

4 Rekorde und 2 mal Silber für den TuS Deuz bei der Straßenlauf DM in Refrath!

Rebekka Otterbach verbessert 25 Jahre alten Siegerlandrekord von Anke Breitenbach! Die M55-Mannschaft und Caprice Giehl ebenfalls mit Siegerlandrekord!

Mit einem großen Aufgebot ging der TuS Deuz bei der deutschen Straßenlaufmeisterschaft über die Halbmarathondistanz im nahegelegenen Refrath (direkt an der A4 zu finden) an den Start.

Selbst der Wettergott hatte ein Einsehen, das befürchtete warme Sommerwetter sollte erst nach Beendigung der Läufe eintreten, so dass die Teilnehmer fast optimale äußere Bedingungen vorfanden.

Dadurch lieferten unsere Athleten allesamt auf dem welligen Kurs gute, ja zum Teil schon überragende Leistungen ab; die Ausbeute von 2 Siegerlandrekorden und 2 Silbermedaillen kann sich wahrlich sehen lassen.

Dabei waren die Vorzeichen bei unserem starken Frauenteam diesmal alles andere als optimal.

Rebekka Otterbach hatte noch mit einer leichten Erkrankung der Atemwege zu kämpfen, während der Start von Caprice Giehl bis zuletzt auf der Kippe stand, da sie 2 Wochen wegen einer starken Erkältung nicht trainieren konnte und sogar Antibiotika nehmen musste.

Auch die in der letzten Saison so starke Gresia-Grace Shimaneni hatte nach einem dreiwöchigen Aufenthalt in ihrer Heimat Namibia noch Trainingsrückstand und war noch nicht im Vollbesitz ihrer Kräfte. Gabi Müller-Scherzant ist erst seit kurzem wieder im Training und bei Anna Schneider wurde ein gravierender Eisenmangel diagnostiziert.

Aber sie standen letztlich alle an der Startlinie und brachten starke Leistungen.

Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

Die sportlich überragendste Leistung aus Deuzer Sicht zeigte sicher unsere Topläuferin **Rebeka Otterbach**

, die in der großartigen Zeit von 1:22,15Std sogar den Uralt-Siegerlandrekord von Anke Breitenbach aus dem Jahre 1988(!) um fast eine halbe Minute verbesserte. Rebekka war von Anfang an auf Rekordkurs, hatte dann bei KM15 eine leichte Schwächephase, konnte aber gegen Ende wieder zulegen und belegte im Gesamtklassement Rang 17! Rebekka war drittschnellste Westfälin und ist nun auch überregional auf dem Weg nach oben.



Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

Dr. Caprice Giehl lief ebenfalls ein beherztes Rennen und ging, bedingt durch ihre gesundheitlichen Probleme, kein übergroßes Risiko ein. Mit 1:25,05Std erzielte Caprice aber eine gute Zeit, die fürs Mannschaftsergebnis ganz wichtig war. Außerdem stellte Caprice damit einen neuen Siegerlandrekord in der Klasse W30 auf!

Drittschnellste Deuzer Läuferin war auch diesmal **Linda Schäfer**, die in der tollen Zeit von 1:28:21Std ihren ersten(!) Halbmarathon beendete. Wertvolle Schrittmacherdienste leistete hier **Horst Günther**, der für ein gleichmäßiges Tempo sorgte und mit 1:29,42Std ebenfalls eine persönliche Bestzeit erzielte.



Die Frauenmannschaft des TuS Deuz in der Besetzung **Otterbach/Giehl/Schäfer** belegte in der Gesamtwertung einen tollen 5.Platz und verbesserte den eigenen Siegerlandrekord aus

dem vergangenen Jahr um 6 Minuten auf großartige 4:15,42Std.

Damit zählen die Deuzer Frauen zu den schnellsten Teams in Deutschland; mit dieser Zeit werden sie in der Bestenliste 2013 sicherlich einen Platz unter den ersten Zehn belegen.

