

**Infoblatt, 16.05.2022**

Nr. 493/ 311

LC RON-HILL BERLIN e.V.

[www.ron-hill.de](http://www.ron-hill.de)



**Unsere Kontonummer:**

Postbank, BIC: PBNKDEFF

2.Konto (für Startgelder):

IBAN: DE83100100100636573101

IBAN: DE48100100100034531106

**Kolumne**

Liebe Ron-Hiller,

das Frühjahr 2022 brachte zwar noch nicht das Ende der Corona-Pandemie, aber eine entscheidende Abschwächung und Normalisierung in allen Bereichen. Sportveranstaltungen sind inzwischen wieder unter normalen Bedingungen möglich. Auch wir konnten nach zweijähriger Pause endlich unseren 28. Lauf durch den Volkspark Friedrichshain durchführen. Mit Siegerehrung, Tombola, Kuchenbasar und allem Drum und Dran. Allen fleißigen Helfern mein herzlicher Dank.

Der nächste Höhepunkt wird am 12.6.2022 unser 25. Hohenschönhausener Gartenlauf sein.

Am **Samstag, den 09.07.2022** folgt unsere Mitgliederversammlung und die nachgeholte Feier zum 30-jährigen Jubiläum des LC RON-HILL. Eine Einladung folgt in diesem Blatt. Ich bitte um rege Teilnahme, da nach 3 Jahren auch ein neuer Vorstand gewählt werden muss und die Beschlussfähigkeit gewährleistet sein sollte.

Wir sehen uns.

Euer Uwe

**Das Allerneueste:**

- Bisher haben **69 Vereinsmitglieder den Jahresbeitrag für 2022** bezahlt, das sind immerhin 62%. **Ein herzlicher Dank dafür! Wer die Überweisung bisher vergessen hat, den bitten wir dies zeitnah bis zum 15.06.22 nachzuholen.** Der Jahresbeitrag für 2022 beträgt wie im Vorjahr 36€ bzw. ermäßigt 18€ (für Rentner, Arbeitslose, Studenten), bitte auf unser erstes Vereinskonto (siehe Infoblatt, oben links).

## Einladung

### **des Laufclub LC-RON-HILL Berlin e.V. zur Mitgliederversammlung**

Hiermit lade ich Euch zur ordnungsgemäßen Mitgliederversammlung am **Samstag, dem 09.07.2022 um 17:00Uhr in die Laube** ein.

Ort: KGA „Am Prenzlauer Berg“, Hohenschönhausener Str.80 (Oderbruchkippe)

**Im Anschluss wollen wir dann sogleich mit der nachträglichen Feier zum 30-jährigen Jubiläum unseres Vereins beginnen.** Für den Eintritt ist ein großzügiger Rabatt vorgesehen. Die Preisverhandlungen dazu laufen allerdings noch, deshalb können wir dazu noch keine Aussage machen. **Wir bitten um Anmeldungen bei Ilka Gomoll bis 02.07.22 (siehe oben)!**

### **Tagesordnung (zur MV):**

1. Entgegennahme und Bestätigung des Geschäfts- und Kassenberichtes über das vergangene Geschäftsjahr (2020-2021)
2. Aussprache bzw. Diskussion zu den Berichten
3. Beschlussfassung von Fälligkeit und Höhe der Aufnahmegebühren und der Jahresbeiträge 2022 (§10)
4. Beschlussfassung über den Haushaltsplan 2022 des Vereins
5. Kassenprüfungsbericht und Entlastung des Vorstandes
6. Wahl des neuen Vorstandes und der Kassenprüfer (§29)
7. Sonstiges

Anträge zur Tagesordnung sind bis spätestens eine Woche vor der Versammlung beim 1. Vorsitzenden Uwe Mohr schriftlich mit kurzer Begründung einzureichen.

Wir bitten um rege Beteiligung, damit die satzungsfähige Beschlussfähigkeit für die Wahl des neuen Vorstandes gegeben ist.

