

**Infoblatt, 29.08.2018**

Nr. 469/287

LC RON-HILL BERLIN e.V.

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



**Unsere Kontonummer:**

Postbank, BIC: PBNKDEFF

IBAN: DE83100100100636573101

2.Konto (für Startgelder):

IBAN: DE48100100100034531106

**Kolumne**

Liebe Ron-Hiller,

die Tage der Leichtathletik-EM in Berlin sind vorüber. Ich denke, wir haben sehr interessante Wettkämpfe und großen Sport gesehen. Auch die Zuschauerresonanz und die Stimmung im Stadion und auf den Straßen Berlins konnten sich sehen und hören lassen.

Das Fernsehen hat in Anlehnung an Übertragungen vom Wintersport ein neues Format gesucht. Mehr als hundert Stunden habe die öffentlich-rechtlichen Sender von den mit einem abgestimmten Zeitplan durchgeführten „European Championships“ übertragen, sieben Sportarten in zwei Städten, Glasgow und Berlin. Die Sportchefs der Sender sprachen anschließend von übertroffenen Erwartungen und auch in den Interviews der Sportler kam die Freude zum Ausdruck, dass sogenannte „Randsportarten“ mal nicht nur bei Olympia in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt werden. Wenn jetzt noch die Zuschauer zu eigener sportlicher Aktivität animiert werden, ist der Erfolg perfekt.

Euer Uwe

**Das Allerneueste:**

- Bitte notiert euch schon einmal den Termin für unsere diesjährige **Vereinswanderung**. Diese wird von Sylvia Kegel und Frank Britze organisiert und findet am 20.10.18 statt. Weitere Infos gibt es im nächsten Infoblatt.
- Unsere nächsten Termine für unseren **Vereinstitreff** finden am 20.09.18 mit dem 4.Spieltag der diesjährigen Skatserie statt. Weitere Termine sind am 25.10. (mit Skat) und am 15.11.18 (mit Skat) jeweils ab 18:00Uhr. Wir hoffen auf eine große Beteiligung in unserem Vereinslokal „Zur Laube“ in der KGA „Am Prenzlauer Berg“, Hohen-schönhausener Straße 80 (Oderbruchkippe).

## Vereinsnachrichten:

- Herzlichen Dank für **Kartengrüße** von Winfried Jäger aus Side (Türkei).
- Jörg Dölling startete am 03.03.18 bei einem Jubiläumslauf in Forst. Hier fand schon der **30.Forster 25km-Lauf** statt und Jörg war mittendrin, allerdings nicht auf der Hauptstrecke. Ihm reichten 15km, die er in 1:20:31h auf dem 19.Platz von 48 Läufern absolvierte. Zudem freute er sich über den Sieg in der AK M55.
- Beim **10.Jubiläum im Kiez Frauensee** nahmen bei sonnigem Wetter aber sehr kalten Temperaturen 305 Läufer die verschiedenen Strecken der idyllischen 7,5km Runde unter ihre Füße. Die „Kurzstrecke“ über 7,5km absolvierte Uwe Mohr in 33:02min sehr schnell. Damit lief er auf den 8.Platz von 104 Startern. Andrea Gaede verpasste in 35:27min (17.Platz) als Vierte extrem knapp einen Platz auf dem Podium. Beide siegten in ihren Altersklassen souverän. Beim 15km Lauf erzielte Tom Griepentrog in 1:07:43h die schnellste Zeit von drei gestarteten RON-HILL'ern (16.Platz, 3.M55). Nur knapp eine Minute später erreichte Jan Engelhard das Ziel auf dem 18.Platz (8.M40, 1:08:56h) von 85 Startern. Über den 3.Platz in der AK M50 freute sich zu Recht Marcus Gaede, er absolvierte die zweite Runde genau so schnell wie die erste und finishte in 1:14:13h (29.Platz). Herzliche Glückwünsche allen Platzierten!!
- Am 11.03.18 starteten Jörg Dölling und Volkan Alpsoy beim **4.Lauf der Luckenwalder Crosslaufserie** über 8,6km. Jörg belegte in 49:10min den 44.Platz (6.M55) von 56 Startern. Volkan finishte nach 59:41min auf dem 56.Platz (10.M35). In der Gesamtwertung belegte Jörg Dölling mit 42 Punkten den 4.Platz in der AK M55.
- Beim 2.Berlin-Cuplauf des Jahres, der **BT-Meile** ging es für 144 Läufer über 8km um gute Ergebnisse und möglichst viele Punkte. Schnellster von 7 gestarteten RON-HILL'ern war Michael Standring, der auf der abwechslungsreichen Strecke in 34:36min auf den 16.Platz lief. In der AK M55 feierte er einen knappen Sieg. Dahinter lief unser neues Mitglied Peter Golde in 37:26min auf den 34.Platz (3.M45). Kurz dahinter (37:32min) erzielte Sylvia Jacobs den 36.Platz und wurde bei den Frauen Siebte. Sie gewann ebenso wie Marion Sarasa (42:32min, 70.Platz, 14.Frau) souverän ihre Altersklasse. Herzliche Glückwünsche!

