



LC RON-HILL BERLIN e.V.

www.ron-hill.de

Unsere Kontonummer:

Postbank, BLZ:100 100 10

Kontonummer: 6365 73 101

2.Konto (für Startgelder):

Postbank

345 31 106

Kolumne

Liebe Ron-Hiller,

beim Wintertraining scheiden sich die Geister. Wer jetzt das Training während der kalten und dunklen Jahreszeit schleifen lässt, wird es sehr schwer haben bis zu den großen Läufen im Frühjahr wieder in Form zu kommen.

Wer aber jetzt schon in der Halle harte Tempo- und Intervalleinheiten absolviert hat, der soll sich nicht wundern, wenn ihm im Frühjahr die Grundlagen für die langen Läufe fehlen.

Ich hoffe ihr seid vernünftig gewesen und habt euch eure Wettkampfhärte bei Crossläufen und langen Einheiten geholt, seid unverletzt geblieben und blickt mit mir erwartungsvoll den vielen schönen Läufen entgegen.

Alle Gute und natürlich gesunde Füße!

Helmut

Das Allerneueste:

- **Unser Verein** und der Förderverein Landschaftspark Nordost veranstalten am **Ostersonntag, dem 31.03.2013 um 10:00Uhr den 5.Wartenberger Osterlauf**. Es wird in diesem Jahr die Möglichkeit geben, vor und/ oder nach dem Lauf verschiedene Disziplinen des Sportabzeichens zu absolvieren. Wir benötigen einige Helfer und freuen uns auch über viele Läufer unseres Vereins, die nur dann kostenlos starten dürfen, wenn sie sich bei Ilka Gomoll (bis zum **27.03.2013** angemeldet haben. Bei Meldung vor Ort wird die übliche Nachmeldegebühr von 2,-Euro fällig.
- Alle Jahre wieder...
Wir suchen wieder Helfer für unseren diesjährigen 21.Lauf durch den Volkspark Friedrichshain, diesmal am Pfingstsonntag, den 19.05.2013. Wer hat Lust und Zeit uns als Helfer im Org.büro, an der Verpflegungsstelle oder als Streckenposten zu unterstützen? Bitte bei Helmut Scharping melden.

Einladung

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

Hiermit lade ich Euch zur ordnungsgemäßen Mitgliederversammlung am **Montag, den 08. April 2013 um 18:30Uhr in die Warnitzer Straße 13a**, Berlin Hohenschönhausen ein. (Humboldt-Haus, WBG Humboldt Universität, Parkplätze sind vorhanden)!

Tagesordnung:

1. Entgegennahme und Bestätigung des Geschäfts- und Kassenberichtes über das vergangene Geschäftsjahr
2. Aussprache bzw. Diskussion zu den Berichten
3. Beschlussfassung von Fälligkeit und Höhe der Aufnahmegebühren und der Jahresbeiträge 2013 (§10)
4. Beschlussfassung über den Haushaltsplan 2013 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 Helmut Huber schriftlich mit kurzer Begründung einzureichen.

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

Helmut Huber

Vereinsnachrichten:

- Herzlichen Dank für **Kartengrüße** von Eike Tank vom Ägypten-Marathon, den er bei extremer Hitze nach 5:50:16h finishte. Kartengrüße erreichten uns auch von Gaby und Helge Ziems, die einen frühlingshaften Urlaub auf der Blumeninsel Madeira verbrachten.
- Aufgrund von starken gesundheitlichen Problemen und einer OP musste unser langjähriger Vorsitzender Werner Zock nach einem längeren Krankenhausaufenthalt umziehen. Er wohnt nun in Pankow im Senioren- und Therapiezentrum Haus am Park. Wir wünschen ihm gute Besserung!
- Am 03.10.2013 starteten 485 LäuferInnen bei gutem Herbstwetter beim **76.Strausseelauf**. Auf der anspruchsvollen 9,2km-Runde über viele Wurzeln und enge Wege war Jürgen Tetzl auf dem 26.Platz (5.M45) in 36:03min der Schnellste unseres Vereins. Siege in ihren Altersklassen erzielten Marion Sarasa (W60) und Bernd Holtkamp (M75). Marion dominierte mit 44:23min ihre Altersklasse und kam als 13.Frau ins Ziel (140.Platz), Bernd siegte in 55:32min, (384.Platz). Lothar, der schon seit einigen Monaten an einer hartnäckigen Verletzung laboriert, musste sich mit dem 2.Platz der M60 in 40:13min zufrieden geben.

