

Liebe Freundinnen und Freunde des Ausdauersportes, ein ereignisreiches Wochenende liegt hinter uns. Wir sind immer bemüht euch aktuell zu informieren. Für Ideen und Zuschriften die unser Laufteam betreffen sind wir jederzeit dankbar. Viel Spaß beim Lesen.

M70 in Ingolstadt auf Platz 5

Als Titelverteidiger der M70 sind unsere drei Oldies zur DM-Cross nach Ingolstadt gefahren. Lisa Ebhardt hatte sich als Betreuerin selbstlos zur Verfügung gestellt. In der Heimatstadt des Bundesinnenministers schien es an diesem Tag wie verhext. Nach einem gemeinsamen Frühstück waren Wilfried Ebhardt, Klaus Kropsch und Walter Wetzke noch guter Dinge. Bei der Ortsbesichtigung verstärkte sich dieser Eindruck. Sie waren sich einig: Dies ist eine optimale Cross-Strecke. Dann sollte es aber anders kommen. Nach der ersten von drei Runden lagen alle noch dicht beisammen. Wilfried Ebhardt der zuvor noch Gewicht gemacht hatte, lief dann tatsächlich als Erster des Trios über die Ziellinie. Wo aber waren seine Mitstreiter geblieben? Klaus musste bereits nach der ersten Runde mit stechenden Hüftschmerzen Gehpausen einlegen. Noch schlimmer traf es Walter, der nach einem Sturz sogar das Rot-Kreuz-Zelt aufsuchen musste und dann entgegen dem Rat der Ersthelfer das Rennen wieder aufnahm. So wurde es nichts mit der Titelverteidigung, es blieb letztlich der fünfte Platz. Trotz der Enttäuschung wollen sie aber dem Leistungssport weiterhin treu bleiben.

Jens Richter in Münster

Am 9. März fand der zehnte 6-Stunden-Lauf Münster statt. Diesmal in der Sportschule der Bundeswehr in Warendorf. Damit ist der Organisator des Laufes, Christian Pflügler, sich treu geblieben und die Veranstaltung findet im Bundeswehrumfeld statt.

Für die 600 Starter ging es über eine ca. 2,75 km lange Strecke, die neben Asphalt auch über Kopfsteinpflaster und Finnbahn ging. Mit dabei unser „Laternenläufer“ Jens Richter.

„Wie auch schon die letzten Male war es ein schönes Laufen und hatte den Charme, dass man immer Läufer um sich herum hatte, dadurch war es mir auch nicht so wichtig, wieviel Runden ich dann gelaufen habe“, beschrieb der Ahnataler seine Motivation, an dieser Veranstaltung teilzunehmen. So kam es für ihn nicht nur auf seine sportliche Leistung an. Die Statistiker vermerkten seinen 277. Platz mit gelaufenen 36,240 Kilometer. Gleichzeitig nutzte Jens auch die Möglichkeit für den EAM Kassel Marathon und das Laufteam Kassel zu werben.



Winterlauf Serie in Ahnatal

Der fünfte und letzte Lauf der Ahnataler Winterlaufserie stand ganz im Zeichen einer extremen Witterungssituation. Sturm und Regen begleiteten die Starter. Felix Kaiser zeigte einmal mehr seine derzeitige gute Form. Er beherrschte die 10 Kilometer-Distanz deutlich mit über zwei Minuten Vorsprung vor Laufteam-Teamkamerad Niko Dorka. Gleichzeitig gewann Felix damit auch die Gesamtwertung.

Auch der fünfte Lauf über 5 Kilometer wurde zu einem Triumph des 14-jährigen Moritz Kleesick als Gesamtdritter und deutlicher Sieger der Klasse MJU16. Imponierend war auch die Konstanz, mit der der Schüler des Friedrichgymnasiums die Szene beherrschte. Unser Vereinsmitglied Michael Aufenanger überraschte mit einem deutlichen Sieg in der M40. Bei der Seriensiegerehrung freuten sich dann seine Töchter Charlotte und Elisa und Mutter Brigitte über ihre Cup-Siege. Die Veranstaltung war wieder ausgezeichnet organisiert, obwohl lediglich an einem Wettkampftag ein freundliches Wetter herrschte.

Die Ergebnisse werden in den nächsten Tagen unter www.sportverein-weimar.de veröffentlicht.

Walking-Trainer Ausbildung

Wie schon bereits erwähnt wird am 16. März 2019 um 9.00 Uhr ein Lehrgang zur Ausbildung von Walking-Trainern, durch Prof. Kuno Hottenrott (Uni Halle) angeboten. Dieser Lehrgang soll dazu genutzt werden, um später das richtige Walking zu vermitteln. Es ist eine zahlenmäßig beschränkte Truppe bis zehn Personen vorgesehen. Bereits jetzt haben sich sieben Sportlerinnen und Sportler fest angemeldet. Weitere Informationen erteilen Dirk Stoll und Sascha Parotat-Kouril (0174 9644283).

Weitere Termine...

31.3.	HLV Nord Straße	Frankenberg	Meldeschluss 23.3.2019
7.4.	Hess. Langstrecke	Hünfeld	Meldeschluss 26.3.2019
7.4.	DM HM	Freiburg	Meldeschluss 25.3.2019
20.4.	Osterlauf	Paderborn	
28.4.	DM Marathon	Düsseldorf	Meldeschluss 31.3.2019

Trainingszeiten

Wichtig: Für die Leistungsentwicklung haben wir das Training am Dienstag und Donnerstag im Auestadion um 17.45 Uhr und am Samstag, gleichzeitig als Laufftreff, das Training an der Hessenschanze um 15.00 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