- Ein wahres RON-HILL-Festival gab es am 10.03.18 beim **14.baff Naturmarathon in Marienwerder**. Einen Tag bevor Erhard Bader zum 85.Geburtstag geladen hatte, wollten sich scheinbar viele der Gäste noch sportlich betätigen. So nahmen 15 Läufer unseres Vereins eine der Strecken in Angriff. Der Viertelmarathon wurde von 205 Läufern absolviert, darunter 7 RON-HILL'er. Hier musste Anne Barber in starken 40:24min nur zwei schnelleren Männern den Vortritt lassen und kam als Dritte ins Ziel. Dahinter folgten Uwe Mohr auf dem 19.Platz in 47:11min und Andrea Gaede, die in 50:41min auf den 3.Platz bei den Frauen lief. Beide konnten sich über Siege in ihren Altersklassen freuen. Beim Halbmarathon war Gunnar Barber in 1:36:56h der schnellste von 6 RON-HILL'ern. Knapp dahinter kam Tom Griepentrog mit zwei gleichmäßigen Runden in 1:37:08h auf den 22.Platz von 185 Aktiven. Bei den Frauen überraschte Elke Barber nach vorsichtigem Beginn mit einer Aufholjagd in der zweiten Runde. Auf dem letzten Kilometer überholte sie noch die bis dahin führende Nina Heyer und lief in 1:42:39h zum zweiten Sieg der Familie Barber. Andre Zerbel startete in Vorbereitung auf den Rennsteiglauf über 31,5km. Mit drei gleichmäßigen Runden belegte er in 2:48:28h den 39.Platz (10.M40) von 83 Läufern. Einzige Starterin über 4 Runden bzw. 42,195km war Annette Bethge, sie belegte in 4:30:16h den 53.Platz von 79 Startern. Damit kam sie bei den Frauen auf den 10.Platz und wurde Dritte der AK W50.
- Am 17.03.18 startete Winfried Jäger beim 5.Lauf der **Barnimer Winterlaufserie** über 6km und belegte in 30:13min den 17.Platz von 37 Startern. Zudem freute er sich über den Sieg in der AK M60.
- Bei der 3.Auflage des **Müggelturmlaufs** am 18.03.18 kamen trotz empfindlich niedriger Temperaturen und eisigem Ostwind 750 Läufer, um eine der drei angebotenen Strecken durch den Köpenicker Forst und entlang der Dahme zu absolvieren. Die meisten Läufer waren erwartungsgemäß über 10km dabei. Heike Lindemann mischte sich unter die Läufer, belegte in guten 55:36min den 115.Platz (22.Frau) von 337 Startern und freute sich über den Sieg in ihrer Altersklasse. Beim Halbmarathon belegte Bodo Matthes in 1:57:13h den 156.Platz (16.M50) von 254 Startern. Den 5km Lauf lief Winfried Jäger in 24:19min und damit auf den 15.Platz von 159 Startern mit der schnellsten Zeit von drei gestarteten RON-HILL'ern. Erhard Bader lief in 37:15min auf den 131. Platz und kam damit knapp vor Helge Ziems (37:26min, 133.Platz) ins Ziel. Alle drei entschieden ihre jeweiligen Altersklassen souverän für sich!

