

## 28.Freiengrunder Osterlauf

Geschrieben von: Torsten

Montag, den 09. April 2012 um 13:35 Uhr

---

### **Ivonne lässt alle zittern – Nur 4 Grad beim Freiengrunder Osterlauf aber neuer Streckenrekord durch Markus Mockenhaupt**

Es ist seit 1984 eine feste Tradition im heimischen Laufkalender, jährlich am Karsamstag die Schuhe zu schnüren. Dennoch war beim diesjährigen Osterlauf im Salchendorfer Freiengrund einiges anders als zuletzt. Bisher wurden insgesamt fünf Distanzen angeboten, die Cup-Punkte bei den Erwachsenen gab es dabei stets auf der längsten Strecke- dem Halbmarathon. Jahrelang teilten sich daher die Kräfte der etablierten Szene, wobei es zuletzt drei Mal in Folge so war, dass der eigentliche Hauptlauf im Cup teilnehmermässig weniger frequentiert wurde, als die bei Hobbyläufern allgemein beliebtere 10km-Strecke. Überhaupt ist die Teilnehmerzahl beim 2.Saison-Lauf im AusdauerCup leider seit Jahren stetig rückläufig. Statt 306 standen vor einem Jahr fast 17 Prozent mehr in den Meldelisten, vor 5 Jahren waren es noch 36 Prozent mehr.

Befragungen nach dem „warum“ durch den Organisator Horst Ritter führten dazu, in diesem Jahr die lange Strecke nicht mehr anzubieten und stattdessen die >klassischen 10< als Cuplauf auszurufen. Andreas Oster, selbst ein erfahrener Halbmarathonist sowie jahrelanger „Osterläufer“ hätte es gern anders gesehen, jedoch fand seine Stimme augenscheinlich nicht die Mehrheit. Bei der nun 28.Auflage mussten sich ferner alle Teilnehmer warm anziehen. Schuld daran war Ivonne! Ihr Name stand aber nicht für fremde übermächtige Konkurrenz, sondern für das aktuell vorherrschende Wetter-Tief, was uns nach sonnigen Märztagen die Launen der Natur mit plötzlichen leichten Schneeschauern eiskalt spüren liess.

Los ging es wie immer mit den Jüngsten, wobei bei den Bambinis zwei mehr als im Vorjahr antraten und sowohl die männlichen- wie auch weiblichen Sprösslinge in der Spitze diesmal schneller waren. Anders sah es bei den Schülern- und Schülerinnen aus! Hier hatten offenbar viele besorgte Muttis durch den plötzlichen Kälteeinbruch ein Veto eingelegt, denn es waren glatte 20% weniger am Start, als 2011. Wie zuletzt wurde nicht nach Geschlechtern getrennt gestartet, sondern nach Altersklassen, die 8-11jährigen sowie die 12-15jährigen bildeten bei beiden Startgruppen beim 1000m-Lauf. Ebenso wie die ganz Kleinen (300m) bestritten alle Schüler ihren Wettkampf ausschliesslich auf der Tartanbahn. Bemerkenswert und ungewöhnlich war der Ausgang im Bereich U12, denn bei den C-Schülern/innen war Celina Harzer (VfB Wissen) in 3:45' mehr als eineinhalb Minuten schneller als der Sieger bei den gleichaltrigen Jungs! Hier im Blickpunkt stand ein anderer, nämlich Gastläufer Paul Peez (ASC Darmstadt). Der M15-Starter triumphierte souverän in ganz starken 2:59'. Rekordverdächtig, denn eine schnellere 1000er-Zeit lässt sich altersklassenmässig bis Anfang der Neunziger Jahre nicht zurück ermitteln. Nicht ganz glücklich drein schaute auf der späteren Siegerehrung

## 28.Freiengrunder Osterlauf

Geschrieben von: Torsten

Montag, den 09. April 2012 um 13:35 Uhr

---

### **Anna-Sophie Oster**

(W14), obwohl sie ihre Vorjahreszeit um 10 Sekunden auf 4:34' steigern konnte. Papa Andreas bemerkte, dass es diesmal eben Bronze statt Silber war! Dennoch konnte wieder ein Mädchen aus der Deuzer Laufjugend das zweithöchste Treppchen besteigen- nämlich

### **Laura Schönling**

! Sie zeigte sich einmal mehr gut in Form und durchlief den Zielkanal nach ansprechenden 4:08min. Laura (W13) musste sich lediglich der Betzdorferin Anna-Lena Mockenhaupt geschlagen geben, konnte jedoch ihre eigene Vorjahreszeit ebenso verbessern.

