjährige Frühjahrstrockenheit zu ertragen wie die unsrige in Süd-West-Deutschland.

Weiter geht's, Frank-Ulrich in Führung und er verkündet, dass er die steile Anhöhe, die jetzt kommt, und die er wie ich sonst immer gegangen war, jetzt joggend nehmen will, um der Körperkälte durch Schaffung von Eigenwärme zu entfliehen. Fest stapft er mit seinen Sandalen auf und wir

folgen ihm nach. Tatsächlich, es nützt. Die schlimme Nasskälte lässt sich durch diese Vorgehensweise leichter ertragen. Ganz bis zur Bergspitze schaffen wir es nicht, wie müssen einige hundert Meter gehen, da der Körper kreislaufbedingte Warnsignale sendet...

Durch einen Wald führt die Straße jetzt ziemlich steil nach unten, und wir laufen mit verhaltenen Schritten. In Arch nach 80 km ist wieder eine VP, wo Heinz-Peter und ich wieder bouillontrinkend in einem Zelt eine Kurzrast einlegen. Frank-Ulrich läuft ohne eine Pause zu machen weiter, und wir verlieren ihn aus den Augen.

Unter einem Tunnel queren wir eine Autobahn und sind nun an der Aare angelangt, an einem Fluss, an dem wir bis zum Ziel weiterlaufen werden, denn die Laufstrecke wurde geändert. Die Gegend ist relativ flach und wird intensiv landwirtschaftlich genutzt und somit für die Augen und das Gemüt reizarm.

Der Regen wird schwächer, der kalte Wind ist weg und überhaupt, es ist viel wärmer geworden. Letztendlich hört der Regen ganz auf. Beim nächsten Verpflegungspunkt in Büren unweit einer malerischen Holzbrücke, die über die Aare führt, bestellen wir uns in einem Wirtshaus heißen Kaffee. Es dauert, bis er serviert wird. Als ich dann bezahlen will, muss ich hören, dass Euros nicht angenommen werden. Verständnislos schaut mich die Kellnerin an, als ich behaupte, dass der Euro die Weltwährung sei, und ein Schweizer Laufkollege, der ebenfalls mit uns pausiert hat, lacht laut auf. Puh, es scheint tatsächlich, als wäre das Vertrauen in den Euro erschüttert, was sich auch bei dem gegenwärtig sehr schlechten Umrechnungskurs bemerkbar macht.

Der heiße Kaffee hat wieder gut getan, positive Gedanken übernehmen wieder die Oberhand und ich freue mich, nicht wieder bei tropische Hitze wie die Jahre zuvor an dieser schrecklichen Landschaftsgärtnerei am gegenüber liegenden Ufer der Aare vorbeilaufen zu müssen.

Auf einer Straße unmittelbar am Fluss geht's vorbei. Das heißt ich gehe schnell und Heinz-Peter läuft hinter mir her, da er körpermäßig etwas kleiner ist als ich. Mehrere teils wankende Läufer und Geher überholen wir noch. Aber es sind nur noch wenige auf der Strecke zu sehen, da ein viel größerer Teil als sonst durch den Höllenregen entnervt aufgegeben hat.

Endlich ist das Schild km 90 da. Und eine gefühlte unendliche Zeit dauert es noch bis km 95, wo sich die letzte VP befindet. Mittlerweile habe ich Geschmack an Orangenscheiben gefunden und lange kräftig zu. Durst habe ich keinen mehr und trotzdem schütte ich noch 2 Becher Cola aus müdigkeitsverhinderten Beweggründen in mich hinein.

Von nun an wird bei jedem einzelnen km ein betreffendes Schild zu sehen sein. Und es dauert...

Die km ziehen sich. Bei km 98 kommt uns Freund Jörg entgegen und wird und bis kurz vor's Ziel begleiten. Er litt stark unter der nassen Kälte und als er dann bei km 38 in Oberramsern den Bus sah, biss ihm der Innere Schweinehund in den Hintern und er flüchtete hinein...

Km 99 kommt und ergreift die Vorfreude des Zieleinlauftriumphs. Nach einigen Minuten sind wir auf dem blauen Teppich, reißen die Hände hoch und marschieren gehobenen Hauptes durch den Triumphbogen. Ich erlebe das jetzt in Biel schon das 10. Mal und bin wieder genau so ergriffen und glücklich wie die Jahre zuvor.

Im Gegensatz zum vergangenen Jahr konnte ich die Strecke völlig verletzungsfrei bewältigen und während ich das schreibe, muss ich an ein letztjähriges Erlebnis bei einem praktischen Arzt denken, den ich aufsuchte, um mir den steckengebliebenen Kopf einer Zecke an einem meiner Beine entfernen zu lassen. Ich hatte das Finisher-Shirt von Biel getragen, und als ich ihn nebenbei fragte, ob das leichte Ziehen in einem meiner Knie eine Arthrose sein könnte, sagte er: „Ich sehe gerade auf dem Bildschirm, dass Sie 1945 geboren wurden, Sie also noch in diesem Jahr 65 Jahre alt werden. Ich bin 42 Jahre alt und habe bereits Arthrosen. Natürlich ist es eine Arthrose, warum soll es denn keine sein?“

Auf mein Finisher-Shirt schauend, ereiferte er sich weiter: „Bilden Sie sich bloß nicht ein, dass Sie mit Ihrem Supersport unsterblich sind! Sie werden auch sterben...!“

Ich meinerseits betrachtete seinen 42-jährigen gewiss nicht an Unterernährung leidenden Körper, mit dem er bei den Trierer Antikenfestspielen sehr überzeugend den Weingott Bacchus darstellen könnte, und bemühte mich, ernst dreinzuschauen.

Super Marathon Zermatt

von Dr. Jürgen Kuhlmeiy

Nun schon zum 10. Mal jährt sich der Zermatt-Marathon. Zu diesem Jubiläum hatte man sich eine andere Organisation überlegt. Damals beim 10 jährigen Bestehen des Jungfrau-Marathon hatte man wegen der großen Nachfrage nach Startplätzen den Marathon am Samstag und Sonntag mit Doppelstartmöglichkeit überlegt, die dann Klaus und ich auch nutzten. In Zermatt hat man stattdessen noch einen Ultra mit 45,6 km, Finish auf dem 3.089 m hohen Gornegrat und früherer Startzeit angeboten, um die Strecke mit teilweise engen Pfaden schon im Anfangsbereich zu entlasten. Wir vom 100MC u.a. Klaus, Niels, Hans-Werner, Werner, außer Renate wählten die Ultra-Strecke bis zum Gipfel des Gornegrat. Das eigentliche Marathon-Ziel war auf dem 2.582 m hohen Riffelberg, so dass für den Super-Marathon auf zusätzlichen 3,4 km noch weitere 500 Höhenmeter hinzu kamen. Insgesamt waren 2.458 Höhenmeter zu bewältigen mit teilweise atemberaubenden Aussichten.

Es wurde ein erlebnisreicher Berglauf mit sehr guter Organisation und moderatem Wetter mit wenigen Hagelschauern auf den letzten 500 Höhenmetern. Start war in dem 1.085 m hohen St. Niklaus, wohin uns Sonderzüge von dem 1.600 m hohen Zermatt brachten. Dort traf man sich dann vom 100MC mit viel Hallo. Der Lauf folgte zum Teil der gesperrten Bergstraße und schmalen Pfaden das Tal hinauf bis nach Zermatt. Es ging direkt durch den Ort und nach einer 4 km-Schleife wurde es bei km 24 ernst – fast wie beim Jungfrau-Marathon, der seine „Berg-Zähne“ auch erst bei km 26 zeigt. Scheinbar ewige Steigungen waren zu überwinden bis man aus dem Tal heraus war. Anschließend wechselten sich viele Steigungen mit wenigen Gefällen, die das Laufen auflockerten. Auf dem Riffelberg war für die Marathonis der Lauf „schon“ beendet. Wie war ich froh, dass ich mich für den Super-Marathon ummelden konnte, da meine Kräfte noch nicht verbraucht waren und ich mit einigen netten Begleitern nette Gespräche geführt hatte und so die Steigungen weniger anstrengend erschienen. Die letzten 500 Höhenmeter waren noch einmal eine starke Herausforderung, auf denen ich noch so manchen Läufer überholen konnte. Unterwegs traf ich einen älteren Läufer.