- Auf der bergigen Laufstrecke der **Sägerserie** im Hermsdorfer Forst starteten am 06.10.12 beim 1.Lauf unsere neuen Mitglieder Udo Palm und Simone Oester. Udo Palm belegte über 9,8km den 4.Platz in 53:38min. Bei den Frauen erreichte Simone über 6,8km den 7.Platz und wurde in ihrer Altersklasse in 32:01min nur knapp geschlagen Zweite. Beim 2.Lauf am 10.11. musste jeder Läufer einen Kilometer mehr als beim 1.Lauf absolvieren. Udo belegte mit 58:42min (10,8km) den 3.Platz der M60, Simone freute sich über den 2.Platz bei den Frauen in 36:47min (7,8km). Auf den 3.Lauf am 08.12. musste Simone leider wegen einer Bänderverletzung am Sprunggelenk verzichten. Udo Palm finishte die 12,8km in 1:13:15h und wurde Fünfter seiner Altersklasse. Nun darf er sich mit Stolz „Säger“ nennen, der über 40 teils sehr steile Anstiege überwand. In 3:05:33h (33,4km) belegte er den 3.Platz seiner Altersklasse!
- Der Andrang für den **Bierpaarlauf** ist seit Jahren ungebrochen. Auch in diesem Jahr musste Jürgen Friede die Teilnehmerliste schon im August schließen, da das Teilnehmerlimit von 100 Paaren erreicht war. Am 06.10.12 traten bei der 15. Auflage 74 Paare, teilweise wild kostümiert an, um mit viel Spaß je 5x900m zu laufen und 5 Bier a 0,3l zu trinken. Christian Karbe erreichte mit seinem Partner Karsten Laborn den 2.Platz (34:12min) hinter den Siegern aus Rangsdorf (32:59min). Bei den Mixed-Paaren setzte sich Marion Sarasa mit Lauf- und Trinkpartner Denes Bergau in 39:11min durch (12.Platz). Großfamilie Henry war gleich mit 6 Paaren am Start, hier waren Paul Koplín und Tom Groß (29.Platz, 41:43min) deutlich vor seinem Vater Rötger Henry mit Tochter Luise (71.Platz, 53:26min) im Ziel.
- Nach gründlicher Planung durch Uwe Mohr machte sich am 05.10.2012 eine Gruppe von 14 Läufern und Läuferinnen auf den Weg nach Dierhagen, um dort in einem großen Ferienhaus ein entspanntes Wochenende an der Ostsee mit Strandspaziergängen und gemütlichen Abenden zu verbringen. Am ersten Abend wurde zudem der Geburtstag von Dana Wolf gefeiert. Den krönenden Abschluss bildete am Sonntag der **6.Ostsee-Staffel-Marathon**, bei dem jedes Staffelmittglied eine Kräfte zehrende 5,22km-Runde durch den Wald und weichen Ostseesand absolvieren musste. Nach dem Regen des Vortages freuten sich alle Läufer über die strahlende Sonne, so machte das Anfeuern der Mannschafts-Mitglieder doppelt Spaß. Zur Stärkung gab es Obst, diverse Getränke und verschiedene Speisen für die Läufer. Mit 104 teilnehmenden Staffeln verzeichneten die Organisatoren einen neuen Rekord. Unsere schnellste Staffel mit Jürgen Tetzl, der doppelt eingesetzt wurde, Sascha Wolf, Ilka Gomoll, Uwe Mohr, Jens Labenz, Holger Rothe und Sylvia Jacobs erzielte starke 3:02:30h und freute sich über den überraschenden 3.Platz in der Vereinswertung. In 3:48:01h lief unsere zweite Staffel jubelnd ins Ziel und freute sich über den 11.Platz der Vereinswertung sowie die verdiente Medaille. Nach der Siegerehrung und einem abschließenden Fischbrötchen ging ein sportliches Wochenende zu Ende.