Der Jedermannslauf über 5km, welcher in Salchendorf seit Jahren eher wenig Interesse auslöst, lockte am heutigen Tage wenigstens wieder etwas mehr Starter als vor Jahresfrist auf den Sportplatz „Ludwigseck“. Genau wie im Hauptlauf geht es auf der Halbdistanz zunächst eineinhalb Mal ums Stadionrund. Gut für die Zuschauer, gut auch für die Sportler, welche sich so noch ein wenig warmlaufen- und auf die ersten Höhenmeter der noch jungen Cup-Saison einstimmen können. Der Sieger hiess genau wie im Vorjahr Jonas Hoffmann! Der Kreuztaler im Trikot der LG Kindelsberg blieb knapp unter seiner letztjährigen Zeit, trotz dessen es heuer kein Zielfinish gab. Mit sehr guten 18:05' hatte er auf den 60 Höhenmetern eine halbe Minute Vorsprung auf den Zweitplatzierten heraus gelaufen. Eigentlich bestimmte aber ein Trio das Geschehen, denn auch **Stefan Brockfeld** folgte „fast auf dem Fuss“! Auch Brocki holte noch eine starke 18er-Zeit (3:47/km) sowie den 2.Platz gemessen am männlichen Gesamtklassement. Das Siegerpodest kennt er hier natürlich bestens, denn 2011 war er M45-Sieger im Halbmarathon. Das für ihn in Salchendorf „was drin“ ist, wusste

### **Volker Stein**

heute bereits beim Aufstehen! Folglich mit gutem Bauchgefühl angereist, konnte für ihn also nichts schief gehen, was sich mit dem Bronzerang (20:55') in der Jedermanns-Wertung, hinter seinem Vereinskollegen, prompt im Rahmen aller Erwartungen widerspiegelte. „Stoni“ zeigte sich heute ausgesprochen lauffreudig, so dass er fast folgerichtig mehr als 1 Minute unter seiner Vorzeit blieb. Nicht minder erfolgreich war der Auftritt von

### **Vanessa Oster**

. Die W15-Siegerin aus der vergangenen Saison war auch diesmal wieder die Schnellste, allerdings jetzt im Rahmen aller Frauen, die sich dem 5km-Feld stellten. Gewertet wurde sie in der WU20 und konnte im Rennverlauf die wohl einzig vertretene ernsthafte Aspirantin Luzia Kämpfer (LGK) um den Titel „schnellste Frau“ um 6 Sekunden hinter sich platzieren. In ihrer eigenen Altersklasse folgte wie zuletzt

### **Celina Schönling**

auf dem 2.Platz. Im Ziel war Celina zunächst ziemlich platt, sie hat sich unter den Augen der Mutti völlig ausgepowert, was sich auch in einer anständigen Laufzeit niederschlug. Beim Auftakt in Herdorf war sie -auf einer als „einfacher“ geltenden Strecke- noch 16 Sekunden langsamer- Prima Celina! Die Klasse der Walker entschied

### **Eckhard Halfmann**

aus Deuz mit deutlichem Vorsprung von fast 6 Minuten.