Als ich ihn nach seinem Alter fragte, meinte er, er sei der zweitälteste Läufer. Da er jünger war als ich, war er es dann nicht mehr. Wegen meiner Ummeldung wusste er von mir noch nicht.

Sehr schön war die 3-Tages Freifahrkarte für die dortigen Züge und Bergbahnen, die ich vor und nach dem Lauf reichlich nutzte. Auch die Pastaparty in einem großen Zelt vor dem Bahnhof Zermatt sowohl vor als auch bei der Siegerehrung nach dem Lauf mit einheimischer Jodel-Musik brachte so einige Stimmung.

Obwohl ich „weltweit“ schon über 400 Marathons gelaufen war, war ich wegen der Entfernung und der anderen laufenswerten Bergläufe in der Schweiz noch nicht in Zermatt. Wie ich feststellte: ein großer Fehler. Dieser Lauf sollte wie auch noch der K78 in Davos für mich ein Höhen-Trainingslauf für den Atacama-Wüsten-Marathon Anfang September sein. Die hier erreichten Gipfelhöhen entsprechen der dortigen Laufhöhe, aber der Körper kann sich schon mal an die Höhenanpassungen gewöhnen.



Jürgen informiert sich über den Alpen-Suchdienst
(Kauffoto)

Wie Horst die Weltspitze übernahm

von Mario Sagasser

Dieser Tage ist oder wird es also geschehen: unser Ehrenmitglied Horst Preisler wird auf dem ersten Platz der Weltrangliste der Marathonsammler abgelöst.

Mir stellt sich dabei die Frage, wie es wohl war, als Horst die Führung der Weltrangliste übernommen hat.

Ich habe das erste Mal im September 2000 von Horst gelesen. Der Berliner Tagesspiegel schrieb seinerzeit, dass er bei diesem Berlin-Marathon das 1.000-mal die Marathon-Distanz (oder länger) absolvieren würde.

Es war mein 2. Marathon und diese Zahl war für mich unvorstellbar.

Noch mehr wurde meine Vorstellungskraft belastet, als ich las, dass Horst, um diese Zahl zu erreichen, in 22 Tagen 13 M/Us gelaufen war, und dazu durch Tschechien und Finnland gereist war. Ich war SCHOCKIERT!

Dieser Schockzustand hat sich mittlerweile gelegt und ich wollte von Horst wissen, wie er eigentlich Tabellenführer wurde und wie damals die Abstimmung und Kommunikation funktionierte.

Für diesen Bericht hat Horst noch einmal in die Vergangenheit geblickt, nämlich gut 15 Jahre.

Dazu Horst: „Bei der riesigen Menge an vorhandenem Material gar nicht so einfach, das zu finden, was so weit zurück liegt.“

Übernommen hat Horst die Weltspitze Ende des Jahres 1995. Damals zog er am Amerikaner Norm Frank vorbei. Da Internet und e-Mail zu dieser Zeit kaum verbreitet waren und Mr. Frank schwierig zu erreichen war, ist das genaue Datum nicht bekannt. Trotzdem teilte dieser Norm Frank mit, dass Horst der Erste sein würde, der die 600er Marke erreichen würde.

Ebenso wenig gab es eine weltweite Rangliste. Die Bestätigung bekam Horst vielmehr von einer kanadischen Ultralaufzeitschrift, als diese im Januar 1996 offiziell verkündete, dass er die Führung übernommen hatte.

Norm Frank war davor der Führende gewesen, seit er den (an Krebs verstorbenen) Amerikaner chinesischer Abstammung Sy Mah überholt hatte, indem er seinen 525. M/U lief.

Die Nachricht von diesem Führungswechsel hatte für Horst Signalwirkung: „Ich habe damals im Spiridon ein ‘Duell’ angekündigt.“

Horst berichtet weiter, dass er mit dem Amerikaner nie richtig warm geworden ist, obwohl zu dieser Zeit die Gemeinde der Marathonvielfarter noch sehr übersichtlich gewesen ist.

Dagegen hält die Freundschaft zum finnischen Läufer Kalevi Saukkonen, damals der dritte im Bunde, immer noch an und ihre Zusammentreffen sind bis zum heutigen Tag stets herzlich.

Aktuell steht Kalevi bei 1.448 Marathons (Stand: 20.07.2011) und ist die Nr. 4 der inoffiziellen Weltrangliste.

Seinen 600. Marathon lief Horst am 3. Februar 1996 in Apeldoorn. Seitdem stand Horst ununterbrochen an der Spitze der Liste der weltweiten Marathonsammler: 15 Jahre!

Lieber Horst, mach weiter so, sei immer mit (Lebens-)Freude dabei und noch viele schöne, abwechslungsreiche Läufe!



Horst beim Marathon in Kiel

(Foto: Arne Franck)

Presseberichte

Durchs Death Valley und über den Baikalsee

Serie. Der StZ-Lauf naht – wir stellen Stuttgarter vor, die regelmäßig laufen. Heute: Klaus Neumann hat am vergangenen Sonntag seinen 659. Marathon absolviert. Bundesweit gibt es nur neun Menschen, die häufiger auf der Laufstrecke unterwegs waren. (Stuttgarter Zeitung 25.05.2011 von Thomas Faltin)

Was Klaus Neumann jedes Wochenende leistet, können sich die meisten Menschen nicht einmal in ihren kühnsten Sportlerträumen vorstellen. Oft läuft er am Samstag einen Ultramarathon mit 60 oder 70 Kilometern, am Sonntag hängt er einen normalen Marathon dran. Auf 659 Langstreckenläufe hat er es in den vergangenen 30 Jahren gebracht. Der 58-jährige ehemalige Fluglotse ist sich jedoch sicher, dass es ihm jeder gesunde Mensch nachtun könne, wenn er nur ausreichend trainiert. Das Problem liege eher in der mangelnden Vorstellungskraft: „Je länger die Strecke, umso wichtiger wird der Kopf“, sagt Neumann. Sprich: wenn die Beine streiken, muss einen der Wille weitertragen.

Zu Beginn seiner Laufkarriere im Jahr 1980 war auch mit Klaus Neumann nicht viel anzufangen. Er hatte nur zu laufen begonnen, weil sein Job als Fluglotse mit großer Verantwortung und einigem Stress verbunden war und weil er den ganzen Tag saß. Ein kleiner sportlicher Ausgleich, das war alles, was er suchte. Die ersten 200 Meter über die Waldebene Ost führten damals ins Desaster: Zurück zum Auto musste er im Schrittempo gehen.

Diese ersten Erfahrungen haben den Ultraläufer geprägt, bis heute. Zum einen hat er vor jedem Läufer Respekt, der sein Bestes gibt, egal auf welchem Niveau. Vor kurzem lief er mit behinderten Menschen auf dem Mauerweg durch Berlin. Zum anderen schaut Klaus Neumann fast nie auf die Zeit. Es hört sich paradox an angesichts von Neumanns Superlativen: Aber er läuft zum Spaß und will vor



Im vergangenen Jahr ist Klaus Neumann mehr Kilometer gelaufen als mit dem Auto gefahren. (Foto: Achim Zweygarth)

allem keinen Stress. Seine Devise lautet deshalb: „Ich will ankommen – ob als 159. oder 216., ist doch völlig egal.“ Für einen Marathon nimmt sich Neumann derzeit 4:15 Stunden Zeit.