- Am 18.03.18 startete Ilka Gomoll bei eiskalten Temperaturen (-12°C) beim **29. Karstadt Sports Dresdner Citylauf** über 10km. Mit zwei gleichmäßigen Runden auf der abwechslungsreichen Strecke durch die City und am Elbufer entlang belegte sie in 50:26min den 603.Platz (94.Frau, 11.W45) von 1310 Startern.
- **Beim 29.Lauf der Sympathie von Falkensee in die Altstadt von Spandau** über 10km standen 1020 Läufer an der Startlinie. Die flache Strecke ist für schnelle Zeiten bekannt. Anne Barber erzielte in 37:38min wie erwartet die beste Zeit von 5 gestarteten RON-HILL'ern. Sie lief damit auf den 15.Gesamtplatz und siegte souverän bei den Frauen. Dahinter kam Gunnar Barber in 43:32min auf den 90.Platz und damit in der AK M55 auf den 3.Platz.
- Am 24.03.18 starteten Uwe und Christine Mohr erstmals beim **Schneeglöckchenlauf in Ortrand**. Dort freuten sich die Organisatoren bei der 9.Auflage über einen neuen Teilnehmerrekord mit 3387 Läufern auf den verschiedenen Strecken. Uwe Mohr belegte in 45:24min den 22.Platz von 319 Startern. Christine kam über 6km in 32:21min auf den 72.Platz von 290 Aktiven. Bei den Frauen lief sie auf den 20.Platz. Beide konnten ihre Altersklassen für sich entscheiden.
- Im Vorfeld des **38. 100km Laufs am Störitzsee** gab es durch Schnee, Sturm und Frost verschiedene Probleme mit der Streckenführung. So mussten noch umgefallene Bäume beseitigt werden und eine Ersatzstrecke gefunden werden, dies wurde vom Organisationsteam aber gut bewältigt. So standen um 06:30Uhr 22 Aktive am Start zum Hauptlauf über 100km. Mit dabei war auch Vorjahressiegerin Simone Stegmeier, die diesmal nach 11:08:40h auf dem 3.Platz (11.Gesamtplatz) ins Ziel lief, doch der Sieg in der BB-Meisterschaft war ihr nicht zu nehmen. Herzliche Glückwünsche zur Titelverteidigung. Im Rahmen des Ultralaufs fand auch der **4.Störitzseelauf** statt. Hier bewarben sich 256 Läufer um den Meistertitel über 10km im Straßenlauf. Mit dabei waren auch Andrea und Marcus Gaede. Hier lief Marcus in starken 46:00min auf den 134.Platz (18.M50), nur 44 Sekunden Später erreichte Andrea das Ziel. Sie kam auf den 138.Platz (23.Frau) und wurde Dritte in der AK W50. Beim Rahmenwettbewerb über 5km startete Mitorganisator Helge Ziems und lief in 36:47min auf den 21.Platz (2.M75).