## 28.Freiengrunder Osterlauf

Geschrieben von: Torsten

Montag, den 09. April 2012 um 13:35 Uhr

---

Numerisch las sich das 200 Mann starke Teilnehmerfeld im als Hauptlauf deklarierten 10km-Wettkampf als eine breite Konkurrenz, berücksichtigen muss man allerdings, dass der Halbmarathon ganz entfallen ist. Erneut nicht vertreten war auch eine ganze Reihe von Wendener Sportlern. Dementsprechend durfte man wieder den Goetzelauf-Sieger Knut Seelbach zu den möglichen Favoriten zählen. Wie Knut später berichtete, waren ihm die Gegebenheiten gar nicht Recht, denn als Tempomacher fühlt er sich „bei weitem nicht so wohl wie in einer Verfolgerrolle“. Zunächst sah auch alles danach aus, denn Markus Mockenhaupt verliess als Erster das Stadion und machte sich auf den Weg in den Wald. Anfangs war alles noch sehr eng beisammen, auch **Andreas Senner** war dem Duo dicht auf den Fersen. Der spätere Sieger Mockenhaupt wollte von Anfang an Druck machen, er hatte sich hier im Vorfeld was ausgerechnet. Fairerweise räumte er beim Auslaufen ein, dass „die Reihenfolge hätte auch ganz anders aussehen können, wenn der eine oder andere Wendener am Start gewesen wäre“. Dennoch durfte er bei der Ehrung reichlich Glückwünsche entgegen nehmen- es war nicht nur der Sieg sondern vor allem die Zeit die aufhorchen liess. Mit 34:23min hatte der 31jährige Alsdorfer einen neuen Streckenrekord aufgestellt. In die vorderen Platzierten mischte sich auch ein bisher unbekanntes Gesicht, Student Christian Quast (DLL Aachen) gewann die MHK. Eigentlich ein „zweifacher Sieger“ war aber unser Andreas Senner! Das er die starke M40 in 35:50' abräumt, ist allgemein eher keine grosse Überraschung. „Ayrton“ trat allerdings hinterher, vielleicht in Erinnerung an seinen Vorjahres-AK-Sieg, gleich noch mal an und absolvierte als schnellen Trainingslauf gleich mal den kompletten Halbmarathon! Alle Achtung, das ist ein Pensum welches vordergründig seinen aussergewöhnlichen Ergeiz unterstreicht. Als „kleinen Doppelstarter“ sah man wie im Vorjahr (5+HM) Volker Stein, der diesmal die 5km+10km herunter spulte. Das sich die Kräfte heute konzentrierten spürten

### **Hanjo Wagener**

und

### **Holger Natzke**

. Beide der Trainingspartner mussten diesmal mit 4.Plätzen Vorlieb nehmen, obwohl Hanjo wie auch Holger in Salchendorf schneller als beim Saisonauftakt waren. Dazwischen schob sich

### **Matthias Kraft**

, welcher als M45-Starter die zweitbeste Tageszeit lief und als Freund profilierten Geländes bekannt ist. Ihm in nichts nach stand Uli Vitt, der in der M55 Silber (43:25') nach Hause brachte. Während Andreas Senner in seiner Konkurrenz einmal mehr das Maß aller Dinge war, sicherte sich

### **Jens Ulmer**

in der hart umkämpften M40er-Klasse noch einen einstelligen Platz. Für Rang 9 waren 41:20' nötig, was nebenbei 12 Cup-Punkte bescherte. Deutlich formverbessert zeigte sich

### **Vincenzo Civitavecchia**

. Ihm gelang es sowohl seine eigene Vorzeit um zweieinhalb Minuten zu steigern, wie auch die Herdorf-Zeit zu unterbieten- Platz 6 (M35). Vati Weber hatte nach dem Startschuss zunächst die gegenteiligen Sorgen, denn

### **Sebastian**

heftete sich gleich an die Fersen von Mockenhaupt, Seelbach und Senner! Dies deutete auf eine 35er-Endzeit hin, was sicher nicht nur Herrn Weber völlig unrealistisch erschien. Unser „Sportler des Jahres“, der auf Herdorf verzichtete und vor Wochenfrist in Ferndorf ins Laufjahr einstieg ist als Schnellstarter bekannt, bringt sich selbst aber immer wieder in die Breduille, wenn der Startturbo ins Stocken gerät. Dennoch bekam Sebastians Auftritt einen gelungenen

## 28.Freiengrunder Osterlauf

Geschrieben von: Torsten

Montag, den 09. April 2012 um 13:35 Uhr

---

Anstrich, denn die 43:51' war um 1 Minute flotter als 2011- gut gepokert Sebastian! Kurz vor Rennende schob sich noch Vereinskollege

### **Volker Stein**

vorbei, „Stoni“ hat perfekt mit den eigenen Kräften gehaushaltet. Nach eigenen Aussagen „unter seinen Möglichkeiten“ blieb diesmal

### **Andreas Oster**

, auch wenn ihm für seine durchaus passable Leistung nach 46:39' wertvolle 4 Cup-Punkte gut geschrieben wurden. Seine aktuelle Jahresbestleistung liegt bei 43:55min, aufgestellt in Niederfischbach. Trotz seiner zuletzt stetig ansteigenden Form zählte