Angekommen ist Klaus Neumann bis jetzt immer. „Selbst wenn er den Kopf unterm Arm tragen muss, rennt er weiter“, sagt seine Lebensgefährtin Brigitte Schmidt über ihn. Das unterscheidet ihn von anderen: der unbedingte Wille. Das beinahe Unmenschliche zu leisten. Im Jahr 2009, als er zusammen mit 64 anderen Ultraläufern von Bari in Südtalien ans Nordkap in Norwegen lief, plagte ihn tagelang eine schmerzhafte Zerrung. Doch Neumann dachte nicht ans Aufgeben: „Ich habe zu meinem Fuß gesagt: Wir laufen ans Nordkap – du kannst das mit Schmerzen tun oder ohne. Nach ein

paar Tagen hat er es eingesehen.“ Heroisch sei das nicht, meint Neumann, sondern ganz rational. Er wisse mittlerweile, dass alles vorbeigeht: der Runner’s High ebenso wie der Schmerz. „Jeder Durchhänger ist irgendwann überwunden – so lange musst du durchhalten.“

4500 Kilometer in 64 Tagen quer durch Europa – das war Neumanns längste Strecke bisher. Zweimal hat er den Spartathlon absolviert, bei dem man 246 Kilometer ohne Pause läuft: er schaffte ihn in 35 Stunden. Er lief den härtesten Ultramarathon der Welt, den 217 Kilometer langen Badwater-Lauf durchs Death Valley bei 50 Grad ebenso wie den Eismarathon über den zugefrorenen Baikalsee bei minus 32 Grad. Doch von allen Läufen gibt es nur zwei für ihn, die herausragen: den Jungfrau-Marathon mit 2800 Höhenmetern im Berner Oberland und den Comrades-Marathon in Südafrika über 90 Kilometer. „Die Begeisterung, mit der die Südafrikaner die Läufer anfeuern, ist unglaublich“, sagt Neumann. 16-mal ist er dort gewesen. Seine Laufnummer wird nie mehr an einen anderen vergeben.

Seit einigen Jahren ist Klaus Neumann nicht mehr berufstätig – Fluglotsen müssen mit 55 Jahren aufhören. Seither hat er sein Hobby ausgebaut: An jedem Wochenende ist er bei mindestens einem Lauf dabei, gestern Paris, heute Freiburg, morgen London. „Ich könnte mittlerweile eine Sekretärin gebrauchen, die mir bei der Planung hilft“, sagt Neumann.

Denn es sei schwierig genug, den Überblick zu behalten mit all den Laufanmeldungen, der Suche nach Hotels in der Nähe des Zieleinlaufs und der Buchung der Zugtickets.

Unter Marathonis und Ultraläufern genießt der 100 Marathon Club in Hamburg einen legendären Ruf – nur der darf Mitglied werden, der mindestens bei 100 Marathons ins Ziel gekommen ist. Neben Neumann gibt es dort mit Gerd-Rudi Papcke (360 Marathons) und Michael Weber (247) zwei weitere Ultras, die aus Stuttgart kommen. Auf dieser deutschlandweiten Liste steht Klaus Neumann mittlerweile auf Platz 10, weltweit liegen 42 Läufer vor ihm.

Ein Mann, der so viele Strecken in allen Ecken der Erde schon erfahren hat, was kann der noch für Ziele haben? Klaus Neumann zögert mit der Antwort keinen Augenblick: Irgendwann will er die magische Zahl von 1000 Marathons erreichen – wie bislang nur fünf Menschen in Deutschland. In seinen Rechenspielen sieht das so aus: am 9. September 2017 wird er 65 Jahre alt, und vermutlich findet an diesem Tag der 25. Jungfrau-Marathon statt; bisher hat Neumann noch keinen einzigen ausgelassen. Das wäre also ein würdiger Tag, die Schallmauer zu durchbrechen. „Etwa 55 Marathons pro Jahr müsste ich laufen, um dieses Datum zu schaffen.“ In seiner derzeitigen Form dürfte das alles andere als ein Problem sein. Denn sein Kopf ist fit.

KLAUS NEUMANNS LIEBLINGSSTRECKE: ÜBER DIE WALDEBENE OST

Keine Hetze Richtige Trainingspläne hat Klaus Neumann noch nie leiden können, und heute braucht er sie auch nicht mehr. Denn die Marathons und Ultraläufe am Wochenende sind für ihn Wettkampf und Training in einem. Für sie ist er in der ganzen Welt unterwegs. Zu Hause in Stuttgart, also unter der Woche, lässt er es gemütlich angehen. Zwei- bis dreimal die Woche läuft er etwa eine Stunde, meist in den Wäldern oberhalb des Neckartals.

Waldebene Ost Neumann wohnt in Gaisburg, und auf dem Weg zur Waldebene Ost liegt sein Schrebergarten – dort hält er sich viel auf, seit er nicht mehr arbeitet. Bei einer normalen Runde startet Neumann in Gaisburg, rennt über den Plettenberg zu seinem Garten, dann geht es weiter zum Polizeifunkturm auf der Waldebene Ost und über das Dürrbachtal wieder zurück nach Gaisburg. Das gibt zusammen etwa zehn Kilometer. Dabei gilt Neumanns bewährtes Motto: nur nicht hetzen lassen. Der Weg ist das Ziel.



Fal



Der Marathon-Mann

Ueffelner läuft Tausende Kilometer in sechs Jahren – nun denkt er ans aufhören.

Bramscher-Nachrichten 25.06.2011
von Johannes Kapitza

Läuft und läuft und läuft: 200 Marathons hat Kurt Gormanns in rund sechs Jahren absolviert, laufverrückt ist er dem eigenen Bekunden nach aber nicht. (Fotos: Johannes Kapitza)

UEFFELN. Nach eigenem Bekunden sucht Kurt Gormanns nicht die Herausforderung. Aber er findet sie immer. Zum Beispiel am Samstag heute, wenn er in Hamburg-Allermöhe an den Start geht, um drei Marathons an einem Tag zu absolvieren.

pertal und Gummersbach gelaufen – „zum Schluss konnte ich nur noch bergab gehen, das Bein war dick und schmerzte.“ Da halfen auch die Quarkwickel nur wenig, die ihm altgediente Mitläufer empfahlen. Den Luxemburg-Marathon konnte Gormanns nur als Zuschauer verfolgen. Es sei „das Schlimmste ge-

schuh.“ Das änderte sich schnell: Der Arzt schickte Gormanns in den Schuhladen statt in die Apotheke und gab ihm Trainingspläne an die Hand. Acht Monate später lief Gormanns in Hannover seinen ersten Marathon. Die Therapie schlug an. „Seitdem bin ich nie wieder bei einem Arzt gewesen.“



Der erste Startschuss zum Triple-Marathon fällt um 5 Uhr. Im Sechs-Stunden-Takt beginnen dann die weiteren Läufe, jeweils 42,195 Kilometer lang. „Ich weiß noch nicht, ob es klappt“, sagt der 59-Jährige. Denn der Dreifach-Marathon ist für den Ueffelner der erste Wettkampf nach einer dreiwöchigen Zwangspause. Bei einer Laufveranstaltung hatte er sich eine Knochenhautentzündung zugezogen. Fünf Tage lang war er 300 Kilometer durch das Bergische Land zwischen Wup-

wesen, was ich je erlebt habe. Es kribbelt, man will laufen und kann nicht.“ Es war die erste Zwangspause für Gormanns, seit ihn die Laufleidenschaft gepackt hat. Das begann im Jahr 2004, als er bei seinem Hausarzt wegen extremer Wetterföhligkeit in Behandlung war. Der Mediziner stellte ihn vor die Wahl: lebenslänglich Tabletten schlucken oder das Leben umkrepeln und Sport treiben. „Dabei war ich überhaupt kein Sporttyp. Ich kannte nicht mal den Unterschied zwischen einem Laufschuh und einem Tennis-

Stattdessen fand sich Gormanns bei Laufveranstaltungen wieder. „Im ersten Jahr waren es drei Marathons, im zweiten Jahr sieben, im dritten 13 oder 14“, berichtet der Ueffelner. Das sei eine „normale Entwicklung“ für einen Marathoneinsteiger gewesen. „Und dann hatte ich Zeit“, sagt Gormanns.

Abenteurer in Frankreich

Im Februar 2009 trat der Finanzbeamte in die passive Phase seiner Altersteilzeit ein. Am Jahresende war er nicht nur Mitglied der Heseper Rennschnecken und bei Eintracht

Neuenkirchen, sondern auch im 100-Marathon-Club – die Aufnahme erfolgte automatisch mit dem 100. Zieleinlauf. Keine andert-halb Jahre später hatte Gormanns diese Zahl verdoppelt – dank wöchentlich zwei bis drei Marathons zwischen Helgoland und Slowenien. Da nach 1000 Kilometern die Dämpfung der Laufschuhe verloren geht, verbraucht Gormanns im Jahr drei bis vier Paar. Ausgaben fallen auch für Startgelder an, jährlich etwa 3500 Euro, hat der Ueffelner ausgerechnet.