- Beim **27.Budapest-Marathon** am 07.10.12 starteten 3600 Läufer auf der flachen Strecke, die an beiden Seiten der Donau entlang führte. Steffen Lüder, der durch eine Bauchmuskelerletzung im Vorfeld in der Vorbereitung behindert wurde, finishte in 4:08:29 (206.M45).
- Beim **7.Lauf des Marzahner Läufercups** am 10.10.12 erwarteten die LäuferInnen optimale Bedingungen, um gute Zeiten zu erzielen. Erstmals waren über 5000m mit 18 Startern fast doppelt so viele Läufer wie bei den 10000m am Start. Bei den Frauen gab es für unseren Verein einen Doppelsieg zu feiern, Sylvia Jacobs siegte in schnellen 20:24,3min vor Ilka Gomoll in 21:40,5min. In der AK M70+ siegte Bernd Holtkamp in 28:13,7min vor Ingo Balke (VfL Tegel, 28:26min) und Helge Ziems in 31:17,5min. Beim abschließenden Lauf am 24.10.12 herrschten milde 14°C und viele Läufer nutzten die guten Bedingungen ein letztes Mal für ordentliche Ergebnisse. Einzige Starterin unseres Vereins war Sylvia Jacobs im 30'-Lauf. Sie belegte mit 7270m den 2.Platz bei den Frauen hinter ihrer 36 Jahre jüngeren Rivalin Marlene Hunger (7450m). In der Gesamtwertung der Serie siegte Sylvia Jacobs souverän mit 200 Punkten (8 Läufe), Helge Ziems gewann in der AK M70+ mit 147 Punkten (7 Läufe) vor Bernd Holtkamp mit 140 Punkten aus 5 Läufen.
- Der bunt gefärbte Herbstwald zeigte sich beim **35.Harz-Gebirgslauf am 13.10.12** wieder einmal von seiner besten Seite. Die anspruchsvollen Strecken verlangten auch von den 11 Läufern unseres Vereins Höchstleistungen. Auf allen drei Hauptstrecken stellten sich jeweils knapp 800 Läufer dem Starter. Anne Barber drückte im 11km-Lauf der Konkurrenz ihren Stempel auf und siegte in 49:07min vor der Einheimischen Yvonne Brandecker (49:26min). Bei den Männern benötigte Peter Rymarowicz genau 10 Minuten länger als Anne, um das Ziel zu erreichen. Nach längerer Verletzung war er mit dem 7.Platz seiner Altersklasse zufrieden. Mit 1:28:17h erreichte Detlef Koch fast die gleiche Zeit wie im Vorjahr. Auf der 22km Strecke kam es zu einem spannenden Duell zwischen Jürgen Tetzl und Gunnar Barber, welches Gunnar in 1:37:16h knapp für sich entschied und damit Fünfter seiner Altersklasse wurde. Bei den Frauen lief Elke Barber nach 1:52:20h ins Ziel und konnte ihre Altersklasse W50 mit großem Vorsprung für sich entscheiden. Ebenfalls mit einer Zeit unter der 2h-Marke erreichte Ilka Gomoll das Ziel. 1:56:06h reichten aus, um den 3.Platz im Drei-Länder-Cup (Celle, Schwerin, Harz) zu sichern. 718 Läufer, darunter 4 RON-HILL'er, nahmen die Herausforderung an, über den Brocken zu laufen. Erstmals meisterte Steffi Möhring diese harte Strecke. Sie erzielte als 13.Frau starke 4:13:07h und wurde Zweite ihrer Altersklasse. Unsere Männer, einige Altersklassen höher, konnten da nicht ganz mithalten, blieben aber alle unter der 5h-Marke. Klaus Hoffmeister finishte nach 4:36:27h, Knuth Triebe und Peter Schmidt folgten in 4:53:46h bzw. 4:54:31h, alle drei blieben deutlich unter ihrer Vorjahreszeit. Knuth Triebe belegte zudem beim Drei-Länder-Cup den 2.Platz der AK M55! Herzliche Glückwünsche an alle Platzierten!!

