



Infoblatt,05.01.2014

Nr. [426/244](#)

LC RON-HILL BERLIN e.V.

www.ron-hill.de

Unsere Kontonummer:

2.Konto (für Startgelder):

Postbank, BLZ:100 100 10

Postbank

Kontonummer: 6365 73 101

345 31 106

Kolumne

Liebe Ron-Hiller,

ein neues ereignisreiches Sportjahr hat begonnen. Demnächst treffen sich die besten Wintersportler der Welt zu den Olympischen Spielen in Sotschi. Spannende Wettkämpfe werden wir verfolgen können. Im Juni/Juli steht dann die Fußball WM in Brasilien an, gefolgt von der Leichtathletik EM im August in Zürich. Die Begeisterung für den Sport ist groß und manch einer wird auch zur eigenen sportlichen Betätigung angeregt.

Teilnehmerrekorde bei vielen Läufen im vergangenen Jahr und jetzt auch bereits wieder im Jahr 2014 beim Pankower Pfannkuchenlauf zeugen davon.

Tragen wir mit dazu bei, dass sich dieser Trend fortsetzt.

In diesem Sinne, ein gesundes Neues!

Euer Uwe

Das Allerneueste:

- Unser **nächster Vereinstreff** findet am Donnerstag, den 06.02.14 in unserem neuen Vereinslokal Pane-Vino in der Danneckerstr.10 in 10245 Berlin statt. Wir hoffen, dass viele RON-HILL'er das neue Lokal, einen Italiener, kennen lernen möchten! Außerdem findet dort mit Hans-Günter Schleife das zweite Blitzschach-Turnier in unserem Verein statt. Anmeldungen dafür bitte möglichst bis zum 01.02.14 bei Ilka Gomoll.
- Wir bitten unsere Mitglieder den **Jahresbeitrag für 2014 noch nicht** auf unser Vereinskonto zu überweisen, sondern die Jahreshauptversammlung im März abzuwarten. Herzlichen Dank!!

Einladung zur 13. RON-HILL Bowlingmeisterschaft 2014

Hiermit laden wir alle Vereinsmitglieder und deren Angehörige zu unseren **13. RON-HILL Bowlingmeisterschaften** ein. Wie in den Vorjahren wollen wir einen netten Vormittag bei Spiel und Spaß im Bowlingcenter des Comfort-Hotels Lichtenberg (Rhinstr. 159, gegenüber Pyramide) verbringen. Wir treffen uns für drei Stunden Bowling am **Sonntag, den 02.02.2014** pünktlich um 09:45Uhr auf 8 Bahnen. Damit hat Rötger Henry wieder das gesamte Center für uns reserviert. Außerdem wird extra für uns vom Hotel ein leckeres Frühstück inklusive Kaffee/ Tee angeboten. Bowling und Essen werden 13-15 Euro kosten. Kalte Getränke (Bier, Sekt etc.) müssen selbst bezahlt werden. Wir bitten um **Voranmeldungen bis 27.01.2014** bei Ilka Gomoll oder beim Vereinstreff. Wir freuen uns auf viele Bowlingfreunde in angenehmer Atmosphäre!!

- Am 09.11.13 trafen sich um 10:00Uhr 35 Wanderfreunde in Alt Schmöckwitz, um unsere diesjährige Vereinswanderung durchzuführen. Unser Wanderleiter Rötger Henry führte uns am Oder-Spree-Kanal entlang, bevor uns in Wernsdorf am Krossinsee ein Zwischensnack mit belegten Brötchen, „Spaßmachern“ und Schokoriegeln erwartete. Weiter gings auf Waldwegen bis nach Kablow, wo auf dem dortigen Sportplatz ein Grillbuffet auf uns wartete. Da es etwas kühl war, nahmen fast alle die Möglichkeit wahr, ihren Imbiss im dortigen Vereinsheim einzunehmen. Als Nachtisch gab es leckeren selbstgebackenen Kuchen, bevor es mit dem RE wieder nach Hause ging. Herzlichen Dank an Rötger Henry, Walter Franz und Familie Schmidt für ihr Engagement.
- Unsere diesjährige **Jahresabschlussfeier** fand am 14.12.13 mit 66 Anwesenden in der Knorrbremse statt. Für gute Stimmung sorgte diesmal die jugendliche Band „Acoustic Flash“, die von Rötger Henry angeheuert wurde. Sie war nicht ganz so laut wie in den Vorjahren Graf Z, aber traf auch nicht vollständig den Geschmack aller Anwesenden. Das Buffet war wieder lecker, aber wohl durch großen Hunger der Anwesenden schnell ausgedünnt. Da kam am späten Abend der kalte Snack genau richtig. Herzlichen Dank an Doris Koch für das liebevolle Einpacken der kleinen und größeren Geschenke. Wir danken ebenfalls Michael Kegel, Familie Mohr und Rötger Henry für die Organisation der Feier und Anja Sander sowie Anne, Elke und Gunnar Barber für die engagierte Hilfe an der Bar! Hier zeigte sich, dass ein eingespieltes Team am Werke war.