„Dieses Jahr wird’s richtig teuer“, sagt Gormanns. 1275 Euro kostet allein die Startgebühr für das „Transe Gaule“-Rennen, das vom 10. bis 27. August über mehr als 1100 Kilometer quer durch Frankreich führt. „Das wird ein Abenteuer“, blickt der Ueffelner voraus. Er spreche „kein Wort Französisch“, und bei 56 bis 75 Kilometern pro Tag gebe es „genug Möglichkeiten, sich zu verlaufen“. Die entscheidende Frage werde sein, „ob der Körper durchhält, aber ich versuche es“.

Die Veranstaltung in Allermöhe ist da vergleichsweise harmlos und ein regelrechtes Schnäppchen: 20 Euro kosten die drei Starts an einem Tag. „Es geht nicht um die Ehre“, beschreibt Gormanns seine Motivation. Seine Marathon-Begeisterung sei eher auf eine „Sammelleidenschaft“ zurückzuführen.

„Wir hetzen nicht mehr Bestzeiten hinterher“, sagt Gormanns. Einen Marathon in 3:30 Stunden zu laufen, sei sein Ziel gewesen, aber bei 3:40 Stunden sei er „hängen geblieben. Jetzt laufe ich meistens über vier Stunden, aber in diesem Tempo habe ich viele Gesprächspartner“. Kommunikation statt Konkurrenz bestimmt Gormanns Läufe: „Wir laufen ein Tempo, in dem man bequem plaudern kann. Und wenn man dann vier Stunden Zeit hat, um sich mit drei, vier Leuten zu unterhalten – das hat was.“ In den vergangenen Tagen hat Gormanns viel Zeit mit Trainingspartner Peter Baasch auf dem Piesberg verbracht. Das Gelände sei eine „optimale Trainingsmöglichkeit“, um sich auf den „4trails“-Lauf in den Alpen

vorzubereiten – 170 Kilometer in vier Tagen „an der Zugspitze vorbei Richtung Liechtenstein“. Beim letzten Alpenrennen sei er ohne spezielle Vorbereitung an den Start gegangen und „bergab von den anderen Läufern überholt“ worden. „Den Fehler will ich nicht noch einmal machen“, hat Gormanns hinzugelehrt.

Karriereende absehbar

Zu den Zukunftsplänen nach dem „4trails“ im Juli gehören aber auch Gedanken an ein baldiges Ende der Karriere. „Entweder ich laufe einmal 1000 Kilometer am Stück oder 100 Marathonläufe in einem Jahr – das wäre ein eleganter Ausstieg“, sagt Gormanns. Wenn eins der Ziele erreicht sei, wolle er „das Laufen drastisch reduzieren, um nicht in den Verdacht zu geraten, laufverrückt zu sein“. Immerhin betätigt sich Gormanns im Hobby noch als Jäger und ist Motorsegler-Pilot – wobei er inzwischen Probleme habe, auf die erforderlichen Mindestflugstunden zu kommen, damit der Flugschein nicht verfällt. Aber Laufen, sagt Kurt Gormanns, „Laufen kann nicht alles sein“.

Personalien

Neue Mitglieder

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

313 A **Andrea Richter** aus Hamburg
 314 A **Dr. Evert Delbanco** aus Köln
 315 A **Daniel Reich** aus Diesenhofen

316 **Claus Christensen** aus Rudkøbing (DEN)
 317 **Andreas Braun** aus Berlin
 318 **Bettina Keelan** aus Berlin

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras

und damit Vollmitgliedschaft

Martin Traeder (Sehnde) am 19.02. in Bad Eilsen (Idatum).

Stefan Bicher (Berlin) am 03.04. in Kiel.

Bodo Makuszies (Winsen) am 22.05. in Hamburg.

200 Marathons/Ultras

Claus Christensen (Rudkøbing, DEN) am 09.04. in Hamburg-Öjendorf.

Kurt Gormanns (Bramsche) am 29.05. in Bückeberg (Gevattersee).

Franz Schwengler (Nürnberg) am 05.06 in Fürth.

Karl Wolfgang Baumgarten (Weyhe) am 15.07. in Lilienthal.

250 Marathons/Ultras

Heinz Behrmann (Kiel) und

Michael Weber (Stuttgart) am 02.04. in Kiel-Holtenau.

Christine Schröder (Hamburg) am 22.05. in Hamburg.

300 Marathons/Ultras

Carsten A. Matzejiet (Lilienthal) am 11./12.03. auf Wangerooe.

Christoph Randt (Mannheim) am 11.06. in Bad Arolsen.

400 Marathons/Ultras

Dr. Jürgen Kuhlmeier (Oldenburg) am 17.04. in Leipzig.

Ineke Scheffer (Leens, NED) am 10.07. in Paterswolde (NED).

500 Marathons/Ultras

Andrea Gargano (Barletta, ITA) am 20.03. in Rom.

Jörg König (Stade) am 09.04. in Hamburg-Öjendorf.

900 Marathons/Ultras

Peter Wieneke (Hamfelde) am 04.06. in Allerup (DEN).

1.100 Marathons/Ultras

Willem Mütze (Heerlen, NED) am 02.05. in Belfast (Nordirland).

1.600 Marathons/Ultras

Sigrid Eichner (Berlin) am 14.05. auf Helgoland.

Geburtstage

Der 100 Marathon Club Deutschland gratuliert zum „runden“ Geburtstag:

Werner Sonntag Ehrenmitglied aus Filderstadt feierte im Juni seinen **85.** Geburtstag.

Michel Descombes aus Ebsdorfergrund feierte im Mai seinen **70.** Geburtstag.

Lothar Preisler aus Berlin feierte im März seinen **65.** Geburtstag.

Patrik Schmidt aus Hamburg feierte im April seinen **65.** Geburtstag.

Helmut Datzmann aus Herne feierte im Mai seinen **65.** Geburtstag.

Michele Ritzitelli aus Barletta (ITA) feierte im Juni seinen **65.** Geburtstag.

Halbjahresstatistik per 30.06.2011 (erstellt von Erika Köhn)

