

Infoblatt,06.08.2016

Nr. 450/268

LC RON-HILL BERLIN e.V.

www.ron-hill.de



Unsere Kontonummer:

Postbank, BIC: PBNKDEFF

IBAN: DE83100100100636573101

2.Konto (für Startgelder):

IBAN: DE48100100100034531106

Kolumne

Liebe Ron-Hiller,

das erste Halbjahr 2016 ist vorüber und damit auch unsere eigenen Läufe in diesem Jahr.

An dieser Stelle bedanke ich mich bei allen fleißigen Helfern, die durch ihr Engagement wieder für das Gelingen in bester Qualität gesorgt haben. Die Resonanz war überaus positiv.

Auch drei Staffelläufe – Tiergarten, Jena und in alter Tradition Zielona-Gora-Cottbus – wurden erfolgreich absolviert.

Nun wünsche ich allen Gesundheit und viel Erfolg bei den „Highlights“ im zweiten Halbjahr.

Euer Uwe

Das Allerneueste:

- Bisher haben 23 Mitglieder ihren **Jahresbeitrag für 2016** noch nicht bezahlt. Alle beitrags säumigen Mitglieder erhalten mit diesem Infoblatt oder in einer Mail kleine Mahnzettel. **Wir erwarten die Überweisung des Jahresbeitrages bis 25.08.16!** Der Beitrag für das Jahr 2016 beträgt 36,-Euro bzw. ermäßigt 18,-Euro (für Rentner, Arbeitslose, Studenten, Schüler), zu überweisen auf das 1.Vereinskonto (siehe Infoblatt Seite 1, oben links).
- Wir begrüßen recht herzlich als **neue Mitglieder** Ingo Wundermann, der uns schon bei unseren eigenen Läufen im Friedrichshain und in Hohen-schönhausen organisatorisch unterstützt hat und Jörg Dölling in unserem Verein.

- Die **4. Skatrunde des Jahres** fand am 14.07.2016 mit erneut nur vier Teilnehmern statt. Dabei ging es sowohl zwischen Platz 1 und 2 als auch zwischen Platz 3 und 4 sehr spannend und knapp zu. Es siegte Helmut Huber mit 793 P. vor Udo Palm mit 708 Punkten. Den 3. Platz belegte Hajo Vogel mit 256 P. vor Ecky Broy mit 244 Punkten.

In der **Gesamtwertung** führt weiterhin unangefochten Sylvia Kegel mit 2517 Punkten. Dahinter folgt von Platz 2 bis Platz 5 ein recht enges Feld. Der erste Verfolger ist Helmut Huber mit 1800 P, 3. Udo Palm 1751 P, 4. Hajo Vogel 1685 P und 5. Ecky Broy 1606 Punkte.

Die weiteren Platzierungen: 6. Knuth Triebe 945 P, 7. Peter Ry. 902 P, 8. Wolfgang Voigtländer 849 P, 9. Holger Rothe 833 P, 10. Uwe Mohr 727 P und 11. Paul Koplín mit 15 Punkten.

Die **nächste Skatrunden** finden bei unserem Vereinstreff am 08.09.16 und am 06.10.16 jeweils ab 18:00Uhr in unserem Vereinslokal „Pan'e Vino“, Danneckerstraße 10, statt.

Einladung zur 4. Paddeltour

Hiermit möchten wir euch zu unserer diesjährigen Paddeltour am **Samstag, den 27.8.2016** recht herzlich einladen. Die Tour auf der Spree führt uns diesmal von Fürstenwalde nach Hangelsberg und wird inklusive einer gemütlichen Picknick-Pause ca. 4 bis 5 Stunden dauern.

Für den „Proviant“ ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich.

Die Kosten pro Kanu (Zweierkajaks) betragen 16,- Euro pro Person.

Die Boote haben wir bei der „Kanusport Spree GmbH“ in 13357 Grünheide/OT Hangelsberg, Bahnhofstr. 1, reserviert. Dort ist auch das Ziel der Tour. Start ist um 12:00 Uhr in 15537 Fürstenwalde, Straße „Altstadt 1“ sein. Dort befinden sich neben dem Ruderklub eine Wiese und unsere „Einstiegsstelle“.

Beide Orte sind gut mit dem RE 1 erreichbar. Der Fußweg vom Bahnhof zur Spree beträgt jeweils ca. 10 Minuten.