Bitte beachtet, dass Gäste bzw. Familienangehörige grundsätzlich zur Mitgliederversammlung zugelassen sind, aber kein Stimmrecht und kein Rederecht haben!

Uwe Mohr

- Unsere diesjährige **Vereinsmeisterschaft findet am Freitag, den 12.08.22** wie gewohnt in der KGA „Falkenhöhe Nord“ statt. Einladung folgt im nächsten Infoblatt.

- Der Termin für unseren **25.Hohenschönhausener Gartenlauf am Sonntag, den 12.06.22** rückt immer näher. Wir benötigen auch in diesem Jahr wieder **Helfer** im Org.büro, an der Getränkestelle und einen Führungs-Radfahrer. Rundenzähler für die 11km werden ebenfalls gesucht. Bitte meldet euch bei Ilka Gomoll ([igomoll@aol.com](mailto:igomoll@aol.com), 030/ 516 916 52 oder 0176/ 610 37528 (auch Whatsapp) bis spätestens 05.06.22! **Natürlich könnt ihr auch selbst laufen, dann bitte bis 09.06.22 bei Ilka anmelden!**
- Nach langer Corona-Pause wollen wir nun endlich wieder einen **Vereinstreff** durchführen. Da es in unserem bisherigen Vereinslokal noch immer Personalprobleme gibt, wechseln wir vorerst die Lokalität. Unser **nächster Vereinstreff findet am Donnerstag, dem 23.06.22** ab 18:00 in der „**Volkskammer**“ (Straße der Pariser Kommune 18b, Nähe Ostbahnhof) statt. Wir freuen uns auf viele Anwesende!!
- Am 09.01.22 führten wir mit 26 Anwesenden unsere **20.RON-HILL Bowlingmeisterschaft** im Kanga-Roos-Land durch. Nach der Corona-Pause im Vorjahr freuten wir uns, dass unser Jubiläum fast wie gewohnt mit leckerem Frühstücksbuffet stattfinden konnte. Außerdem trugen das gehobene Ambiente mit gemütlichen Sitzgruppen und die größere Auswahl an Speisen und Getränken zu einer entspannten Atmosphäre bei. Gesamtsieger und Vereinsmeister mit herausragenden 475 Pins und drei gleichmäßig hohen Runden (144/**170**/161) wurde Hans-Joachim Schulze vor dem Vorjahressieger Thomas Klemmer mit 461 Pins und Marcus Gaede mit 435 Pins. Bei den Frauen siegte Ilka Gomoll zum zweiten Mal nach 2003 mit 321 Pins souverän vor Petra Klemmer mit 294 Pins. Um den 3.Platz ging es zwischen Dana Wolf und Ina Schlüter eng zu. Mit 280 Pins bzw. zwei Pins Vorsprung setzte sich Dana durch. Herzliche Glückwünsche an alle Platzierten, entscheidend ist aber die Freude bei Spiel und Spaß am Vormittag. Ein ganz herzlicher Dank an Rötger Henry, Paula Mengewein und Sylvia Kegel für die Hilfe bei der Organisation!