- Nur einen Tag später standen Andrea und Marcus Gaede erneute an der Startlinie eines Wettkampfes. Sie starteten beim **28.Teufelsteinlauf** in Gehren über 14,6km. Diesmal hatte Andrea gegenüber Marcus knapp die Nase vorn (10.Platz, 1:20:24h). Sie finishte in 1:19:44h auf dem 9.Platz von 21 Startern und siegte souverän in der Frauenwertung.
- Ein sehr beliebter Lauf unseres Vereins ist der **Birkenwäldchenlauf**. So standen am 25.03.18 bei der 32.Auflage 15 RON-HILL'er an der Startlinie des 10km Laufs. Beim 3.Wertungslauf im Berlin-Cup kämpften 175 Starter um Punkte und gute Ergebnisse. Jonas Barsig lief in 37:49min als Zehnter in die Top Ten und siegte in der AK U20. Dahinter finishte Jürgen Tetzl in 40:01min auf dem 16.Platz und gewann ebenfalls seine Altersklasse. Über einen weiteren Sieg in seiner Altersklasse freute sich Erhard Bader, in 1:20:45h war er zudem ältester Teilnehmer. Bei den Frauen lief Sylvia Jacobs in 45:58min (61.Platz) auf den 8.Platz. In der AK W55 siegte sie souverän vor Heike Lindemann, die mit 54:50min eine Jahresbestzeit aufstellte. Ebenfalls ein starkes Ergebnis erzielte Annette Bethge, die mit 50:19min so schnell wie schon sehr lange nicht mehr war. Herzliche Glückwünsche für die guten Ergebnisse und 7 Podestplätze in den verschiedenen Altersklassen.
- Am 01.04.18 feierte unser Laufverein gemeinsam mit dem Wartenberger SV ein kleines Jubiläum. Der nunmehr **10.Wartenberger Osterlauf** wurde bei nasskaltem Wetter und stürmischen Schneeregen gestartet. Von den widrigen Bedingungen ließen sich aber 198 Läufer nicht von einem Start abhalten. Das war nach dem Rekord im Vorjahr die zweithöchste Teilnehmerzahl, darunter waren 14 RON-HILL'er. Erstmals wurde neben den 4,1km und 12,3km auch ein Halbmarathon angeboten. Diese Möglichkeit nahmen 52 Läufer wahr, darunter drei RON-HILL'er. Hier belegte Jürgen Tetzl in 1:28:10h den 3.Platz. Ebenfalls in die Top Ten lief Jan Engelhard, in 1:36:19h kam er auf den 8.Platz (2.M40). Die meisten Teilnehmer waren wie erwartet über 4,1km dabei. Hier war Marion Sarasa in 19:50min die schnellste von 6 RON-HILL'ern und kam auf den 16.Platz von 86 Startern. Zudem errang sie hinter der neuen Streckenrekordlerin Blanka Dörfel (16:05min, LC Cottbus) und Marion Schwarz (19:46min) den 3.Platz in der Frauenwertung. Weiterhin gab es drei AK-Sieger zu bejubeln, so siegte Jörgen Zimmer in der AK M50 (20:05min), Christine Mohr in der W55 (22:13min) und der älteste Teilnehmer Erhard Bader siegte in 30:19min in der AK M85. Im Lauf über drei Runden (12,3km) war Uwe Mohr auf dem 12.Platz in 55:29min der schnellste von 5 gestarteten RON-HILL'ern. Zudem siegte er in der AK M50. Ebenfalls ein starkes Ergebnis erzielte Andreas Stoltz, in 56:19min kam er auf den 14.Platz (3.M50) von 60 Aktiven. Alle Läufer konnten sich im Ziel über den

traditionellen Osterhasen und eine Urkunde freuen sowie erstmals über eine Finishermedaille. Herzlichen Dank an unsere Helfer im Org.büro für die Unterstützung sowie unserem Sprecher Ecky Broy. **Ab dem nächsten Jahr wird sich der Wartenberger SV in Eigenregie um den Osterlauf kümmern, wir wünschen viel Erfolg!! Außerdem ein ganz besonderer Dank allen treuen Helfern, die seit Jahren am Ostersonntag ihre Freizeit opferten, um für eine reibungslose Veranstaltung zu sorgen.**

