

Liebe Freundinnen und Freunde des Ausdauersportes, das war ein Wochenende! Unser Laufteam Kassel stellte sich hervorragend bei der DM im Halbmarathon in Freiburg, den Hessischen Meisterschaften in Hünfeld und beim Nordhessencup-Highlight in Hofgeismar den Sportinteressierten vor. Mit einer Deutschen Meisterschaft, einem Team-Silber-Rang, zwei hessischen Meistertiteln und mehreren Volkslauf-Platzierungen konnten wir ein erfolgreiches Wochenende verzeichnen. Der Dank gilt allen Athleten und den Betreuern für ihren Einsatz.

Morchner holt Titel, Mannschaft Silber

Mit zwei Medaillen kehrte die kleine Mannschaft des Laufteam Kassel von den Deutschen Halbmarathon-Meisterschaften in Freiburg zurück. Und es waren die Frauen, die für die "Orangenen" die Akzente setzten. Sandra Morchner wurde dabei ihrer Favoritenrolle gerecht und holte sich wie im Vorjahr die Meisterschaft in der W45. Die Deutsche Altersklassenrekordhalterin blieb dabei in 1:17:47 Minuten nur 36 Sekunden über ihrer beim EAM Kassel Marathon aufgestellten Bestmarke. Und das, obwohl sie in den letzten Wochen angeschlagen war. Im Gesamtklassament verbesserte sich die Sylterin wenige Tage vor ihrem 48. Geburtstag gegenüber 2018 noch um zwei Plätze auf einen starken sechsten Rang. Und die Konkurrenz in den Top Zehn war auch diesmal deutlich jünger - Meisterin Miriam Dattke (LG Telis Finanz Regensburg, 1:11:56) beispielweise ist erst 20 Jahre. In Morchners Sog liefen auch ihre Laufteam-Kameradinnen Ewa Grazyna Szczeblewski (5. W45, 1:35:52) und Alejandra Schütz (7. W45, 1:41:44) mit ihr in 4:35:25 zur Mannschafts-Vizemeisterschaft in der W35/45. "Ich freue mich natürlich sehr über meine Titelverteidigung und über den Vize-Titel mit Ewa und Alejandra", sagte Sandra Morchner nach dem Lauf, "nach der zweiwöchigen Bronchitis war nicht mehr drin. Nun heißt es: vollständig genesen und Kräfte sammeln für Düsseldorf." In der Nordrhein-Westfälischen Landeshauptstadt möchte sie Ende April auch über die Marathon-Distanz wie im Vorjahr Deutsche Meisterin W45 werden. Dort gehen die Kasseler Frauen mit einem noch stärkeren Team an den Start.



Die Männer des Laufteam Kassel verpassten auf der kurvenreichen und durchaus welligen Strecke und bei nicht einfachen Witterungsbedingungen mit Temperaturen um knapp zehn Grad eine Team-Medaille als Vierte in der M40/45 3:54:09 nur knapp, freuten sich dennoch über ihre Platzierung. Felix Kaiser als Schnellster lief in 1:15:54 auch in der Einzelwertung der M40 mit dem vierten Platz nur hauchdünn am Podium vorbei. Björn Temmler (12. M40/1:18:57) und Daniel Asare (10. M45/1:19:18),

der nachmittags zuvor noch im Polizeieinsatz beim Fußball in Kassel war und erst spät anreisen konnte, komplettierten die Mannschaft. Vierter Starter des Laufteam Kassel war Christoph Luckhard (24. M40/1:32:14).

"Wir sind mit unserem Abschneiden sehr zufrieden, vor allem, weil wir ja nicht in der kompletten Besetzung angetreten sind. Fast alle waren im Bereich ihrer Bestleistungen. Der sechste Gesamtplatz von Sandra Morchner ist einfach überragend", so Winfried Aufenanger, Sportlicher Leiter des Laufteam Kassel. (mikü)

Zwei Hessenmeistertitel in Hünfeld

Im osthessischen Hünfeld veranstaltete der HLV seine diesjährigen Landesmeisterschaften über 10.000 Meter. Trotz der zwei Titel muss die Veranstaltung aus unserer Sicht auch kritisch gesehen werden. Waren es die warmen Temperaturen bis 20 Grad, der Pollenflug oder der Leistungszustand, dass mit Philipp Stuckhardt und Marius Puchta zwei Läufer das Ziel nicht erreichten? Trotz der beiden Meistertitel durch Jens Nerkamp in der M30 nach 31:36 Minuten, Niko Dorka in der M35 nach 36:49 Minuten und dem dritten Platz von Tom Ring in der Hauptklasse nach 33:12 Minuten zeigte sich Betreuer Lars Bergmann schon etwas irritiert. „Die Jungs haben alles gegeben und wollen sich bei den nächsten Großereignissen deutlich steigern,“ so der 1,90-Mann nach seinem Betreuer-Einsatz.

Äußerst zufrieden war er mit der Leistung unseres 14-jährigen Moritz Kleesick, nach dem tollen 5 Kilometer-Lauf (17:22 Minuten) von Fritzlar gelang dem Schüler des Friedrichsgymnasium über 3000 Meter eine Leistung unter 10 Minuten.