## Vereinsnachrichten:

- Wir bedanken uns herzlich bei Eike Tank für **Urlaubsgrüße** aus Sri Lanka.
- **Nachtrag vom 25km-Lauf von Berlin (S 25) über 25km:** Am 10.10.21 startete Steffen Nordwig über 25km und belegte in 1:44:18h (21,1km Zwischenzeit: 1:26:46h) den 51.Platz von 1726 Läufern. In der AK M45 wurde er guter Fünfter!
- Am 10.11.21 starteten 37 Läufer beim **23.Bernauer Stundenlauf** auf dem Sportplatz am Wasserturm. Von vier gestarteten RON-HILL'ern errang Steffen Nordwig mit 7857m den Sieg im 30-Minuten-Lauf. Aber auch Peter Rymarowicz und Udo Palm überzeugten mit Siegen in ihren Altersklassen mit 5674m bzw. 5215m.
- Beim beliebten **41.Crosslauf des RC Tegel** – dem sogenannten Schmalzstullenlauf am 14.11.21 gingen 85 Läufer auf die abwechslungsreiche 10km-Runde. Diese musste von Peter Schmidt und Simone Stegmaier für die 20km-Distanz doppelt absolviert werden. Simone absolvierte die Strecke in 1:42:26h, kam damit auf den 44.Platz (9.Frau) und wurde Dritte der AK W50. Ältester Starter des Feldes war Peter Schmidt, der in 2:20:05h zudem in der AK M70+ siegte.
- Bei der 9.Auflage des **Dieter-Ortmann-Paarlaufes** in Löwenberg am 19.11.22 kämpften 19 Paare im 30'-Lauf um gute Ergebnisse. Christine und Uwe Mohr belegten mit 6815m den 11.Platz und kamen in der Mixed-Wertung auf den 2.Platz. Über 60' erkämpften Dr. Ronny Kollock und Steffen Nordwig mit 17363m den Gesamtsieg von 23 Paaren.
- Am 28.11.21 starteten 378 Läufer beim **66.Herbstwaldlauf Tegel** – dem Gunni-Sachs-Gedenklauf über 11km. Auf anspruchsvoller Strecke belegte Katja Lünser-Diez in 56:28min den 138.Platz (22.Frau, 9.W40). Dahinter liefen Bertold Rämisch in 1:06:05h (16.M60) und Udo Palm in 1:07:17h auf die Plätze 257 und 275. Udo siegte in der AK M70.
- Im Rahmen des Sporturlaubs im Club La Santa auf Lanzarote startete Peter Rymarowicz am 01.12.21 bei der Running Challenge im Halbmarathon und kam in 1:59:39h knapp unter der begehrten 2h-Marke ins Ziel. Er belegte den 205.Platz von 273 Aktiven und belegte den 9.Platz der AK M65.

- Nachdem der **Nikolauslauf** am Berliner Schlachtensee im Vorjahr aufgrund der Corona-Pandemie leider nur virtuell stattfinden konnte, durften am 04.12.21 bei der **5.Auflage** alle Läufer wieder gemeinsam an den Start gehen. Zwar mit strengem Hygienekonzept, aber der Jubiläumslauf konnte zur Freude der 586 Starter immerhin stattfinden. Auch unser Verein startete mit drei Staffeln über 4x5303m sehr erfolgreich. Unser Männerteam mit Uwe Mohr, Tim Lange, Jürgen Tetzl und dem Staffel-Schnellsten Rainer Spiering (22:04min) errang in 1:33:11h den souveränen Sieg. Das zweite Team mit Udo Palm, Mike Standring, Uli Kergel und Berti Rämisch kam in 1:48:07h auf den 5.Platz von 7 Staffeln und erzielte in der Männerwertung den 3.Platz. Unser Frauenteam mit Christine Mohr, Dana Zschech, Heike Lindemann und der Staffel-Schnellsten Marion Sarasa (27:33min) freute sich über den Sieg in 1:59:12h. Jeder Läufer erhielt nach dem Lauf den verdienten Schokoladen-Weihnachtsmann und die Jubiläums-Medaille. Herzliche Glückwünsche unseren Staffel-Läufern! Die 6.Auflage soll am 03.12.22 gestartet werden!
- Am 04.12.21 starteten Andrea und Marcus Gaede beim 9.ELM-Advents-Halbmarathon in Lelm. Die anspruchsvollen 10km mit 260 Höhenmetern bewältigte Andrea in 54:18min auf dem 23.Platz (7.Frau) von 93 Startern. Damit wurde sie Zweite der AK W50. Marcus musste sich im „Familienduell“ knapp geschlagen geben und finishte auf dem 26.Platz (4.M55) in 54:34min.
- Beim **Jubiläumscrosslauf in Glienicke** fanden sich am 31.12.21 zur 10.Auflage 234 Aktive zum Start auf verschiedenen Strecken im Stadion Bieselheide ein. Dies war der einzige Silvesterlauf in der Umgebung und forderte von allen Startern auf anspruchsvoller Strecke alles ab. Christine Mohr absolvierte die 4km in 28:33min und kam damit als 34. auf einen guten Mittelfeld-Platz (68 Starter), in der AK W60 siegte sie. Auf der 8km-Strecke erzielte Uwe Mohr mit 39:49min die schnellste Zeit von 4 gestarteten RON-HILL'ern. Er lief auf den 33.Platz von 93 Startern. Katja Lünser-Diez kam in 41:01min auf den 40.Platz, bei den Frauen wurde sie Siebte. Beide freuten sich über zweite Plätze in ihren Altersklassen. Gute Ergebnisse erzielten auch Winfried Jäger und Bertold Rämisch, die nach 45:33min bzw. 46:21min im Ziel einliefen. Herzliche Glückwünsche allen Platzierten!