Name	Vorname	Ort	Nation	MNr.	A	Marathon	Ultras	Summe	Bem	Platz	Stand
Schröder	Christine	Hamburg	GER	257		42	8	50		1	30.06.2011
Gormanns	Kurt	Bramsche	GER	270		37	7	44		2	30.06.2011
Wieneke	Peter	Hanfelde	GER	42		33	7	40		3	30.06.2011
Ulmschneider	Klaus-Peter	Esslingen	GER	202		16	20	36		4	30.06.2011
Traeder	Martin	Sehnde	GER	307		29	7	36		4	30.06.2011
Mütze	Willem	Heerlen	NED	254		11	23	34		6	30.06.2011
Christensen	Claus	Rudkøbing	DK	316		33	0	33		7	30.06.2011
Eichner	Sigrid	Berlin	GER	4		26	6	32		8	30.06.2011
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	GER	2		27	5	32		8	30.06.2011
Pufahl	Rainer	Müssen	GER	273		31	1	32		8	30.06.2011
Honing	Gijs	Blokker	NED	128		16	14	30		11	30.06.2011
Kiene	Michael	Northeim	GER	308	A	25	5	30		11	30.06.2011
Neumann	Klaus	Stuttgart	GER	53		10	19	29		13	30.06.2011
Weitkämper	Wolfgang	Edewecht	GER	211		26	3	29		13	30.06.2011
Brämer	Rita	Itzehoe	GER	310	A	24	4	28		15	30.06.2011
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	ITA	127		18	9	27		16	30.06.2011
Scheffer	Ineke	Leens	NL	303		20	7	27		16	30.06.2011
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	GER	241		10	15	25		18	30.06.2011
Mattejet	Carsten	Lilienthal	GER	182		11	13	24		19	30.06.2011
Bicher	Stefan	Berlin	GER	276		19	5	24		19	30.06.2011
von Palombini	Jobst	Bad Eilsen	GER	29		21	2	23		21	30.06.2011
Preisler	Horst	Hamburg	GER	200	E	23	0	23	1)	21	30.06.2011
Feldmann	Hartmut	Hamburg	GER	34		16	5	21		23	30.06.2011
Braun	Helmut	Bielefeld	GER	192		18	2	20		24	30.06.2011
Radzuweit	Thomas	Hamburg	GER	124		13	5	18		25	30.06.2011
Kuhlmyer Dr.	Jürgen	Oldenburg	GER	43		13	5	18		25	30.06.2011
Slaaf	Sjoerd	Groningen	NED	99		17	1	18		25	30.06.2011
Sagasser	Mario	Henstedt-Ullzburg	GER	172		17	1	18		25	30.06.2011
Biallas	Jürgen	Iserlohn	GER	148		3	14	17		29	30.06.2011
Spieker	Johann	Laar	GER	135		15	2	17		29	30.06.2011
Mintgen	Dietmar	Nickenich	GER	237		3	13	16		31	30.06.2011
Gargano	Angela	Barletta	ITA	115		8	8	16		31	30.06.2011
Steuck	Ekkehard	Taubenheim	GER	67		12	4	16		31	30.06.2011
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	GER	288		13	3	16		31	30.06.2011
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	GER	278	A	14	2	16		31	30.06.2011
Vollmer	Ralf	Buxtehude	GER	255		15	1	16		31	30.06.2011
Schlüter	Gabriel	Wiesbaden	GER	220		6	9	15		37	30.06.2011
Basel	Daniel	Weinheim	GER	138		9	6	15		37	30.06.2011
Niehuß	Ulrich	Hamburg	GER	289	A	14	1	15		37	30.06.2011
Schmidt-Soltau	Peer	Mettmann	GER	292		10	4	14		40	30.06.2011
Rizzitelli	Michele	Barletta	ITA	116		10	4	14		41	30.06.2011
Schmitz	Siegfried	Kiel	GER	57		11	3	14		41	30.06.2011
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	GER	196		12	2	14		41	30.06.2011
Kohl	Heinz-Helmuth	Drochtersen-Assel	GER	268		9	4	13		44	30.06.2011
König	Jörg	Stade	GER	222		9	4	13		44	30.06.2011
Braun	Andreas	Berlin	GER	317		10	3	13		44	30.06.2011
Keelan	Bettina	Berlin	GER	318		10	3	13		44	30.06.2011
Britz	Werner	Aurich	GER	226		10	3	13		44	30.06.2011
Rolfes	Maria	Lohne	GER	294		12	1	13		44	30.06.2011
Gerlach	Jörg	Bergkamen	GER	208		7	5	12		50	30.06.2011
Sagasser	Doris	Henstedt-Ullzburg	GER	171		11	1	12		50	30.06.2011
Köhn	Erika	Tangstedt	GER	272		11	1	12		50	30.06.2011
Heyer	Günter	Kiel	GER	212		11	1	12		50	30.06.2011
Halder	Roland	Köln	GER	302		11	1	12		50	30.06.2011
Simon	Ralf	Oberursel	GER	247		2	9	11		55	30.06.2011
Kortyka	Joachim	Speyer	GER	287		7	4	11		55	30.06.2011
Kellermann	Peter	Hamburg	GER	271		9	2	11		55	30.06.2011
Soff	Andreas	Unterwellenborn	GER	281		7	3	10		58	30.06.2011
Möhle	Marion	Darmstadt	GER	282		7	3	10		58	30.06.2011
Randt	Christoph	Mannheim	GER	139		8	2	10		58	30.06.2011
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	GER	160		8	2	10		58	30.06.2011
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	GER	244		9	1	10		58	30.06.2011
Klatt	Dirk	Neuwied	GER	290		6	3	9		63	30.06.2011
Iffert	Friedrich	Kassel	GER	32		7	2	9		63	30.06.2011
Wenzel Dr.	Christoph	Gifhorn	GER	44		9	0	9		63	30.06.2011
Geistert	Reinhard	Norderstedt	GER	105		9	0	9		63	30.06.2011

Name	Vorname	Ort	Nation	MNr.	A	Marathon	Ultras	Summe	Bem	Platz	Stand
Papcke	Gerd	Stuttgart	GER	100		9	0	9		63	30.06.2011
Schwabe	Wolfgang	Nordstemmen	GER	69		9	0	9		63	30.06.2011
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	GER	223		9	0	9		63	30.06.2011
Behrmann	Heinz	Kiel	GER	158		6	2	8		70	30.06.2011
Franck	Arne	Kaltenkirchen	GER	175		8	0	8		70	30.06.2011
Petersen	Harald	Klausdorf	GER	106		8	0	8		70	30.06.2011
Eipper	Götz W.	Hamburg	GER	114		8	0	8		70	30.06.2011
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	GER	285		4	3	7		74	30.06.2011
Weber	Michael	Stuttgart	GER	87		5	2	7		74	30.06.2011
Neumeister	Klaus	Gladenbach	GER	13		5	2	7		74	30.06.2011
Pflügler	Christian	Münster	GER	253	A	6	1	7		74	30.06.2011
Wertz	Renate	Offenburg	GER	203		7	0	7		74	30.06.2011
Schäfers	Gotfried	Altenberge	GER	178		7	0	7		74	30.06.2011
Froonhoff	Rob	Amersfoort	NED	119		7	0	7		74	30.06.2011
Gierse	Gerold	Wildeshausen	GER	79		4	2	6		81	30.06.2011
Reich	Daniel	Weisenhofen	SUI	315	A	6	0	6		81	30.06.2011
Schwengler	Franz	Nürnberg	GER	74		6	0	6		81	30.06.2011
Barthelmann	Joachim	Koblenz	GER	191		0	5	5		84	30.06.2011
Merker	Dieter	Hamburg	GER	60		1	4	5		84	30.06.2011
Scheer	Oliver	Hamburg	GER	165		3	2	5		84	30.06.2011
Rösner	Karl-Ernst	Haan	GER	8		3	2	5		84	30.06.2011
Kotman	Gerhard	Schüttorf	GER	312		4	1	5		84	30.06.2011
Stamper	Hartmann	Völs am Schlern	ITA	301		5	0	5		84	30.06.2011
Berka	Frank	Hamburg	GER	168		5	0	5		84	30.06.2011
Winkler	Ingolf	Neuss	GER	309	A	5	0	5		84	30.06.2011
Kunze	Christel	Hamburg	GER	149		0	4	4		92	30.06.2011
Weidemann	Friedhelm	Sassenburg-Stüde	GER	16		2	2	4		92	30.06.2011
Rohde	Klaus	Jena	GER	33		3	1	4		92	30.06.2011
Eberle	Gunla	Seevetal	GER	179		0	3	3		95	30.06.2011
Richter	Michael	Braunschweig	GER	157		2	1	3		95	30.06.2011
Tauber	Lothar	Zwickau	GER	68		3	0	3		95	30.06.2011
SchmidtKonz	Thomas	Forchheim	GER	291		1	1	2		98	30.06.2011
Timmerman	René	Herdecke	GER	52		2	0	2		98	30.06.2011
Wolf	Dieter	Röpersdorf	GER	15		2	0	2		98	30.06.2011
Henke	Dr. Volkmar	Rheine	GER	17		2	0	2		98	30.06.2011
Hirschberger	Torsten	Hannover	GER	125		2	0	2		98	30.06.2011
Turzynski	Michael	Hannover	GER	10		1	0	1		103	30.06.2011
Larimo	Tapani	Seinäjäki	FIN	120		1	0	1		103	30.06.2011
Kaselow	Wolfgang	Eutin	GER	242	A	1	0	1		103	30.06.2011
							1118	371	1489		
Summe:							M	U	M + U	30.06.2011	

Meldungen, die bis zum 20. Juli 2011 eingegangen sind, wurden berücksichtigt.