## Ausschreibungen:

Datum	Zeit	Lauf	Strecken	Bemerkungen
12.09.	18:15	Marzahner Läufercup/ 7.Lauf und 8.Lauf am 26.10.!!	5/ 10km 30'/ 60'	Sportplatz Allee der Kosmonauten
15.09.	10:20	35.Lübbeseelauf Templin/ MT:13.09.	6/ 10/ 20km	Seehotel, Lübbesee
15.09.	10:30	13.Roofenseelauf Templin/ MT.13.09.	8,4/ 16/ 22km	Menz; Schule
16.09.	09:00	45.BMW Berlin Marathon	42,2km	Straße des 17.Juni
16.09.	10:00	38.Spreewaldlauf MT. 13.09.	15/ 7,5/ 5km	Lübben; Spielbergstr.
16.09.	12:10	<b>12.Eberswalder Stadtlauf/</b> MT.12.9.	6,5km	<b>&amp; Staffel 5x2km (9:30)</b>
22.09.	10:00	21.Regionalparklauf Blumberg	6,5/ 13km	Lenne Park; MT.19.09.
22.09.	14:00	27.Dabendorfer Herbstlauf	10,1/ 15km	Sportplatz; MT.19.09.
<b>23.09.</b>	10:00	<b>6.Intersport Olympia Lauf Steglitz mit BBM 5km Straße; MT.11.09.!!</b>	5/ 10km	Schloßstr.; MT.19.09.
23.09.	10:30	10.Potsdamer Herbstlauf/ MT.22.09.	9/ 6,5km	Golm, Mühlenberg
29.09.	10:00	35.Beetzseelauf Brandenbg;MT.24.9.	3/ 5/ 10/ 21km	Regattastrecke
30.09.	12:00	6.TrailRun Berlin MT.23.09.	10/ 18km	Schmetterlingshorst
03.10.	09:15	82.Strausseelauf/ MT.24.09.	4,1/ 9,2/ 21km	9,2km: 10:45Uhr!!
06.10.	11:00	2.Trebbiner Naturlauf/ MT.30.09.	21/ 10km	Blankenseer Dorfstr.
06.10.	12:00	Sägerserie/ 1.Lauf MT.02.10. & 2.Lauf am 20.10. MT.16.10.	3,9/ 7,8/ 11,7km 7,8/ 11,7/ 15,6km	Sportplatz Heidenheimer Str.
06.10.	15:00	<b>21.Weißenseer Bierpaarlauf</b>	Je 5x950m	Stadion Buschallee
07.10.	10:00	31.Storkower Seelauf/ MT.01.10.	15/ 8/ 4km	Th.-Fontane-Str.
07.10.	10:10	38.Zainhammerlauf/ MT.04.10.	4,6/ 9,2/ 13,8km	Eberswalde; Sportpl.
07.10.	11:00	3.Intersport Olympia Lauf Potsdam	5/ 10km	Bassinplatz Potsdam
13.10.		31.Harz-Gebirgslauf Wernigerode	5/ 11/ 22/ 42km	2.MT.30.09.18
13.10.	11:00	57.Crosslauf LG Süd/ MT.07.10.	5/ 10km (BC)	Rodelbahn, O.-Tom-Str
14.10.	Ab 09:30	<b>15.Bottwartal Marathon &amp; 3er-Teammarathon/</b> MT.30.09.	54/ 42/21/ 10km	Versch. Startorte; Ziel: Steinheim
14.10.	12:00	<b>The Great 10km - /</b> <b>MT.10.10.</b>	<b>10/ 2x5km-Staff.</b>	Schloss Charlottenburg

## Ergebnisse:

### 14.baff-Naturmarathon in Marienwerder am 10.03.18:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
<b>Anne Barber</b>	10,5	<b>3./ 1.Frau</b>	<b>40:24min</b>	Gunnar Barber	21	20./ 5.M50	1:36:56h
<b>Andrea Gaede</b>	10,5	<b>33./ 1.W50 3.Frau</b>	<b>50:41min</b>	Tom Griepentrog	21	22./ 6.M50	1:37:08h
Ilka Gomoll	10,5	54./ <b>2.W40</b> 8.Frau	53:58min	Peter Rymarowicz	21	94./ 4.M60	1:57:27h
Uwe Mohr	10,5	19./ <b>1.M60</b>	47:11min	Jörg Dölling	21	102./ 24.M50	1:59:13h
Winfried Jäger	10,5	73./ 4.M60	56:58min	Bodo Matthes	21	157./ 31.M50	2:19:34h
Udo Palm	10,5	92./ <b>2.M65</b>	59:46min	Annette Bethge	42	53./ <b>3.W50</b> 10.Frau	4:30:16h
<b>Elke Barber</b>	<b>21</b>	<b>31./ 1.Frau</b>	<b>1:42:39h</b>	Andre Zerbel	31	39./ 10.M40	2:48:28h