- Zum Jahresanfang bildet der **Pankower Pfannkuchenlauf** eine liebgewonnene Tradition für unseren Verein. Aufgrund der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie wurde beim 40.Jubiläum am 15.01.22 leider keine Mannschaftswertung über 6,5km durchgeführt. Trotzdem nahmen die Möglichkeit der Wettkampfteilnahme 183 Läufer wahr, darunter auch 11 RON-HILL'er. Im Ziel gab es als Belohnung für alle Läufer den gewohnten Pfannkuchen und eine Urkunde. Die beste Leistung erzielte Jonas Barsig auf dem 5.Platz in 23:06min, damit war er nur 10 Sekunden langsamer als bei seinem Sieg vor zwei Jahren. Dahinter erzielte Jürgen Tetzl in 26:21min auf dem 16.Platz ebenfalls eine gute Leistung. Bei den Frauen lief Elke Barber in 29:43min auf den 5.Platz. Über 2,3km kam Thomas Klemmer in 13:47min auf den 117.Platz von 169 Läufern. Petra Klemmer finishte nach 15:46min auf dem 154.Platz (72.Frau).
- Obwohl im Februar 2022 diverse Volksläufe in der Umgebung wegen der hohen Zahlen der Corona-Pandemie abgesagt wurden oder virtuell stattfanden, bekamen die Ausrichter des **256.Heidelauf in Halle** eine Genehmigung ihrer Laufveranstaltung über 5, 10 und 15km. Mit strengem Hygienekonzept freuten sich knapp 200 Läufer über einen Wettkampfstart in der Dölauer Heide und um den dortigen Heidesee, darunter waren auch 4 RON-HILL'er. Paula Mengewein absolvierte die 5km in 30:44min und lief damit auf den 56.Platz (19.Frau, 6.W40) von 86 Läufern. Die 10km wurden von 73 Aktiven gemeistert, Katja Lünser zeigte hier mit 49:37min ihre gute Laufform. Sie kam auf den 18.Platz, wurde Fünfte bei den Frauen und Zweite in der AK W45. Über 15km erzielte Annette Bethge in 1:31:52h ebenfalls den 5.Platz (32.Gesamtplatz) bei den Frauen, ihre Altersklasse (W50) gewann sie souverän. Bodo Matthes benötigte knapp drei Minuten länger (1:34:59h), damit lief er auf den 34.Platz (5.M55) von 36 Startern.
- Am 06.03.22 fand in der Türkei, in Antalya der beliebte **Runtalya Marathon** statt. Der Halbmarathon wurde von 1398 Läufern absolviert, darunter auch Marion Sarasa. Sie belegte in 1:58:14h den 776.Platz (99.Frau) und siegte als älteste Starterin souverän in der AK M70. Im Rahmen eines Kurzurlaubes nahmen auch Petra und Thomas Klemmer an diesem Event teil, beide starteten im 10km Rennen. Petra belegte in 1:20:29h den 1182.Platz (456.Frau), Thomas kam gehandicapt durch Fußprobleme nach 1:28:15h ins Ziel (1335.Platz).