Es empfiehlt sich für die Hinfahrt folgende Verbindung: Berlin Hbf ab 10:21Uhr, Berlin Ostbf. ab 10:34Uhr, Erkner ab 10:58Uhr, Hangelsberg ab 11:07Uhr, Ankunft Fürstenwalde: 11:12Uhr.

Die Rückfahrt ab Hangelsberg ist immer stündlich zur Minute 57 möglich.

Es besteht auch die Möglichkeit, das Auto in Hangelsberg am Kanuverleih abzustellen (Parkplätze vorhanden) und mit dem genannten Zug um 11:07Uhr nach Fürstenwalde zu fahren.

Wer teilnehmen möchte, meldet sich bitte bis **22.8.16** bei Ilka Gomoll.

Uwe Mohr

Sportabzeichen-Ehrung

Seit zwei Jahren nehmen einige Mitglieder unseres Vereins das Angebot an und legen das Sportabzeichen ab.

Im vorigen Jahr waren es 16 Mitglieder. Das hört sich nicht viel an, aber es hat gereicht, in der Kategorie B – Vereine von 100 bis 250 Mitglieder – mit 13,58 Prozent den 6. Platz zu belegen.

Am 30.06.2016 fand die Ehrung der aktivsten Sportvereine beim LSB statt.

Neben einer Urkunde gab es für die Vereinskasse 50,- Euro. Danach wurden wir mit einem leckerem Buffet und kalten Getränken verwöhnt.

Deshalb möchte ich noch einmal alle Mitglieder an unseren nächsten Termin zur Ablegung des Sportabzeichens erinnern. Vielleicht haben eure Partner oder Kinder Lust, uns für eine weitere gute Platzierung zu unterstützen.

Neben Leichtathletik kann man einige Disziplinen auch in der Schwimmhalle absolvieren. Hier ist Sylvia Jacobs die Ansprechpartnerin.

Ansonsten hoffe ich auf eine starke Beteiligung am 21. September 2016 um 17.00 Uhr auf dem Zachert-Sportplatz in Berlin Friedrichsfelde.

Wer an diesem Tag keine Zeit hat, findet unter:

<http://www.lsb-berlin.net/angebote/sportabzeichen/trainings-und-abnahmetermine/>

alle Infos, wo man das Sportabzeichen noch ablegen kann.

Einige Informationen:

Es gibt drei Leistungsstufen: Gold, Silber und Bronze.

Man kann es in vier Sportarten ablegen: Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Geräteturnen.

Gefordert sind: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination

Es werden auf dem Sportplatz folgende Disziplinen angeboten:

3.000m Lauf (**Ausdauer**)

Kugelstoßen, Standweitsprung (**Kraft**)

50 m/100m Sprint (**Schnelligkeit**)

Weitsprung, Schleuderball und Seilspringen (**Koordination**).

Bitte meldet Euch **bis 17.09.16** bei Ilka Gomoll an, damit wir Udo sagen können, wie viele Helfer gebraucht werden!

Sylvia Kegel

Vereinsnachrichten:

- Am 05.03.16 starteten Holger Rothe und Volkan Alpsoy beim **Hennigsdorfer Frühjahrs-cross** über 9,2km. Holger belegte in 41:13min den 17.Platz von 83 Startern und siegte souverän in seiner Altersklasse. Volkan Alpsoy lief nach 44:04min durchs Ziel, damit kam er auf den 30.Platz (7.M30).
- Die Veranstalter der erstmals ausgetragenen **Deutschen Meisterschaften im 50km-Lauf** hatten kurz vor dem Start eine große Hürde zu meistern. Aufgrund eines Fußballspiels im Olympiastadion musste die Laufstrecke in den Plänterwald auf die bekannte 5km-Runde verlegt werden. Ein Höhepunkt war am Vorabend der Kabarett-Auftritt von Dieter Baumann im Schlot, natürlich thematisch auf die Laufszene abgestimmt. Einziger Starter unseres Vereins bei der 50km-DM war Christian Karbe, der in 3:45:17h den 30.Platz von 186 Startern belegte und sich damit über den 3.Platz der AK M40 freuen konnte. Birgitt Uhlig lief in Vorbereitung auf den Two Ocean Marathon Ende März die 42,195km als schnellen Trainingslauf und überraschte mit dem 2.Gesamtplatz sowie souveränem Sieg bei den Frauen in 3:51:45h. Winfried Jäger lief über 10km zwei gleichmäßige Runden und lief in 55:02min auf den 13.Platz (1.M55).
- Trotz Berlin-Cup-Laufs – 4.Berliner Turnerschafts-Meile im Stadtbezirk Steglitz-Zehlendorf - und weiterer Veranstaltungen im Brandenburger Umfeld konnte Gesamtleiter Gerhard Brettschneider vom Kaulsdorfer Orientierungs- und Laufsportverein am 6.März beim Frühjahrs-Cross **"Rund um die Kaulsdorfer Seen"** insgesamt 98 Starter, darunter 29 Frauen begrüßen. Der vorangegangene Dauerregen hatte einige Voranmelder nicht antreten lassen. Mit dabei auch 10 Migranten aus Syrien, die unter den Vereinsnamen Shisha Runners und LT Welcome Runners Berlin ins Rennen gingen. Sie erreichten einige gute Platzierungen.

