

Lutz Hellmann in Rodenkirchen gut unterwegs!

Unter dem Motto "Rodenkirchen Läuft" wurde im südlichen Kölner Stadtteil der diesjähriges Volkslauf ausgetragen; organisiert von den Triathleten des TV Rodenkirchen.

Die komplett flache, über gut befestigte Waldwege führende 5 km-Runde musste von den insgesamt 410 Teilnehmerinnen + Teilnehmern 2x bewältigt werden.

Bei perfekten äußeren Bedingungen erwischte **Lutz Hellmann** einen sehr guten Tag und unterbot die im Trainingsplan geforderte Zeit von 42:30 mit einer 41:29 recht deutlich! Lutz lief ein taktisch kluges Rennen und konnte die zweite Hälfte 24 Sekunden schneller als die ersten 5 km absolvieren.

Im Gesamteinlauf bedeutete dies Platz 43, in der AK M40 belegte Lutz Rang 8.