- Am 13.10.12 startete Sylvia Jacobs erstmals beim **6.Diedersdorfer Schlosswiesenlauf über 10km**. 235 Läufer gingen bei strahlendem Sonnenschein auf den Rundkurs an Wiesen entlang und auf schwierigen Untergrund mit Steinplatten, die gefährliche Stolperkanten aufwiesen. Bei den Frauen siegte Sylvia souverän in starken 40:25min, damit musste sie nur 10 Männern den Vortritt lassen.
- Helge Ziems startete in Menz (bei Rheinsberg) beim 7.Lauf „**Aktiv im Ruppiner Seenland**“ über 7,3km, belegte in 49:27min den 33.Platz und freute sich über den 3.Platz seiner Altersklasse.
- Am 14.10.12 starteten 133 Läufer beim **35.Belziger Burgenlauf** über anspruchsvolle 25km durch den Fläming. Egbert Jakubzick lief nach 2:57:43h ins Ziel und wurde 14. der Altersklasse M55.
- Der beliebte **Liepnitzseelauf** sah bei seiner 67.Auflage 244 Läufer am Start über 8km. In 36:55min belegte Simone Oester bei den Frauen den 5.Platz verpasste als 29. der Gesamtwertung hauchdünn den Sieg in ihrer Altersklasse. Über den 3.Platz seiner Altersklasse M60 in 42:35min freute sich Udo Palm. Die Strecke über viele Hügel und Wurzeln um den Liepnitzsee liefen Wolfgang Augsten und Klaus-Peter Ulbricht gemeinsam, sie erreichten nach 52:59min (4.M60) das Ziel. Herzliche Glückwünsche!!
- Mit 7225 Teilnehmern gab es bei der **5.Auflage des Asics Grand 10** am 14.10.12, dem schnellsten 10km-Lauf Deutschlands, einen neuen Teilnehmerrekord zu feiern. Leonard Komon siegte in 27:29min, dies war schon der dritte aufeinanderfolgende Sieg an der Spree. 5 Läufer unseres Vereins nahmen den Kurs durch Charlottenburg und den Zoo in Angriff. Wie im Vorjahr lief Robert Edler ein schnelles Rennen und belegte in 35:05min den 48.Platz. Heinz Lachmann zeigte in 43:46min, dass er auch nach dem Berlin-Marathon noch in guter Form ist, er wurde knapp geschlagener Zweiter seiner Altersklasse. Bei den Frauen lief Kati Kiele nach vorsichtigem Beginn (5km: 22:08min) immer schneller und erzielte als 51.Frau sehr gute 43:52min. Beim Audi-Cup 2012, bei dem die Altersklassen Platzierungen vom Airport-Run, dem 25km Lauf von Berlin und dem Asics Grand 10 addiert werden, starteten 312 Läufer. Hier erhielten die besten 10 Männer und Frauen kleine Preise. Heinz Lachmann überzeugte mit 4 Punkten und wurde Dritter. Erhard Bader belegte nach dem 6.Platz im Vorjahr in diesem Jahr den 8.Platz mit 9 Punkten und erhielt dafür eine Campingtasche mit Rucksack, Badetuch und Trinkflasche. Herzliche Glückwünsche!!