Zum Rennverlauf selbst: Wetter ca. vier Grad, nur noch leichter Regen, aber durch den vorangegangenen Dauerregen teils sehr schmieriger Untergrund. Neben den wechselnden Bodenverhältnissen wie Straße, Wege in einer Kleingartenanlage, Wiesenwege, Badestrand und kleinere Hügel, eben ein Crosslauf.

Den Lauf über 12,5 km (zwei Runden) dominierte Mark Otto (SV IHW Alex 78 Berlin) in 48:30 Minuten. Aus unserem Verein ging Uwe Mohr in der AK 50 bis 59 Jahre an den Start. Seine 55:59 Minuten brachten ihm den 11.Platz ein bzw. Platz drei in seiner Altersklasse. Diese Zeit hätte auch in jüngeren Altersklassen zu einer guten Platzierung gereicht.

Über 6 km (eine Runde) waren 43 Läufer, darunter zwei Ron-Hill'er, dabei. Christine Mohr belegte mit ihrer Laufzeit von 32:26 Minuten den dritten Rang bei den 50 bis 59 jährigen. Sie lief als 6.Frau (16.Gesamtplatz) ins Ziel. Helge Ziems benötigte 46:53 Minuten und errang in der AK M 70 einen souveränen Sieg (35.Gesamtplatz).

- Beim **8.Frauenseelauf** in Gräbendorf-Prieros starteten trotz Dauerregen 299 Läufer auf den verschiedenen Strecken, darunter 3 RON-HILL'er. Jan Engelhard belegte über 15km in 1:08:14h den 20.Platz von 91 Läufern und kam in seiner Altersklasse auf den 3.Platz. Auf der doppelt so langen Strecke liefen Annette Bethge und Bodo Matthes nach 3:17:26h gemeinsam ins Ziel. Beide erzielten vierte Plätze in ihren Altersklassen, zudem erreichte Annette den 10.Platz bei den Frauen (25.Gesamtplatz).
- Nach länger anhaltendem Regen war die Laufstrecke der **4.BT-Meile**, dem 2.Lauf des Berliner Läufercups, stark aufgeweicht. Leider gab es auch bei der Ausgabe der Startnummern sehr lange Schlangen und der Start des Laufs musste verschoben werden. Aufgrund des schlechten Wetters verweilten die Läufer nach dem Lauf nicht länger am Ziel und fuhren lieber nach Hause, als vor Ort ein Stück Kuchen oder eine Bratwurst zu genießen. Positiv zu erwähnen war auch die Tombola sowie der Bus-Shuttle vom Bahnhof Wannsee zum Start. Trotz aller Schwierigkeiten freuten sich die Organisatoren der Berliner Turnerschaft über einen neuen Teilnehmerrekord mit 312 Läufern. Mit 200 Startern waren beim 8,3km BC-Lauf 70 Läufer mehr als im vorigen Jahr dabei, darunter auch 9 RON-HILL'er. Schnellster und Sieger der hart umkämpften Altersklasse M50 war Jürgen Tetzl, der nach 33:19,9min auf dem 12.Platz finishte. In 41:56min bzw. 44:37min verpassten Peter Rymarowicz und Udo Palm als jeweils Vierte nur knapp das Podest in ihren Altersklassen. Volkan Alpsoy belegte in 1:20:56h über 16,3km den 15.Platz von 38 Startern.
- Andreas Stoltz absolvierte am 12.03.16 den **BraveheartBattle** in Bischofsheim, dem über 30km langen Extrem-Hindernislauf. Hier müssen verschiedene Hindernisse überquert werden sowie durch eisiges Wasser geschwommen werden. Viele Läufer stiegen völlig durchgefroren aus, wie auch Uwe Mohr nach der Hälfte der Strecke. Andreas kämpfte sich aber über die gesamte Strecke und finishte nach 6:42:56h auf dem 1773.Platz von 2322 Läufern.
- Aufgrund ihrer starken Ergebnisse beim Towerrunning-Cup Germany wurde Sylvia Jacobs zur **Europameisterschaft nach Warschau** mit Übernahme der Übernachtungskosten eingeladen. 81 Läufer aus 14 Nationen starteten im 198m hohen Wolkenkratzer Rondo 1, um in mehreren Läufen über 836 Stufen die Europameister zu ermitteln. Hinter der einheimischen Siegerin Anna Ficner (4:34min) belegte Sylvia mit nur 41 Sekunden Rückstand den 7.Platz. Herzliche Glückwünsche!!