Vereinsnachrichten:

- Mit Wirkung zum 31.12.13 beendeten Dana Drechsler, Peter Wiese, Immanuel Colombo, Bernd Ahrens und Horst Kastanowicz die Mitgliedschaft in unserem Verein.
- Am 16.08.13 waren 31 Paare beim **3.Paarlauf in Neuenhagen** am Start. Im Rahmen der Feierlichkeiten zum 100.Geburtstags des Vereins durften alle Läufer kostenlos starten. Bei guter Stimmung gaben sich alle größte Mühe, um trotz schneller Runden nicht zu viel Staub aufzuwirbeln. Aus unserem Verein waren vier Paare dabei. Im 30' Lauf belegte Jörgen Zimmer mit seinem Sohn Fabian mit 8080m den 2.Platz in der Männerwertung vor Uwe Mohr und Udo Palm mit 7790m. Katja Niethe und Christine Mohr siegten mit großem Vorsprung und 7220m bei den Frauenpaaren. Beim Stundenpaarlauf belegten Bodo Matthes und Annette Bethge mit 15200m den 7.Platz von 23 Paaren, damit sie souverän bei den Mixed-Paaren.
- Am 17.08.13 starteten 28 Paare beim **23.Pankower Paarlauf mit Musik** im Kissingenstadion, darunter 6 Paare unseres Vereins im Paarlauf über 30 Minuten. Hier überzeugten bei den Mixed-Paaren Simone Oester und Andreas Montag, die mit 8450m ihr Vorjahresergebnis um 200m steigern konnten. Sie belegten hinter den Siegern Claudia und Christian Hoch (9000m) den 2.Platz vor Uwe Mohr und Katja Niethe mit 7830m. Bei den Frauen belegten Ricarda Bäcker und Ilka Gomoll mit 7620m ebenfalls den 2.Platz und standen damit gemeinsam mit Anja Sander und Christine auf dem Podest, die den 3.Platz belegten. Hier überraschte vor allem Anja, die alle Runden unter 1:50min zurücklegte. Erstmals waren Ronja und Tim Lange gemeinsam auf der Stadionrunde unterwegs, sie schlugen sich mit 6025m achtbar und legten die Runden im Schnitt in 1:45min (Tim) und 2:10min (Ronja) zurück.
- Beim **13.Müritzlauf in Waren** trugen 1103 Läufer zu einem neuen Teilnehmerrekord auf den verschiedenen Strecken bei. Die Umrundung der Müritz gelang dem Niederländer Jan Lantink in 4:58h am schnellsten, stellte damit einen phantastischen Streckenrekord auf. Die 75km lange Strecke absolvierte Jörgen Zimmer bei seinem ersten Ultralauf in 6:48:32h auf dem 20.Platz (5.M45). Nach 9:04:28h finishten Bodo Matthes und Annette Bethge wie schon oft gemeinsam auf dem 109.Platz von 160 Startern. Annette belegte bei den Frauen den 10.Platz (3.W45), Bodo belegte den 26.Platz der M45.
- Am 25.08.13 startete Hans-Joachim Schulze beim **7.Nordahl-Grieg-Gedenklau**f, der erstmals nicht im Winter sondern im Sommer austragen wurde. Er belegte in 52:22min den 94.Platz von 172 Startern und freute sich nach längerer krankheitsbedingter Auszeit über den 2.Platz seiner Altersklasse M70.