### 5.BT-Meile am 11.03.18 über 8km (2.Berlin-Cup-Lauf):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Sylvia Jacobs	<b>36./ 1.W55</b> 7.Frau	37:32min	Mike Standring	<b>16./ 1.M55</b>	34:36min
Marion Sarasa	<b>70./ 1.W65</b> 14.Frau	42:32min	Peter Golde	<b>34./ 3.M45</b>	37:26min
Heike Lindemann	<b>101./ 2.W55</b> 30.Frau	46:19min	Winfried Jäger	68./ 5.M60	42:15min
			Bertold Rämisch	72./ 6.M60	42:50min

### 29.Lauf der Sympathie Falkensee – Spandau am 18.03.18 über 10km:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
<b>Anne Barber</b>	<b>15./ 1.Frau</b>	<b>37:38min</b>	Gunnar Barber	<b>90./ 3.M55</b>	43:32min
Tina Barber	252./ 6.WH 28.Frau	49:39min	Jörg Dölling	326./ 44.M55	51:33min
			Volkan Alpsoy	511./ 41.M35	55:39min

### 32.Birkenwäldchenlauf am 25.03.18 über 10km (3.Berlin-Cup-Lauf):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Sylvia Jacobs	<b>61./ 1.W55</b> 8.Frau	45:58min	Mike Standring	<b>34./ 3.M55</b>	42:48min
Annette Bethge	<b>90./ 3.W50</b> 14.Frau	50:19min	Andreas Stoltz	45./ 6.M50	44:25min
Heike Lindemann	<b>132./ 2.W55</b> 34.Frau	54:50min	Uli Kergel	63./ 9.M55	46:02min
Dana Wolf	136./ 5.W35 37.Frau	55:28min	Bertold Rämisch	98./ 6.M60	50:46min
<b>Jonas Barsig</b>	<b>10./ 1.MU20</b>	37:49min	Bodo Matthes	116./ 14.M50	52:43min
Jürgen Tetzl	<b>16./ 1.M50</b>	40:01min	Helmut Huber	125./ 4.M65	54:03min
			Sascha Wolf	137./ 16.M35	55:28min
			Udo Palm	138./ 6.M65	55:31min
			Erhard Bader	<b>172./ 1.M85</b>	1:20:45h



### 10.Wartenberger Osterlauf am 01.04.18:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
<b>Jürgen Tetzl</b>	21	<b>3./ 1.M50</b>	<b>1:28:10h</b>	Jörgen Zimmer	4,1	<b>19./ 1.M50</b>	20:05min
Jan Engelhard	21	<b>8./ 2.M40</b>	1:36:19h	Winfried Jäger	4,1	<b>23./ 2.M60</b>	20:39min
Steffen Lüder	21	<b>14./ 3.M50</b>	1:43:48h	Erhard Bader	4,1	<b>76./ 1.M85</b>	30:19min
<b>Marion Sarasa</b>	4,1	<b>16./ 1.W65</b> <b>3.Frau</b>	<b>19:50min</b>	Uwe Mohr	12,3	<b>12./ 1.M60</b>	55:29min
Christine Mohr	4,1	31./ <b>1.W55</b> 9.Frau	22:13min	Andreas Stoltz	12,3	<b>14./ 3.M50</b>	56:22min
Karin Stoltz	4,1	81./ 4.W60 35.Frau	32:41min	Jörg Dölling	12,3	<b>25./ 3.M55</b>	1:04:14h
				Volkan Alpsyoy	12,3	34./ 6.M35	1:10:04h
				Udo Palm	12,3	<b>37./ 2.M65</b>	1:10:52h

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!