- Von Knuth Triebe erhielten wir Infos bzw. eine Einladung zum **2.Canossa Benefizlauf in Bad Harzburg**. Dieser findet voraussichtlich am 17.09.22 über 6km und 12km statt. Dieser Lauf führt auf zum Teil steilen Trails zum Ziel auf den Burgberg. Da dieser Lauf in einem Nationalpark stattfindet, gibt es keine Streckenmarkierungen, nur an wichtigen Streckenpunkten gibt es Posten zur Orientierung. Man sollte sich im Vorfeld mit dem Streckenverlauf bekannt machen, gute Orientierung ist von Vorteil. Weitere Infos unter: <https://canossa-berglauf.de/>.

## Ausschreibungen:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
01.06.	19:00	26.Steglitzer Volkslauf MT.29.05.	6km (BC)	Ostpreeßendamm
01.06.	18:15	<b>Marzähler Läufercup</b> MT.25.05. und <b>4.Lauf am 22.06.</b> MT.15.06.	5000/ 10000m 3000/ 5000m	Sportplatz Allee der Kosmonauten
04.06.	16:00	27.Luckenwalder Turmfestlauf	10km	MT.02.06./ Baruther Str.
06.06.	12:45	Run of Spirit/ Spandau MT.31.05.	5,2/ 10km	Schönwalder Allee 26
10.06.	17:00	2.Helga-Getz-Paarlauf/ MT.05.06.	30'/ 60'(19:00)	Flugplatz Gatow
10.06.	19:00	Badekappenlauf MT.08.06.	5/ 10km	Sportpl. Willmersdorf
11.06.	16:15	17.MotzsenseeLauf MT.08.06.	4/ 8/ 14,1km	Strandbad Kallinchen
12.06.	09:00	17.Pro Potsdam Schlösserlauf	21/ 10km	MT.01.06.
<b>12.06.</b>	10:00	<b>Hohenschönhausener Gartenlauf</b>	<b>5,7(BC)/ 11km</b>	<b>MT.09.06.</b>
12.06.	11:00	Kugelbrotlauf Emstal MT.03.06.	8km	Emstaler Hauptstr.
15.- 17.06.	18:30	<b>Berliner Teamstaffel 5x5km</b>	5x5km	Tiergarten
17.06.	19:00	Nordberliner Zugspitzlauf/ MT.12.06.	4/ 8/ 12km(BC)	<b>Auch 3x4km, Lübars</b>
17.06.	19:30	Preußische Meile Potsdam/ MT.10.6.	7532,48m	Brandenburger Tor Pdm
18.06.	10:00	18.Sabinchenlauf Treuenbrietzen	3/ 7/ 14km	Kirchplatz/ MT.17.06.
18.06.	10:00	45.Lauf um den Senftenberger See	3/ 5,4/10/ 17,7km	MT.17.06/ Großkoschen
19.06.	09:45	6.Schlüser Trödellauf MT.16.06.	7,5/ 15km	Sportpl., Zerpenschl.
19.06.	10:00	19.Bestenseer Seenlauf MT.15.06.	16/ 7km	Goethestr.
19.06.	11:00	4.Schlossinsellauf Lübben/ MT.16.06.	21/ 10/ 5km	Schlossinsel
25.06.	10:20	12.Angermünder Wiesellauf/ MT.22.6	7/ 13km	Tierpark Angermünde
26.06.	Ab 11:00	2.Hennigsdorfer Bahnenlauf/	5000m/ 3000m/ 16:00: Sprints	MT.21.06.; Sportplatz OSZ Hennigsdorf
02.07.	Ab 09:30	36.Schweriner Fünf-Seen-Lauf	5/ 10/ 15/ 21km	MT.28.06.
09.- 10.07.		17.Lausitzer Seenland 100	5/ 21/ 42/ 10km	Großräschen/ MT.31.05.
10.07.	09:00	31.Havellauf/ MT.31.05. & 04.07.	13,7(BC)	Flensburger Löwe