- Nachdem im letzten Jahr nach dem **50.Crosslauf der LG Süd** das Ende der Veranstaltung bekannt gegeben wurde, überraschte umso mehr, dass es am 20.10.12 nun doch eine 51.Auflage gab. Mit dem neuen Organisationsteam und dem Sponsor Vigour war es gelungen, den einzigen „echten“ Crosslaufs Berlins weiter leben zu lassen. Neu waren die Auswertung durch die Firma Ziel-Zeit und der 5km-Volkslauf mit 43 Läufern. Beim vorletzten Lauf des Berliner Läufercups starteten 157 Läuferinnen und Läufer über anspruchsvolle 10km mit ständigem Auf und Ab. Hinter dem Sieger Jonas Engler (33:35min) belegte Michael Standing in schnellen 38:46min den 15.Platz und wurde in seiner Altersklasse nur knapp geschlagener Zweiter. Dahinter folgte Jens Labenz in 44:04min, als Zweitbesten RON-HILL'er von 5 Startern. Über den 2.Platz seiner Altersklasse freute sich Udo Palm, er erzielte 54:33min.
- Nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr wussten die Organisatoren auch bei der 2.Auflage des **Elly-Beinhorn Laufs** am 21.10.12 zu überzeugen. 241 LäuferInnen starteten am Rathaus Schönefeld auf der flachen und schnellen Strecke. Zum neuen Teilnehmerrekord trugen auch 4 Starter unseres Vereins bei. Rene Kranz belegte in 38:51min den 6.Platz und stellte damit eine neue persönliche Bestzeit auf. Genau wie Rene (2.Platz M30) schaffte es auch Uwe Mohr in 41:18min (15.Platz) auf das Podest seiner Altersklasse (3.Platz M50). Bei den Frauen zeigte Ricarda Bäcker nach längerer Pause aufsteigende Form und freute sich über 50:13min (99.Platz, 9.W45). Nachdem Ricarda und Christine Mohr lange Zeit gemeinsam unterwegs waren, musste Christine Ricarda auf den letzten Kilometern ziehen lassen, freute sich aber in 51:47min über den 3.Platz ihrer Altersklasse (124.Platz).
- Beim **6.Müggelsee-Halbmarathon** gab es aufgrund des milden Altweibersommerwetters sehr viele Nachmeldungen am Veranstaltungstag, so konnten die Veranstalter mit 1248 Läufern einen neuen Teilnehmerrekord verzeichnen. Eine große Herausforderung stellte indes die Baustelle an der Gaststätte Rübezahl dar, alles war etwas beengt, auch die Warteschlange an den Toiletten war zu lang. Aber im nächsten Jahr soll es mit dem neuen Funktionsgebäude deutlich besser werden. Von diesen Problemen ließen sich die zahlreichen Läufer nicht abhalten, allein über 21,1km starteten 826 Läufer, das waren gut 100 Läufer mehr als im Vorjahr. Schnellster unseres Vereins war Heinz Lachmann, der in 1:36:55h seinen Vorjahressieg in der AK M65 wiederholte. Bei den Frauen verpasste Steffi Möhring nur eine Woche nach dem Brocken-Marathon in 1:40:06h als Vierte knapp das Podest. 251 Starter liefen die 10km-Pendelstrecke, hier siegte bei den Frauen erstmals Birgitt Uhlig in 41:28min vor Elke Schönhardt (43:47min).

- Am 21.10.12 startete Peter Schmidt beim **9.Magdeburg Marathon** und belegte in 4:50:02h den 394.Platz von 435 Teilnehmern (10.M60).
- Swetlana Berndt lief erstmals den **14.Morgenpost Marathon in Dresden über 10km**. In guten 58:20min belegte sie den 1301.Platz von 2300 Startern, das bedeutete bei den Frauen der 392.Platz (31.Platz W40).
- Eine neue Laufveranstaltung bot der SCC Berlin am 27.10.12 in der Döberitzer Heide bei Groß Glienicke an. Bei der Cross-Challenge sorgten 1100 Läufern für eine gelungene Premiere. Ein Herausforderung der besonderen Art wartete auf alle Teilnehmer, die auf der 13km Runde auf einem Hindernisparcour der besonderen Art mit sehr tiefen Geläuf, steilen Anstiegen mit Wassergraben, Kriechparcours und einer 2m hohen Wand unterwegs waren. Einziger Starter unseres Vereins war Robert Edler, der in Barfuß-Schuhen unterwegs war und die 13km nach 1:12:51h finishte.
- Nach dem Teilnehmerrekord aus dem Vorjahr konnte auch am 28.10.12 bei der 27.Auflage des **Schwärzeseelaufs** in Eberswalde-Finow mit 306 Läufern die 300-er Marke geknackt werden. Auf der 12km-Waldrunde freute sich Udo Palm in 1:03:42h über den 2.Platz seiner Altersklasse und belegte den 55.Platz von 89 Startern.
- Einzige Starter beim **37.Hubertuslauf** in Neuruppin waren diesmal Bodo Matthes und Annette Bethge auf der 27km Strecke. Bodo absolvierte die hügelige Strecke in 2:33:36h 12min schneller als im Vorjahr und belegte den 43.Platz von 62 Startern. Knapp geschlagen wurde Bodo von seiner Freundin Annette, sie finishte nach 2:33:18h und verpasste als Siegerin ihrer Altersklasse und Gesamt-Vierte nur knapp das Podest der besten Frauen.
- Am 03.11.2012 startete Egbert Jakubzick beim **Lauf um den Krummen See** über 14,8km auf idyllischer Laufstrecke. Er belegte in 1:23:30h den 73.Platz von 95 Startern und wurde 7. seiner Altersklasse.
- Im Rahmen eines Wellness-Wochenendes an der Ostsee starteten Christine und Uwe Mohr beim **17.Graal Müritzer Schneckenlauf**. Uwe Mohr erlebte über eine 10km eine durch den Küstenwald und durch den Ort führende Laufstrecke. Er belegte in 43:36min den 16.Platz von 40 Läufern und verpasste in seiner Altersklasse als Vierter denkbar knapp das Podest. Christine lief über 5km 25:59min und konnte so den Sieg in ihrer Altersklasse feiern (8.Frau, 41.Gesamtplatz von 80). Die Besonderheit des Laufs ist, dass jeder Läufer im Ziel eine Streuselschnecke erhält.