### **Torsten Hähling**

beim Osterlauf wohl zu den grössten Überraschungen. Erdrutschartig die Laufzeiten-Veränderung im Verhältnis zu seinem letzten Auftritt beim TVS- denn mehr als 5 1/2-Minuten schneller als 2011 lassen aufhorchen! Auch nicht zu erwarten, dass die erst vor 2 Wochen aufgestellte persönliche Bestzeit beim flachen Herdorfer Stadtlauf gleich nochmal um 44 Sekunden unterboten wurde- dranbleiben Torsten, auch wenn er am Ende einmal mehr „mit leeren Händen“ da stand, in der M40 hängen bekanntermassen die Früchte ausgesprochen hoch. 48:04min reichten so nur zum 21.Platz. Ihm gleich machte es

### **Andreas Riethig**

, der seinen letzten Punkterang (M45) sogar noch knapper verpasste! Ein Viertel aller Läufer zählte man allein in den Klassen M40/45. In dessen Folge erhält eine anständige Leistung, die bspw. Andreas auch ohne Cup-Punkte in 48:34' aufstellte viel zu wenig Gewicht.

Zwischenzeitlich lagen beide Letztgenannten „auf Augenhöhe“. Während Torsten bergauf mehrmals vorbeikam, beschleunigte und überholte Andreas auf den Passagen mit Gefälle.

Für viel Freude in den Augen von Abteilungsleiter Karl Steiner sorgten zuletzt die Deuzer Frauen. Geschmückt mit dem Titel des **Westdeutschen Meisters** (W35-Mannschaft) auf der einen- sowie dem Herdorf-Gesamtsieg von Gresia-Grace Shimaneni auf der anderen Seite, gingen unsere Damen auch im Freiengrund optimistisch und engagiert an den Start, was sich durch die späteren einzelnen Einläufe auch entsprechend darstellte.

### **Gresia-Grace**

bot sich heute erstmals die Gelegenheit, mit der beinahe „vollen Kapelle“ der weiblichen Hauptklasse der Region die Kräfte zu messen. Alle in den letzten Jahren dominierenden Läuferinnen sowie zwei der drei Vorjahressiegerinnen waren am Start. Besonders Lisa Jaschke, als Inhaberin des Streckenrekordes, wurde besonders hoch gehandelt. Dabei blieb gerade sie sehr deutlich über ihrer Bestzeit, welche sie gleich um dreieinhalb Minuten liegen liess. An der Kölnerin vorbei zog auf der Strecke auch noch Tina Schneider (ASG Altenkirchen). Mit 41:07' sicherte sich die 22jährige Westerwälderin den Tagessieg. Nur um wenige Meter verfehlte Gresia-Grace schlussendlich den Vizerang, als sie mit 42:06 als Gesamtdritte einlief. Das kalte Wetter spielte eher nicht in ihre Karten, dennoch kam sie erneut dicht an ihre starke Herdorfer Zeit heran und erzielte ihre zweitbeste 10km-Zeit im Trikot des TuS Deuz. Wie zuletzt konnte

### **Linda Schäfer**

den Platz direkt hinter der gebürtigen Namibianerin dingfest machen, in der gut besetzten WHK waren dafür 44:18' nötig. Die Eichenerin Katrin Di Teodoro, welche in der Szene zuletzt durch

## 28.Freiengrunder Osterlauf

Geschrieben von: Torsten

Montag, den 09. April 2012 um 13:35 Uhr

---

einen stetigen Formanstieg auffiel, konnte die W30 gewinnen. Allerdings war dies ein knapper Sieg, weil

### **Rebecca Birkner**

in ebenso starken 42:53 nur Sekunden später als Klassenzweite folgte. Um Medaillen in der W45 zu holen, musste traditionell ein Deuzer Duo geschlagen werden-

### **Susanne Büdenbender**

und

### **Hilu Weissensel**

! Wieder lagen Welten zwischen den beiden und der folgenden Konkurrenz, was theoretisch auch untereinander zu „taktischen Spielchen“ hätte führen können. Allein die Professionalität der frischgebackenen Titelträgerinnen Westdeutschlands schloss dies von Anfang an aus. Jede lief ihr eigenes Rennen und hatte die spätere Position auch ohne mögliches Sprintfinish beizeiten gefestigt. Susanne siegte so in 44:08' vor Hilu, stand aber mit ihr gemeinsamen neben der Dritten Ina Ketzer (50:21) auf dem Podium.