- A Anwärter E Ehrenmitglied
- * Listen liegen vor, aber Mitglied erst ab nach dem 30.06.2011
- 1) Es liegt ausschließlich die Anzahl der Läufe vor

Gesamtstatistik per 30.06.2011 (erstellt von Erika Köhn)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Preisler	Horst	Hamburg	1935	GER	200	E	1359	377	1736	1)	1	30.06.2011
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4		943	664	1607		2	30.06.2011
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2		953	395	1348		3	30.06.2011
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254		417	703	1120		4	30.06.2011
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42		792	113	905		5	30.06.2011
Wallesch	René	Geesthacht	1972	GER	12		574	207	781		6	30.06.2010
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53		319	347	666		7	30.06.2011
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99		545	112	657		8	30.06.2011
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118		507	129	636		9	31.12.2010
Ancora	Vito Piero	San Vito Norman-	1953	ITA	127		453	111	564		10	31.03.2011
Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	P	364	185	549		11	31.12.1999
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128		395	118	513		12	30.06.2011
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115		397	115	512		13	30.06.2011
König	Jörg	Stade	1949	GER	222		233	276	509		14	30.06.2011
Selch	Werner	Amberg	1951	GER	209		218	273	491		15	31.12.2010
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116		392	92	484		16	30.06.2011
Dolphin	Bob	Renton	1929	USA	104		434	44	478		17	31.12.2010
Rösner	Karl-Ernst	Haan	1938	GER	8		314	159	473		18	30.06.2011
Penzel	Gerhard	Hamburg	1942	GER	169		321	148	469		19	31.12.2010
Feldmann	Hartmut	Hamburg	1951	GER	34		315	138	453		20	30.06.2011
Steuck	Ekkehard	Taubenheim	1944	GER	67		374	69	443		21	30.06.2011
von Palombini	Jobst	Bad Eisen	1969	GER	29		306	126	432		22	30.06.2011
Kuhlmeier Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43		338	70	408		23	30.06.2011
Scheffer	Ineke	Leens	1958	NL	303		298	101	399		24	30.06.2011
Barthelmann	Joachim	Koblenz	1949	GER	191		227	170	397		25	30.06.2011
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194		289	99	388		26	30.06.2011
Wenzel Dr.	Christoph	Gifhorn	1960	GER	44		274	106	380		27	30.06.2011
Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100		336	33	369		28	30.06.2011
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17		344	23	367		29	30.06.2011
Basel	Daniel	Weinheim	1952	GER	138		299	66	365		30	30.06.2011
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148		155	205	360		31	30.06.2011
Jost	Karl-Heinz	Kiel	1937	GER	48		204	146	350		32	31.12.2010
Ulmschneider	Klaus-Peter	Esslingen	1962	GER	202		213	133	346		33	30.06.2011
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135		254	89	343		34	30.06.2011
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124		284	57	341		35	30.06.2011
Sonntag	Werner	Ostfildern	1926	GER	3	E	190	149	339		36	31.12.2010
Petersen	Harald	Klausdorf	1943	GER	106		274	63	337		37	30.06.2011
Szlachetka	Barbara	Hamburg	1956	POL	28	E	279	57	336		38	1956-2005
Frank	Rolf	Hohenaspe	1937	GER	6		247	86	333		39	30.06.2011
Schwabe	Wolfgang	Nordstemmen	1954	GER	69		307	25	332		40	30.06.2011
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122		211	119	330		41	31.12.2009
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217		220	109	329		42	31.12.2008
Teichert	Jürgen	Nürnberg	1968	GER	150		257	68	325		43	31.12.2010
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10		268	51	319		44	30.06.2011
Matteijet	Carsten	Lilienthal	1969	GER	182		237	75	312		45	30.06.2011
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139		267	34	301		46	30.06.2011
Gehrke	Lothar	Hamburg	1939	GER	85	E	266	29	295		47	1939-2010
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172		250	32	282		48	30.06.2011
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57		220	61	281		49	30.06.2011
Heinig	Marcel	Cottbus	1981	GER	186		150	127	277		50	31.12.2009
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152		240	37	277		50	31.12.2010
Weitkämper	Wolfgang	Edewecht	1960	GER	211		252	24	276		52	30.06.2011
Dahl	Marianne	Burgwedel	1943	GER	199		156	117	273		53	31.12.2010
Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192		257	13	270	2)	54	30.06.2011
Wolf	Dieter	Röpersdorf	1939	GER	15		244	23	267		55	30.06.2011
Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32		169	95	264		56	31.12.2010
Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114		247	17	264		56	30.06.2011
Schröder	Christine	Hamburg	1958	GER	257		227	36	263		58	31.12.2010
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241		191	71	262		59	30.06.2011
Sesterheim	Bernhard	Leiwen	1945	GER	121		174	87	261		60	31.12.2009

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208		178	81	259		61	30.06.2011
Werz	Renate	Offenburg	1947	GER	203		235	23	258		62	30.06.2011
Schiebel	Thomas	Dresden	1954	GER	84		210	47	257		63	1954-2006
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87		236	18	254		64	30.06.2011
Behrmann	Heinz	Kiel	1952	GER	158		216	36	252		65	30.06.2011
Urbach	Helmut	Porz	1940	GER	77		200	50	250		66	30.09.2001
Serafin	Reinhold	Giefßen	1934	GER	56		172	76	248		67	30.06.2005
Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55		101	146	247		68	30.06.2010
van Nahmen	Heinrich	Alpen	1950	GER	117		243	3	246		69	31.12.2008
Schwarz	Konrad	Hamburg	1956	GER	62		188	57	245		70	31.12.2009
Weidemann	Friedhelm	Sachsenburg-	1959	GER	16		219	24	243		71	30.06.2011
Euverman	Herman	Zwolle	1953	NED	184		175	67	242		72	31.12.2010
Kießling	Achim	München	1939	GER	65		224	16	240		73	31.12.2006
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119		188	50	238		74	30.06.2011
Schwensfeier	Uwe	Haltern	1953	GER	145		124	112	236		75	31.12.2008
Rüdig	Otmar	Neuwied	1943	GER	89		151	81	232		76	31.12.2010
Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296		230	0	230		77	10.10.2010
Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9		204	25	229		78	31.12.2009
Timmerman	René	Herdecke	1954	GER	52		166	63	229		78	30.06.2011
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212		194	31	225		80	30.06.2011
Jaouen	Jean-Benoit	St-Pol-de-Léon	1958	FRN	213		113	111	224		81	31.12.2010
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285		192	30	222		82	30.06.2011
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168		216	5	221		83	30.06.2011
Frenken	Han	Stein	1962	NED	93		130	90	220		84	31.12.2010
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79		138	82	220		84	30.06.2011
Christensen	Claus	Rudkobing	1960	DK	316		205	14	219		86	30.06.2011
Artz	Richard	Leverkusen	1948	GER	109		165	50	215		87	31.12.2010
Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270		162	47	209		88	30.06.2011
Frixe	Eberhard	Meine	1950	GER	14		145	63	208		89	31.12.2007
Tauber	Lothar	Zwickau	1935	GER	68		188	20	208		89	30.06.2011
Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33		176	30	206		91	30.06.2011
Schneider	Sabine	Heimborn	1963	GER	201		188	13	201		92	31.12.2010
Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74		200	0	200		93	30.06.2011
Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178		194	5	199		94	30.06.2011
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196		155	41	196		95	30.06.2011
Graham	Peter	London	1965	GBR	63		193	0	193		96	31.12.2004
Jung	Helmut	Kaltenkirchen	1935	GER	174		190	2	192		97	1935-2007
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175		189	3	192		97	30.06.2011
Geistert	Reinhard	Norderstedt	1952	GER	105		157	35	192		97	30.06.2011
Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273		167	23	190		100	30.06.2011
Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7		175	13	188		101	31.12.2007
Merker	Dieter	Hamburg	1966	GER	60		141	47	188		101	30.06.2011
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223		184	3	187		103	30.06.2011
Bellwart	Günter	Sachsenburg-	1941	GER	142		180	5	185		104	31.12.2010
Simon	Ralf	Oberursel	1958	GER	247		102	82	184		105	30.06.2011
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237		122	62	184		105	30.06.2011
van Es	Dick	Den Haag	1942	NED	180		153	28	181		107	31.12.2010
Schlüter	Gabriel	Wiesbaden	1949	GER	220		82	99	181		107	30.06.2011
Reh	Hubertus	Bad Krozingen	1935	GER	18		160	19	179		109	30.06.2010
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13		168	8	176		110	30.06.2011
Stamper	Hartmann	Völs am Schiern	1960	ITA	301		175	0	175		111	30.06.2011
Willems	André	Troisdorf	1967	GER	108		148	26	174		112	31.12.2010
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232		75	98	173		113	31.12.2010
Steinberg	Antonius	LenneStadt	1947	GER	24		165	8	173		113	31.12.2005
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171		161	10	171		115	30.06.2011
Wieser	Leonhard	Reutlingen	1940	AUT	146		144	26	170		116	31.12.2010
Descombes	Michel	Ebsdorfergrund	1941	GER	275		168	0	168		117	31.12.2009
Schmidt-Dumont	Ingo	Hamburg	1940	GER	35		131	37	168		117	30.06.2006
Hummel	Helmut	Waldkirch	1942	GER	97		153	15	168		117	31.12.2007
Genz	Peter	Schwarzenbek	1954	GER	261		115	52	167		120	31.12.2010
Tomaschewski	Ulrich	Craillsheim	1954	GER	233		112	53	165		121	30.06.2010
Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58		118	40	158		122	31.12.2010
van der Steen	Hans	Ridderkerk	1944	NED	71		128	28	156		123	30.06.2002