- In Hohen Neuendorf starteten am 04.11.2012 beim **10.Jubiläum des Herbstlaufes** 315 Läufer über 6,2km und 10,6km. Die kürzere Strecke an den Rotpfuhlen und durch das dortige Wohngebiet absolvierte Lothar Lehmann in 27:35min und siegte damit in der AK M60. Zwei idyllische Laufrunden bzw. 10,6km absolvierten 170 Läufer, hier kam Uli Kergel nach 45:45min (29.Platz) ins Ziel und verpasste das Podest seiner Altersklasse nur um wenige Sekunden. Marion Sarasa belegte bei den Frauen den 4.Platz und dominierte in 50:17min ihre Altersklasse W60.
- Die Veranstalter des **Teltowkanal Halbmarathon** durchbrachen bei der 9. Auflage mit 1005 Läufern auf den verschiedenen Strecken erstmals die Tausender Marke. Zwei Läufer unseres Vereins starteten mit 187 Läufern auf der 7,1km Strecke. Bei den Frauen herrschte starke Konkurrenz, so erzielte Simone Oester in 31:16min den 5.Platz und siegte in ihrer Altersklasse W45. Nur drei Plätze nach Simone erreichte Klaus Mendritzki auf dem 26.Platz das Ziel. In 32:54min freute er sich über den 2.Platz seiner Altersklasse M50. Herzliche Glückwünsche!!
- Beim **35.Friedrich-Ludwig-Jahn-Crosslauf** kämpften 166 Starter beim letzten Lauf des Berliner Läufercups um gute Ergebnisse und die letzten Cup-Punkte des Jahres. Von 5 Läufern unseres Vereins lief Jens Labenz in 14:36min die schnellste Zeit und kam auf den 6.Platz seiner Altersklasse. Auf der abwechslungsreichen Hügelrunde freuten sich Dirk Pätzig (15:10min), Ilka Gomoll (17:03min) und Udo Palm (18:55min) über zweite Plätze in ihren Altersklassen. Über 10,7km lief Peter Schmidt, der schon seit einigen Jahren regelmäßig dabei ist, in 1:00:53h ins Ziel. Damit war er mehr als eine Minute schneller als im Vorjahr und belegte den 40.Platz (Zweiter der AK M60).

Ergebnisse:**6.Müggelsee-Halbmarathon am 21.10.2012:**

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Steffi Möhring	21	134./ 2.W30 4.Frau	1:40:06h	Birgitt Uhlig	10	14./ 1.W50 1.Frau	41:28min
Heinz Lachmann	21	96./ 1.M65	1:36:55h	Simone Oester	5,0	12./ 1.W45 3.Frau	21:03min
Bodo Matthes	21	302./ 54.M45	1:50:07h				

6.Ostsee-Staffelmarathon am 07.10.12 in Dierhagen (5,22km pro Läufer):