- Einzige Starterin unseres Vereins beim **5.Sportscheck Stadtlaf** mit Start und Ziel in der Schloßstraße in Steglitz war Ina Schlüter. Sie belegte auf der zwei Runden Distanz (21,1km) in 2:30:48h den 2562.Platz (29.Platz W55).
- Beim **28.Kreuzberger Viertelmarathon**, dem 12.Lauf im Berliner Läufercup freuten sich die Organisatoren mit 454 Läufern über einen neuen Teilnehmerrekord. Leider gab es auch eine kleine Panne, da einige Läufer falsch geleitet wurden und damit nicht die Originalstrecke zurücklegten, ausgeglichen wurde das durch eine gute Versorgung nach dem Lauf und der liebevollen Siegerehrung der Altersklassen. Schnellster Läufer von 10 Startern unseres Vereins war Rene Kranz, der nach 37:24min nur 8 Läufern den Vortritt lassen musste. Knapp geschlagen finishte Michael Standring nach 37:30min und siegte in seiner Altersklasse. Ebenfalls unter der begehrten 40min-Marke blieb Jürgen Tetzl, er verbesserte seine Vorjahreszeit um 3 Minuten und erzielte als Dritter seiner AK 38:14min. Bei den Frauen belegte Marion Sarasa in 48:54min den 14.Platz bei den Frauen und siegte wie erwartet in ihrer Altersklasse. Herzliche Glückwünsche allen Platzierten!
- Klaus Hoffmeister startete am 31.08.13 beim **21.Dahlewitzer Waldcrosslauf** im Natursportpark Blankenfelde und belegte über 18km den 26.Platz in 1:34:23h.
- Am 28.08.2013 freuten sich die fleißigen Organisatoren des Potsdamer Laufclubs bei der **12.Barmer GEK City-Nacht in Potsdam** – der 2.Halbmarathonstaffel über 5x4,2195km erneut über einen neuen Teilnehmerrekord mit 129 Staffeln. Unser Verein war bei der stimmungsvollen Veranstaltung rund um den Bassinplatz erneut mit 4 Staffeln dabei. Die Laufrunde wurde im Gegensatz zum Vorjahr leicht verlängert und eine spitze Kurve entfernt, so mussten nur 4 Runden pro Starter gelaufen werden. Zur Erholung nach dem Lauf wurden Obst und diverse Getränke bereitgestellt. Auch ein Grillstand und regionales Bier sorgte für das leibliche Wohl der Anwesenden. Nach Podestplätzen im Vorjahr war in diesem Jahr die Konkurrenz sehr groß und unsere schnellsten Staffeln mussten sich trotz guter Laufzeiten mit dem 5. (Frauen) und 6.Platz zufrieden geben. Unsere Frauenstaffel mit Ilka Gomoll, Katja Niethe, Paula Mengewein, Steffi Möhring und Simone Oester, der schnellsten Läuferin unserer Staffel mit 17:54min, finishten nach 1:34:42h. Unsere Männer Michael Standring, Tom Griepentrog, Jens Labenz, Jürgen Tetzl und Uli Kergel blieben alle unter 17min. Die beste Zeit wurde mit 15:20min von Jürgen angeboten, im Ziel waren sie nach 1:21:38h. Herzliche Glückwünsche!!
- Ecky Broy startete beim **Stundenlauf der Bernauer Lauffreunde** und belegte mit 11168m den 45.Platz von 57 Startern (7.M50).

- Beim **15.Mercedes Benz Halbmarathon** am 01.09.13 starteten 1608 Läufer/-innen über 10km und im Halbmarathon, darunter 9 RON-HILL'er. Nachdem noch im letzten Jahr der Tierparklauf am selben Tag stattfand, war dies in diesem Jahr nicht der Fall und 200 Läufer mehr als im Vorjahr fanden den Weg nach Reinickendorf. Bei optimalen Bedingungen kämpften alle Starter um schnelle Zeiten bei den gleichzeitig stattfindenden Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften und beim 13.Wertungslauf des Berlin-Cups. Schnellster unseres Vereins war wie im Vorjahr Michael Standring, der sich in 1:21:00h über den 3.Platz seiner Altersklasse freuen konnte. Knapp dahinter erzielte Jürgen Tetzl eine neue Bestzeit in 1:21:35h und belegte den 34.Platz von 1184 Startern. Über den Meistertitel der M65 freute sich Heinz Lachmann in 1:36:45h und verwies damit Sven Benda (Potsdam, 1:37:14h) auf den 2.Platz. Bei den Frauen bewies Ricarda Bäcker in Vorbereitung auf den Berlin Marathon ansteigende Form und erzielte 1:48:30h. Ina Schlüter lief nur eine Woche nach der Generalprobe in Steglitz erneut die 21,1km und war diesmal in 2:28:43h sogar 2min schneller, Hut ab für diese Bewährungsprobe. Die 10km absolvierten 424 Läufer, hier blieb Swetlana Berndt in 58:59min unter der begehrten 60 Minuten-Marke und belegte in ihrer Altersklasse den 7.Platz.