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185		137	19	156		123	31.12.2010
Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11		120	34	154		125	31.12.2009
Gaemlich	Bernd	Castrop-Rauxel	1959	GER	64		147	5	152		126	31.12.2009
Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225		125	26	151		127	31.12.2009
Kellermann	Peter	Hamburg	1957	GER	271		126	25	151		127	30.06.2011
Urbach	Ingeborg	Porz	1953	GER	78		100	50	150		129	30.09.2001
Waßmer	Alfred	Aßlar / Werdorf	1959	GER	163		104	45	149		130	31.12.2008
Larimo	Tapani	Seinäjäki	1950	FIN	120		146	0	146		131	30.06.2011
Schlüter	Eva	Kuhardt	1968	GER	274		79	66	145		132	30.06.2011
Liszewitz	Dagmar	Köln	1962	GER	210		61	83	144		133	31.12.2009
Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92		80	62	142		134	31.12.2003
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157		102	37	139		135	30.06.2011
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226		124	14	138		136	30.06.2011
Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134		102	34	136		137	31.12.2007
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125		85	51	136		137	30.06.2011
Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195		90	45	135		139	31.12.2009
Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238		135	0	135		139	31.12.2008
Witting Dr.	Alfred	Wuppertal	1956	GER	229		82	53	135		141	30.06.2010
Cavelti	Reto	Meilen	1940	SUI	110		131	3	134		142	31.12.2009
Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51		102	32	134		142	31.12.2007
Liedtke	Otto	Gifhorn	1960	GER	176		108	25	133		144	31.12.2008
Datzmann	Helmut	Roth	1946	GER	198		92	41	133		144	31.12.2010
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272		118	14	132		146	30.06.2011
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288		115	17	132		146	30.06.2011
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207		128	3	131		148	31.12.2009
Gebhardt	Kurt	Babenhausen	1952	GER	243		112	18	130		149	31.12.2008
Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246		116	14	130		149	31.12.2009
Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49		42	87	129		151	30.06.2008
Braß	Günther	Singen	1930	GER	19		119	9	128		152	31.12.2003
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216		106	22	128		152	31.12.2010
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255		106	22	128		152	30.06.2011
Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159		121	6	127		155	31.12.2005
Albrecht	Bernd	Schwalmsstadt	1940	GER	284		69	58	127		155	30.06.2010
Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281		109	17	126		157	30.06.2011
Jantzen	Gerd	Haseldorf	1940	GER	181		116	10	126		157	31.12.2009
Krasel	Klaus-Dieter	Kürten-Bechen	1941	GER	141		113	13	126		157	31.12.2009
Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101		104	22	126		157	31.12.2007
Kohl	Heinz-Helm.	Drochtersen-Ass.	1947	GER	268		93	33	126		157	30.06.2011
Braun	Andreas	Berlin	1951	GER	317		87	39	126		157	30.06.2011
Wiegand	Kalle	Wilhelmshaven	1945	GER	190		60	65	125		163	31.12.2009
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256		108	16	124		164	31.12.2010
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294		96	27	123		165	30.06.2011
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287		83	40	123		165	30.06.2011
Henkel	Heiko	Bad Schwartau	1959	GER	61		103	19	122		167	31.12.2007
Dreilich	André	Borsdorf	1960	GER	183		68	54	122		167	31.12.2009
Traeder	Martin	Sehnde	1990	GER	307		97	25	122		167	31.12.2010
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179		105	16	121		170	30.06.2011
Kunze	Christel	Hamburg	1937	GER	149		91	30	121		170	30.06.2011
Moser	Benno	Berneck	1943	SUI	143		111	9	120		172	31.12.2008
Mohr	Johannes	Mörfelden	1934	GER	126		82	38	120		172	31.12.2009
Schmidt-Soltau	Peer	Mettmann	1981	GER	292		102	18	120		172	30.06.2011
Walter	Frank	Schramberg-	1941	GER	286		103	14	117		175	04.04.2010
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282		90	27	117		175	30.06.2011
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264		71	44	115		177	31.12.2009
Scheer	Oliver	Hamburg	1967	GER	165		74	41	115		177	30.06.2011
Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219		102	12	114		179	31.12.2007
Waye	Oswald	London	1949	GBR	300		114	0	114		179	31.12.2010
Klatt	Dirk	Neuwied	1959	GER	290		88	26	114		179	30.06.2011
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244		105	8	113		182	30.06.2011
Halder	Roland	Köln	1970	GER	302		83	30	113		183	30.06.2011
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277		99	12	111		184	31.12.2010
Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259		100	11	111		185	31.12.2009
Dietz	Ralph	Salzkotten	1962	GER	188		33	78	111		186	31.12.2007

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147		110	0	110		187	31.12.2007
Keelan	Bettina	Berlin	1957	GER	318		71	39	110		187	30.06.2011
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276		74	36	110		187	30.06.2011
Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250		101	8	109		190	31.12.2010
Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283		84	25	109		190	26.01.2010
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291		95	14	109		190	30.06.2011
Bendin	Davor	Hamburg	1971	GER	151		47	61	108		193	30.06.2006
Eller	Thomas	Grafschaft	1961	GER	304		37	70	107		194	31.12.2010
Grimpe-	Niels	Klein Lützel	1966	GER	218		82	23	105		195	31.12.2010
Kotman	Gerhard	Schüttorf	1956	GER	311		80	25	105		195	30.06.2011
Huget	Manfred	Dornhan	1953	GER	299		35	69	104		197	03.10.2010
Schulte	Uli	Schwanewede	1955	GER	111		71	32	103		198	31.12.2007
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293		71	31	102		199	31.12.2010
Stein	Elmar	Weimar-	1950	GER	262		100	2	102		199	31.12.2010
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160		87	15	102		199	30.06.2011
Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230		100	0	100		202	31.12.2008
Scherer	Rainer	München	1943	GER	298		100	0	100		202	10.10.2010
Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96		70	30	100		202	31.12.2005
Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295		98	2	100		202	13.06.2010
Böttger	Rolf	Syke-Riestedt	1953	GER	228		88	12	100		202	31.12.2010
Pflügler	Christian	Münster	1967	GER	253	A	59	37	96		207	30.06.2011
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	A	84	10	94		208	31.12.2010
Koch	Steven	Erfurt	1979	GER	140	A	69	24	93		209	31.12.2009
Niehuß	Ulrich	Hamburg	1969	GER	289	A	79	13	92		210	30.06.2011
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314	A	90	0	90		211	01.04.2011
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269	A	84	5	89		212	31.12.2009
Goile	Tanja	Kiel	1972	GER	193	A	64	19	83		213	31.12.2010
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	A	71	12	83		213	31.12.2007
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	A	71	10	81		215	30.06.2011
Brämer	Rita	Itzehoe	1963	GER	310	A	62	10	72		216	30.06.2011
Lange Dr.	Hans-Jürgen	Rellingen	1950	GER	251	A	71	0	71		217	31.12.2010
Penalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279	A	60	9	69		219	31.12.2010
Förster	Udo	Herne	1965	GER	204	A	58	3	61		220	31.12.2010
Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	A	53	3	56		221	31.12.2007
Cavaleiro Dr.	Claudia	Viersen	1970	GER	248	A	54	0	54		222	30.06.2008
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	1982	GER	278	A	49	5	54		222	30.06.2011
Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	A	44	6	50		224	31.12.2009
Lichtsinn	Rainer	Wedel	1971	GER	305	A	39	5	44		225	31.12.2010
Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	A	17	26	43		226	31.12.2008
Jäger	Nicole	Herne	1970	GER	205	A	39	2	41		227	31.12.2010
Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	A	13	26	39		228	31.12.2009
Fust	Ulrich	Essen	1961	GER	221	A	32	6	38		229	31.12.2006
Hatze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	A	38	0	38		229	31.12.2010
Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	A	34	1	35		231	30.06.2011
Heide	Heike	Bünde	1956	GER	170	A	31	2	33		232	31.12.2006
Richter	Andreas	Hamburg	1958	GER	313	A	23	8	31		233	17.02.2011
Pfaffe	Andreas	Hamburg	1962	GER	263	A	26	4	30		234	31.12.2009
Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	A	30	0	30		234	30.06.2007
Ingolf	Winkler	Neuss	1972	GER	309	A	25	3	28		236	30.06.2011
Bauer	Henrik	Bredenberg	1968	GER	239	A	25	1	26		237	31.12.2010
Reich	Daniel	Deisenhofen	1958	SUI	315	A	18	0	18		238	30.06.2011
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	A	9	0	9		239	31.12.2010

40259 12791 **53050**

Summe über alle Läufe: M U **M+U**

30.06.2011

Meldungen, die bis zum 20. Juli 2011 eingegangen sind, wurden berücksichtigt.