Selbst die zweite Frauenmannschaft kam mit der Zeit von 4:34,50Std in der Besetzung **Schäfers/Shimaneni/Müller-Scherzant** noch auf Platz 11 von 18 Mannschaften!

Katharina Schäfers läuft erst seit kurzem bei Meisterschaften und erreichte mit 1:30,22Std direkt eine sehr gute Zeit, die in Zukunft auf weitere Steigerungen hoffen lässt.

Nach ihrem Heimaturlaub deutete **Gresia-Grace Shimaneni** mit 1:31,38Std wieder an, dass bei den Meisterschaften im Herbst mit ihr zu rechnen sein wird.

Gabi Müller-Scherzant war ein halbes Jahr verletzt, trainiert erst seit 4 Wochen wieder

Deutsche Meisterschaften Halbmarathon Refrath

Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

systematisch und lief trotzdem in 1:32:49Std(Platz 9 in der W40) ihren zweitschnellsten Halbmarathon. Auch mit ihr ist wieder zu rechnen und es bestehen gute Chancen, dass sie im Herbst wieder unter 1:30Std laufen kann.

Anna Schneider aus Nenkersdorf lief gestern 1:37,17Std, wobei man ihre gesundheitlichen Probleme berücksichtigen musste; ihr Wille, das Rennen zu Ende zu laufen, muss man absolut positiv werten.



Last but not least nahm auch **Ulrike Pithan** die Halbmarathonstrecke in Angriff und konnte sich am Ende in 1:56,26Std als deutsche Vizemeisterin in der Klasse W65 feiern lassen. Herzlichen Glückwunsch Ulrike!

Deutsche Meisterschaften Halbmarathon Refrath

Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

Nach den Ausfällen von Waldemar Schmidt und Mathias Kraft gingen bei den „jüngeren“ Männern (bis M45) nur drei Aktive des TuS Deuz an den Start, die aber allesamt zu überzeugen wussten.

Unser Topmann **Thomas Tremmel** konnte in den letzten Wochen arbeitsbedingt nur eingeschränkt trainieren und war daher mit seiner Zeit von 1:10,52Std. absolut zufrieden. In dem Klassefeld landete er damit auf Gesamtrang 31.

Schon seit Jahren die Zuverlässigkeit in Person ist **Andreas Senner**. Trotz einer leichten Lebensmittelvergiftung in der Vorwoche kam für ihn eine Absage nicht in Frage. Seine angestrebte Zielzeit von 1:17,30Std wurde mit 1:17.26Std (Platz 14 M40) fast punktgenau erreicht. Mit dieser Einstellung ist Andreas ein Vorbild vor allem für unsere jüngeren Aktiven.



Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

Andreas Oster wollte sich die Teilnahme an einer deutschen Meisterschaft ebenfalls nicht nehmen lassen und beendete das Rennen in 1:37:21Std.



Der TuS Deuz hatte diesmal eine M55 Mannschaft am Start, die sich im Vorfeld eigentlich nicht viel ausgerechnet hatte. Aber jeder gab sein Bestes, so dass man sich im Endeffekt in 4:36,37Std. über die deutsche Vizemeisterschaft freuen konnte. Damit war gleichzeitig der 4.Siegerlandrekord an diesem Tag fällig!

Schnellster Deuzer M55 Läufer war erwartungsgemäß **Holger Natzke**, der in 1:25,11Std

Deutsche Meisterschaften Halbmarathon Refrath

Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr

Neunter in der Einzelwertung wurde.



Auch **Uli Vitt** biss sich gut durch und finishte in 1:34,16Std, womit er sehr zufrieden sein konnte.

Selbst Abteilungsleiter **Karl Steiner** ließ sich von der Euphorie in der Laufabteilung anstecken und steuerte in 1:37,09Std seinen Teil zur Vizemeisterschaft in der M55 Mannschaft bei.

Deutsche Meisterschaften Halbmarathon Refrath

Geschrieben von: Dieter

Montag, den 15. April 2013 um 13:45 Uhr



[Ergebnisliste](#)