Name	km	Ergebnis	Zeit in min	Name	Ergebnis	Zeit in min
Jürgen Tetzl	5,4	13./ 4.Verein	21:57	Sylvia Kegel	81./14.Verein	29:14
Sascha Wolf	5,2	24./ 7.Verein	24:27	Frank Britze	61./12.Verein	28:32
Ilka Gomoll	5,2	17./ 4.Verein	23:56	Anja Sander	92./ 14.Verein	32:56
Uwe Mohr	5,2	6./ 4.Verein	22:06	Dana Wolf	79./ 12.Verein	30:53
Jens Labenz	5,2	8./ 5.Verein	22:21	Paula Mengewein	41./ 9.Verein	26:45
Holger Rothe	5,2	9./ 3.Verein	22:59	Christine Mohr	49./ 8.Verein	27:11
Jürgen Tetzl	5,2	9./ 2.Verein	21:23	Knuth Triebe	51./ 10.Verein	26:05
Sylvia Jacobs	5,4	18./ 6.Verein	23:16	Peter Rymarowicz	51./ 10.Verein	26:20
Gesamt	42,2	3.Platz	3:02:30h	Gesamt	11.Platz	3:48:01h

35.Harz-Gebirgslauf in Wernigerode am 13.10.2012 (Netto/ Brutto):

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Anne Barber	11	30./1.WH 1.Frau	49:07min	Klaus Hoffmeister	42	431./ 32.M55	4:36:27h
Peter Rymarowicz	11	157./ 7.M55	59:20min	Knuth Triebe	42	554./ 43.M55	4:53:46h
Detlef Koch	11	767./41.M60	1:28:17h	Peter Schmidt	42	556./ 26.M60	4:54:31h
Elke Barber	22	136./ 1.W50 14.Frau	1:52:20h	Anne Barber P.Rymarow. Detlef Koch		Mannschaft 11km 23.Platz	3:16:44h
Ilka Gomoll	22	181./ 3.W40 21.Frau	1:56:06h	Gunnar und Elke Barber Jürgen Tetzl		Mannschaft 22km 4.Platz	5:07:03h
Gunnar Barber	22	30./ 5.M45	1:37:16h	Steffi Möhring K. Hoffmeister Knuth Triebe		Mannschaft 42km 18.Platz	13:43:20h
Jürgen Tetzl	22	33./ 6.M45	1:37:28h				
Steffi Möhring	42	277./ 2.W30 13.Frau	4:13:07h				

5.Asics Grand 10km am 14.10.2012:
(Netto/ Brutto)

51.VIGOUR-Crosslauf der LG Süd am 20.10.12:

Name	Ergebnis	Zeit in min	Name	km	Ergebnis	Zeit
Kati Kiele 5km:22:08min	589./ 13.WH 51.Frau	43:52 45:13	Michael Standring	10	15./ 2.M50	38:46min
Ina Schlüter 5km: 33:33min	4832./66.W55 1575.Frau	1:07:53h 1:11:47h	Jens Labenz	10	39./ 9.M45	44:04min
Robert Edler 5km: 17:23min	48./ 16.MH	35:05 35:14	Bertold Rämisch	10	76./ 11.M50	49:04min
Heinz Lachmann 5km: 21:26min	568./ 2.M65	43:46 43:49	Udo Palm	10	109./ 2.M60	54:33min
Bernd Ahrens 5km: 22:14min	840./ 13.M60	45:26 45:56	Helge Ziems	10	152./ 6.M70	1:09:20h
Erhard Bader 5km: 34:22min	4978./ 5.M75	1:10:54h 1:14:49h				

35.Friedrich-Ludwig-Jahn-Crosslauf am 04.11.2012 (15.Berlin-Cup-Lauf):

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	3,6	92./ 2.W40 15.Frau	17:03min	Udo Palm	3,6	123./ 2.M60	18:55min
				Helge Ziems	3,6	157./ 4.M70	23:43min
Jens Labenz	3,6	55./ 6.M45	14:36min	Peter Schmidt	10,7	40./ 2.M60	1:00:53h
Dirk Pätzig	3,6	62./ 2.M55	15:10min				

Redaktion und Auswahl der Beiträge (außer Laufberichte) und
Ergebniszusammenstellung erfolgt durch:
Ilka Gomoll, Pressewart des LC RON-HILL Berlin
Ein Anspruch auf Vollständigkeit wird im Infoblatt nicht garantiert.
Nachdruck und Kopieren ist nicht statthaft.
Erscheinungsweise erfolgt monatlich!