## Ergebnisse:

### 23.Bernauer Halb-Stundenlauf am 10.11.21:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Strecke
Paula Mengewein	28./ 10.Frau 4.W40	5105m	Peter Rymarowicz	<b>18./ 1.M65</b>	5674m
<b>Steffen Nordwig</b>	<b>1./ 1.M40</b>	<b>7857m</b>	Udo Palm	<b>26./ 1.M70</b>	5215m

### 5.Berliner Nikolauslauf am 04.12.21 4x5303m Staffel:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Christine Mohr Dana Zchech Heike Lindemann Marion Sarasa	<b>6.Platz</b> <b>1.Platz Frauen</b> <b>1:59:12h</b>	29:44min 32:01min 29:54min <b>27:33min</b>	Mike Standring Uli Kergel Udo Palm Bertold Rämisch	5.Platz 3.Platz Männer <b>1:48:07h</b>	24:22min <b>23:28min</b> 31:01min 29:16min
<b>Uwe Mohr</b> <b>Tim Lange</b> <b>Jürgen Tetzl</b> <b>Rainer Spiering</b>	<b>1.Platz</b> <b>1:33:11h</b>	24:31min 24:40min 22:56min <b>22:04min</b>			

### Silvester-Crosslauf in Glienicke am 31.12.21:

Name	Km	Ergebnis	Zeit	Name	Km	Ergebnis	Zeit
Christine Mohr	4	<b>34./ 1.W60</b> 10.Frau	28:33min	Uwe Mohr	8	<b>33./ 2.M60</b>	39:49min
				Winfried Jäger	8	67./ 6.M60	45:33min
Katja Lünser-Diez	8	<b>40./ 2.W45</b> 7.Frau	41:01min	Bertold Rämisch	8	72./ 7.M60	46:21min

### 40.Pankower Pfannkuchenlauf am 15.01.22:

Name	Km	Ergebnis	Zeit	Name	Km	Ergebnis	Zeit
Petra Klemmer	2,3	154/ 72.Frau	15:46min	<b>Jonas Barsig</b>	<b>6,5</b>	<b>5.Platz</b>	<b>23:06min</b>
Thomas Klemmer	2,3	117.Platz	13:47min	Jürgen Tetzl	6,5	16.Platz	26:21min
Elke Barber	6,5	<b>37./ 5.Frau</b>	29:43min	Bertold Rämisch	6,5	99.Platz	34:46min
Tina Barber	6,5	45./ 8.Frau	30:07min	Winfried Jäger	6,5	112.Platz	35:30min
Katja Lünser-Diez	6,5	47./ 9.Frau	30:14min	Udo Palm	6,5	129.Platz	36:27min
Anke Franz	6,5	102/ 31.Frau	34:59min				

## Einzelergebnisse:

Name	Wettkampfort	km	Ergebnis	Teilnehmer	Zeit
Katja Lünser-Diez	41.Krummenseelauf am 06.11.22	7,2	24./ 6.Frau 1.W45	62	36:39min
Steffen Nordwig	Mannschafts-HM am 07.11.	21,1	5.Platz	16	1:35:37h
Steffen Nordwig	Schmöckwitz-Marathon am 12.12.	21,1	<b>1.Platz</b>	9	1:30:11h
Marion Sarasa	BSV' 92 Winterlaufserie am 30.01.	21,1	<b>102./ 2.W70</b> 18.Frau	120	2:00:00h

Redaktion und Auswahl der Beiträge (außer Laufberichte) und  
Ergebniszusammenstellung erfolgt durch:

Ilka Gomoll, 2.Vorsitzende des LC RON-HILL Berlin

Ein Anspruch auf Vollständigkeit wird im Infoblatt nicht  
garantiert.

Nachdruck und Kopieren ist nicht statthaft.

Erscheinungsweise erfolgt monatlich!