Ergebnisse:

23.Paarlauf mit Musik im Kissingenstadion am 17.08.13 über 30':

Name	Ergebnis	Strecke	Name	Ergebnis	Zeit
Simone Oester/ Andreas Montag	2.Gesamtplatz 2.Platz Mixed	8450m	Ricarda Bäcker/ Ilka Gomoll	6.Gesamtplatz 2.Platz Frauen	7620m
Katja Niethe/ Uwe Mohr	4.Gesamtplatz 3.Platz Mixed	7830m	Anja Sander/ Christine Mohr	10.Gesamtplatz 3.Platz Frauen	6865m
Dana und Sascha Wolf	7.Gesamtplatz 4.Platz Mixed	7500m	Ronja und Tim Lange	12.Gesamtplatz 1.Platz Kinder	6025m

28.Kreuzberger Viertelmarathon am 25.08.14 (10.Lauf im Berlin-Cup):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Marion Sarasa	150./ 1.W60 14.Frau	48:54min	Jürgen Tetzl	15./ 3.M45	38:14min
Katja Niethe	177./ 6.W25-29 19.Frau	50:37min	Tom Griepentrog	37./ 8.M50	40:51min
			Steffen Lüder	67./ 10.M45	44:12min
Rene Kranz	9./ 2.M30	37:24min	Bertold Rämisch	109./ 8.M55	47:08min
Michael Standring	10./ 1.M50	37:30min	Udo Palm	228./ 5.M60	53:07min
			Peter Schmidt	252./ 8.M60	54:26min

12.Barmer GEK City-Nacht – 2.Halbmarathonstaffel über 5x4,2195km am 28.08.13:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll Paula Mengewein Katja Niethe Steffi Möhring Simone Oester	43.Platz 5.PI. Frauen 1:34:42h	18:38min 19:36min 20:21min 18:13min 17:54min	Sascha Wolf Udo Palm Rötger Henry Jens Thiel Andreas Montag	51.Platz 18.PI. Verein/M 1:35:48h	17:40min 20:54min 20:25min 19:02min 17:47min
Michael Standring Tom Griepentrog Jens Labenz Jürgen Tetzl Uli Kergel	11.Platz 6.PI. Verein 1:21:38h	15:51min 16:42min 16:52min 15:20min 16:53min	Helmut Huber Carmen Huber Swetlana Berndt Ines Ummer Anja Sander	115.Platz 28.PI. Verein/M 1:55:57h	21:18min 21:00min 24:23min 24:15min 25:01min

15.Mercedes Benz Halbmarathon am 01.09.13 mit BBM und 13.Lauf im Berlin-Cup:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Swetlana Berndt	10	271./ 7.W50 83.Frau	58:59 min	Michael Standring	29./ 3.M50 BBM: 16/ 3.M50	1:21:00h
Ricarda Bäcker BBM: 27./ 9.W45	21	605./ 15.W45 74.Frau	1:48:30h	Jürgen Tetzl	35./ 9.M45 BBM: 21./ 7.M45	1:21:35h
Katja Niethe	21	638./ 11.WHK 84.Frau	1:49:49h	Steffen Lüder	260./ 49.M45 BBM: 59./ 17.M45	1:35:01h
Ina Schlüter	21	1171./18.W55 267.Frau	2:28:43h	Heinz Lachmann	293./ 1.M65 BBM: 66/ 1.M65	1:36:45h
				Udo Palm	799./ 21.M60	1:55:24h

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!