- Beim **12.baff-Naturmarathon** in Marienwerder starteten 776 Läufer bei trockenem aber kühlem Wetter, um die 10,5km Runde ein bis vier Mal zu absolvieren. Aus unserem Verein waren 7 Läufer dabei. Die meisten Läufer nahmen die 10,5km in Angriff. Holger Rothe lief in 46:13min auf den 11.Platz von 205 Startern, und verpasste als Zweiter nur knapp den Sieg in seiner Altersklasse. Zwischen Winfried Jäger und Udo Palm ging es knapp zu. Winfried setzte sich in 55:22min auf dem 81.Platz (17.M50) knapp durch, Udo folgte nur 9 Sekunden später und freute sich über den 2.Platz der AK M65. Einen ordentlichen Lauf zeigte Volkan Alpsoy über 2 Runden, er erzielte 1:43:29h und belegte den 54.Platz (16.M30) von 199 Startern. Nur eine Woche nach seinem Start bei der 50 km-DM verpasste Christian Karbe über 42,195km in 3:12:28h als Vierter nur um 23 Sekunden das Podest. Annette Bethge belegte in 4:22:41h den 51.Platz von 72 Läufern und lief als 7.Frau durchs Ziel. Dabei nahm sie ihrem Lebensgefährten Bodo Matthes 10min ab.
- Am 13.03.16 starteten Ilka Gomoll, Peter Rymarowicz und Knuth Triebe beim beliebten **34.Celler Wasa Lauf**. Ilka nahm nach überstandener Erkältung die 10km in Angriff und belegte in 52:46min den 692.Platz (41.W40, 122.Frau) von 1459 Startern. Peter Rymarowicz lief die 15km in ordentlichen 1:11:46h und damit sogar noch etwas schneller als im Vorjahr. Das reichte für den 91.Platz von 372 Startern sowie den 5.Platz in seiner Altersklasse. Die längste Strecke, die 20km Distanz über 4 Runden durch die Altstadt absolvierte Knuth Triebe in 1:55:28h, damit belegte er den 343.Platz (17.M60). Herzliche Glückwünsche!!
- **Beim 26.Lauf der Sympathie** am 13.03.16 starteten 1549 Läufer an der Stadthalle Falkensee, um die 10km lange Strecke in die Spandauer Altstadt zu absolvieren. Mit dabei waren auch 6 Läufer unseres Vereins. Die schnellste Zeit lief Anne Barber, sie belegte in einem starken Feld in 36:45min den 4.Platz und war damit auf die Sekunde genauso schnell wie im Vorjahr. Mit 45:18min zeigte sich auch Tina Barber in aufsteigender Form und belegte den 59.Platz bei den Frauen. Bei den gleichzeitig stattfindenden Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften setzte sich Jürgen Tetzl in beeindruckender Manier in der AK M50 durch und siegte in 37:22min. Anne Barber wurde Dritte der weiblichen Gesamtwertung!! Thomas Wallstab erzielte beim 5km-Lauf 18:54min und kam damit auf den 5.Platz von 108 Läufern!!
- Am 19.03.16 startete Udo Palm beim **Frühlingslauf in Ludwigsfelde** über 6,9km. Er finishte nach 38:19min auf dem 51.Platz von 107 Startern und freute sich über den 2.Platz seiner Altersklasse.
- Beim **7.Schneeglöckchenlauf** in Ortrand verteidigte Jürgen Tetzl seinen 2.Platz aus dem Vorjahr in souveräner Manier. Er lief auf der 10km Strecke nach 38:37min durchs Ziel und verpasste damit den Sieg nur um 15 Sekunden.