- A Anwärter
- E Ehrenmitglied
- P Passives Mitglied
- * Listen liegen vor, aber Mitglied erst ab nach dem 30.06.2011
- 1) Es liegt ausschließlich die Anzahl der Läufe vor
- 2) Für das erste Halbjahr 2011 liegt nur die Anzahl der Läufe vor

Inhalt

Adressen	2
Vorstandsinformationen	3
Protokoll der Mitgliederversammlung am 2.04. in Kiel-Holtenau	3
Berichte unserer Mitglieder	6
Ausflug ins Frankenland	6
Eine Einladung nach Linz	7
Helgoland 1600	8
1000 km Biel	9
Super Marathon Zermatt	14
Wie Horst die Weltspitze übernahm	15
Presseberichte	16
Durchs Death Valley und über den Baikalsee	16
Der Marathon-Mann	18
Personalien	19
Neue Mitglieder	19
Jubiläen	20
Geburtstage	20
Halbjahresstatistik per 30.06.2011 (erstellt von Erika Köhn)	21
Gesamtstatistik per 30.06.2011 (erstellt von Erika Köhn)	23
Impressum	27

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC aktuell“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	Induprint Stuttgart
Auflage:	250 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC aktuell“ 3/2011 erscheint Mitte November 2011 Redaktionsschluss: 31.10.2011 Zuschriften an die Redaktion (siehe Adressen) per E-Mail oder Post
Urheberrecht:	Nachdruck nur nach Rücksprache mit dem Autor gestattet
V.i.S.d.P.R.	Peter Genz

Bankverbindung: Hamburger Sparkasse Konto 1254 122 805 / BLZ 200 505 50
IBAN DE66 20050550 1254122805 / BIC HASPDEH



Sigrid Eichner unterwegs.

nur um Marathon. Wir bieten auch kürzere Strecken an', verrät Eichner. Sie selbst organisiert an gleicher Stelle im Februar, karfreitags und jeweils am vierten Adventwochenende die Marathonläufe an der „Kippe“. Zu letzterem Termin sogar als „Doppeldecker“ mit Samstag- und Sonntagstartmöglichkeit. Zwischen Weihnachten und Neujahr bietet sie seit einigen Jahren täglich einen Marathontermin auf der 5-km-Runde im Berliner Pläuserwald an.

Club der Hunderter

Sigrid Eichner und andere des „100 Marathon Clubs“ – darin kann erst Mitglied werden, wer 100 Marathonläufe (oder über eine längere Distanz) absolviert hat – nutzen die Kleinveranstaltungen meist selbst, um ihrer Marathon-Sammelliebeschaft nachzukommen. Sigrid Eichner dürfte mit weit über 1.583 Marathon- bzw. Ultra-Läufen die „Wolfskiste“ bei den Frauen halten. Bereits 230 Mitglieder hat der Verein. Auf der Website www.100mc.de gibt es jede Menge

Spitzenreiter in der Marathonstatistik

des 100 Marathon Club Deutschland e.V. (Stand 31.12.2010)

- 1.713 – Horst Pradier (Hamburg/Jahrgang1935)
 - 1.651 – Christian Hottas (Hamburg/1956)
 - 1.575 – Sigrid Eichner (Berlin/1940)
 - 1.316 – Hans-Joachim Meyer(Hamburg/1939)
 - 1.086 – Willem Mutze (Heerlen/ NED/1956)
 - 865 – Peter Wienske (Hannfelde/1946)
- Quelle: www.100mc.de



Informationen. Die Protokolle der Veranstaltungen werden zeitnah eingestellt. Neben Berlin gibt es auch am Vereinsitz in Hamburg ständig Marathontermine am Ojendorfer See. Weitere Orte sind Bad Ems und Lilienthal bei Bremen.

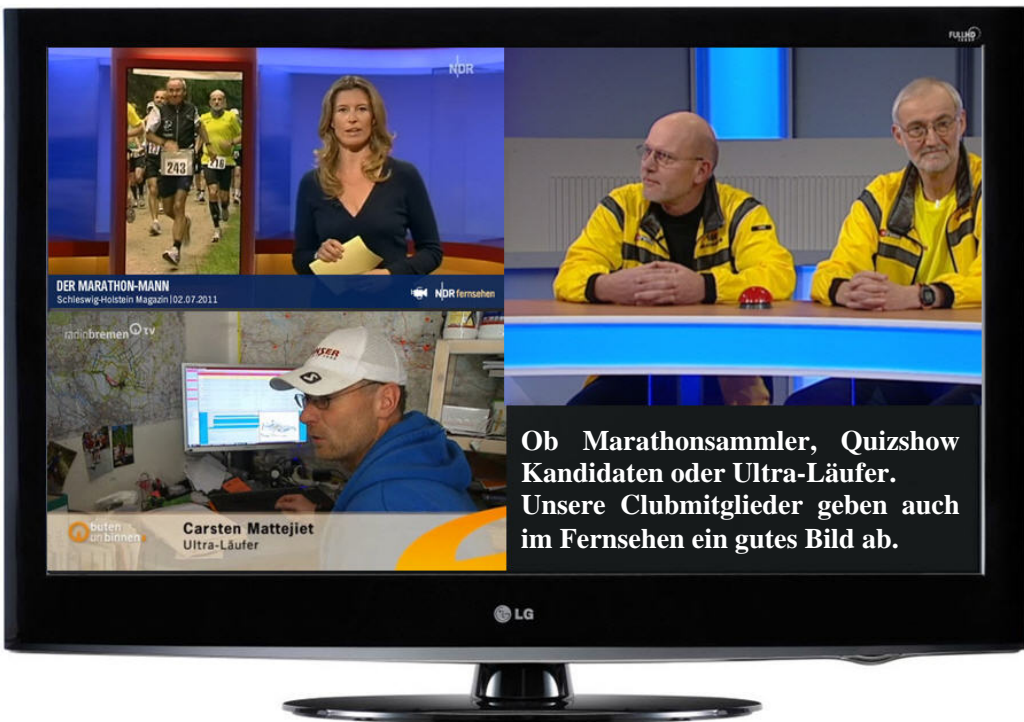
Auf der Runde an der „Kippe“ in Berlin hatten die 15 Teilnehmer am besagten Wintertag kein leichtes Rennen. 54 hieß es bergauf und bergab. Insgesamt kamen da rund 3000 Höhenmeter zusammen. Ein gutes Training zur Vorbereitung auf den Renneitstufgub, meinte Michael Hopp. Seine Zeit von 4:40 Stunden für die Strapaze stimmte ihn zufrieden. „Es war ein gutes Training, hier ging es nicht um Zeiten. Die Selbstbedienung am Verpflegungspunkt hat allein schon viel Zeit gekostet.“

Um Zeiten geht und ging es den Marathon-samm- lern vom Hunderterkub wohl noch nie. Für sie zählt allein die fortschreitende Anzahl der absolvierten langen Karten. Einmal mehr eine Interpretation des sprichwörtlichen klassischen Olym-pischen Gedankens – dabei sein ist alles ... Text und Fotos: Wolfgang Weising



Der Ultraläufer
MARATHONZIEL: 3:30 BIS 3:40 STUNDEN
Oliver Schaefer, 43, Hamburg, Barista/Fachmann und Personal Trainer

Laufmagazine schreiben gerne über unseren Club oder dessen Mitglieder.



Ob Marathonsammler, Quizshow Kandidaten oder Ultra-Läufer. Unsere Clubmitglieder geben auch im Fernsehen ein gutes Bild ab.