Weitere Ergebnisse: www.laportal.net/Competitions/Resultoverview/1544

Lagegespräch nach den Wettkämpfen

Bereits nach den Wettkämpfen in Hünfeld und Freiburg trafen sich die Akteure zu einem Abschlussgespräch in einer Pizzeria in Kirchheim. Der Zeitplan stimmte und die Betreuer Lars Bergmann und Winfried Aufenanger hatten den richtigen Zeitpunkt berechnet. Nach der Siegerehrung gegen 13.00 Uhr bei der DM in Freiburg und dem Einlauf der HM in Hünfeld fuhren beide „Teams“ zum vereinbarten Treffpunkt. Auf die Minute genau trafen die elf Athleten in Kirchheim ein. Die Freude war groß über die gelungene Umsetzung und bei Getränken und Essen wurden die Erfahrungen gegenseitig ausgetauscht.

Nordhessencup In Hofgeismar

Der Lauf der LT Hofgeismar konnte bei idealen Witterungsbedingungen 550 Läufer im Ziel im Angerstadion begrüßen. Eine gemischte Truppe des Laufteam Kassel nutzte die dritte Veranstaltung des diesjährigen Nordhessencups zu Erfolgserlebnissen. Nach dem harten Lauf in Warburg zeigte sich diesmal Wilfried Ehardt als Sieger der M70 in 26:23 Minuten von seiner besten Seite. In einem tollen Finish konnte er Sabine Bergmann knapp hinter sich lassen. Sabine zeigte ihre gute Leistungsfähigkeit als Zweite der W50 nach 26:30 Minuten.

Schmerzlich vermisst wurde Astrid Badenheuer in Freiburg. Leider konnte die Ärztin dort aus dienstlichen Gründen nicht starten. Umso glücklicher war sie nach ihrem Sieg in der W55 auf der 18,3-Kilometer Strecke nach 1:36,55 Stunden. „Ich gratuliere ausdrücklich meinen Vereinskameradinnen zu der tollen Leistung in Freiburg. Ich hoffe, auf der 10-Kilometer Distanz in Siegburg in einem Team zum Erfolg beizutragen,“ so Astrid nach ihrem zweiten Platz bei den Frauen.

Unser Oldie Wolfgang Betzin trieb in der M60 über 5 Kilometer die 12-jährige Elisa Aufenanger zu einer neuen persönlichen Bestleistung nach 22:05 Minuten. Damit wurde sie Gesamtzweite und Wolfgang platzierte sich sechs Sekunden später als Dritter seiner Altersklasse. „Mit Elisa machte es viel Spaß. Bergauf konnte ich ihr kaum folgen. Ich freue mich jetzt schon auf das



nächste Training im Auestadion mit ihr“, so Wolfgang. Natürlich freute sich auch Elisas Vater, unser Vereinsmitglied Bürgermeister Michael Aufenanger, der sich über 5 Kilometer wieder steigerte und nach 19:19 Minuten sogar die Klasse M40 gewann.

Nach der Ausbildung zum Walkingtrainer zeigte Kevin Warschun, was er an Motorik gelernt hat und walkte als Sieger der M30 die 9,7 Kilometer in 1:19:17 Stunden. „Nach zuletzt gesundheitlichen Problemen gibt mir dieser Erfolg viel Kraft, diesen schönen Sport auch als Ausgleich zu meiner beruflichen Situation bei der DB auszuüben,“ erklärte der hilfsbereite Kevin glückstrahlend im Ziel. Unsere Gratulation gilt den Organisatoren des LT Hofgeismars, die seit Jahren auch eine überragende Arbeit mit dem Marathon-Stützpunkt Hofgeismar leisten.

Hassan Jama Ige im Hafan der Ehe

Für viele kam es überraschend, unser Vereinsmitglied Hassan Jama Ige hatte sich für vier Wochen nach Dschibuti und Äthiopien zu einem Besuch seiner Familie abgemeldet. Insider wussten, dass ein Höhepunkt geplant war. Tatsächlich heiratete Hassan vor zwei Wochen im Rahmen eines großen Familienfestes. Hassan heiratete seine Jugendliebe Asma Idriss Soubaneh. Über Umwege kamen wir jetzt zu ersten Hochzeitsbildern.

Der bei Protex im Sicherheitsdienst angestellte Hassan ist jetzt bemüht, im Rahmen der Familienzusammenführung seine Frau nach Nordhessen zu holen. Der stark sozial engagierte Hassan hatte dann für seine Familie noch eine Überraschung mitgebracht. Er organisierte wie bereits im letzten Jahr einen kleinen Lauf. Näheres dazu in der nächsten Ausgabe.





Weitere Termine...

20.4.	Osterlauf	Paderborn	Meldung für 10k nicht mehr möglich Für 5 und HM sind noch Plätze frei
28.4.	DM Marathon	Düsseldorf	Meldung ist erfolgt

Termine Nordhessencup 2019

13.04	47. Volkslauf LG Kaufungen
20.04	41. Rotenburger Oster-Volkslauf
27.04	28. Volkslauf des TV Hess. Lichtenau
03.05	40. Nationaler Abendvolkslauf
11.05	30. Körler Volkslauf

Trainingszeiten

Wichtig: Für die Leistungsentwicklung haben wir das Training am Dienstag und Donnerstag im Auestadion um 17.45 Uhr und am Samstag, gleichzeitig als Lauftreff, das Training an der Hessenschanze um 10.00 Uhr vorgesehen.

Walking-Training am Marathon-Stützpunkt Nord immer montags um 17.30 Uhr.

Weiterhin wünschen wir Euch viel Freude und Erfolg beim Training.

Für die Mannschaft des Laufteam Kassel.

Mit laufendem Gruß

Winfried