- Am 20.03.16 starteten knapp 100 Läufer beim 5. und letzten Lauf der **Barnimer Winterlaufserie** in Bernau-Waldfrieden auf verschiedenen Strecken. Mit 20:35min siegte Christian Karbe über 5,5km und musste nur knapp zwei jungen Mädchen (WU16) den Vortritt lassen. Über 9km belegte Volkan Alpsoy in 40:09min den 20.Platz von 59 Startern, das reichte für den 5.Platz der Altersklasse M30.
- Eine Laufpremiere erlebten 617 Läufer auf verschiedenen Laufstrecken bei **Rund um den Müggelturm**. Die Laufstrecke führte auf abwechslungsreichen Naturwegen durch den Köpenicker Forst und am Müggelsee entlang. 237 Starter absolvierten die 21,1km, hierfür mussten 2 Runden absolviert werden. Von 6 gestarteten RON-HILL'ern war Holger Rothe in 1:34:05h der Schnellste und belegte den 18.Platz. In der AK M55 feierten Holger und Tom Griepentrog, der mit 1:34:30h ebenfalls eine gute Leistung erzielte, einen Doppelsieg. Bei den Frauen lief Birgitt Uhlig gegen deutlich jüngere Konkurrenz auf den 5.Platz. Mit 1:42:18h erzielte sie eine schnellere Zeit als im Vorjahr und siegte genau wie Heinz Lachmann (1:53:27h) mit großem Vorsprung in ihrer Altersklasse. Über 5km freuten sich Winfried Jäger (25:24min) und Erhard Bader (32:42min) über Siege in ihren Altersklassen. Erhard ließ als ältester Teilnehmer auf dem 72.Platz von 101 Startern noch etliche jüngere Läufer hinter sich. Herzliche Glückwünsche allen Startern!!
- Aufgrund des Jubiläumslaufs gab es bei der 30.Auflage des beliebten **Birkenwäldchenlaufs**, dem 3.Lauf im Berlin-Cup am 20.03.16, Medaillen für alle Teilnehmer und natürlich das gewohnte Los für die Tombola. Im 10km-Lauf starteten 189 Läufer, darunter 13 RON-HILL'er. Hinter dem Sieger Oliver Bolm (34:13min) vom LTC Berlin lief Rene Kranz als schnellster unseres Vereins in guten 38:15min auf den 12.Platz. Knapp dahinter ging es wieder hoch her, wer holt die meisten Punkte in der AK M50? Jens Baselt setzte sich in 38:46min durch und verwies Mike Standring (38:50min) und Jürgen Tetzl (38:56min), der schon am Vortag beim Schneeglöckchenlauf erfolgreich lief, auf die weiteren Plätze. Weitere Podestplätze in ihren Altersklassen erzielten Ilka Gomoll als Zweite der AK W40 in 49:32min sowie jeweils als Dritte Udo Palm (M65, 51:32min) und Ina Schlüter (W60, 1:09:03h). Über 3km waren unsere beiden „Nachwuchsläufer“ Tim und Ronja Lange dabei. Tim belegte den 22.Platz von 28 Startern und lief nach 15:38min auf den 6.Platz der AK MU14. Ronja erzielte gute 17:19min und kam damit direkt nach ihrem Bruder ins Ziel (5.Platz WU14).
- Bei der **6.Auflage des NCC Laufs** in Fürstenwalde absolvierten 180 Läufer die 10,3km, mit dabei auch Uwe und Christine Mohr. Uwe lief auf den 19.Platz in 45:32min und kam in der AK M55 auf den 2.Platz. Christine benötigte knapp 10min länger (55:54min) aber siegte souverän in ihrer Altersklasse (W55), 103.Gesamtplatz (13.Frau).

- Am 26.03.16 startete Egbert Jakubzick beim **Osterlauf in Deetz** über 20km und belegte in 1:42:42h den 26.Platz (4.M55) von 32 Läufern.
- Bei der 36.Auflage des **Berliner Halbmarathons** am 03.04.16 starteten 23957 Läufer aus 103 Nationen. Damit waren knapp 400 Läufer mehr als im Vorjahr auf dem schnellen Berliner Rundkurs unterwegs. In starken 1:22:42h war Anne Barber die Schnellste von 9 gestarteten RON-HILL'ern und damit knapp zwei Minuten schneller als im Vorjahr. Bei den Frauen lief sie auf den 34.Platz und kam damit 200 Plätze vor Rene Kranz ins Ziel, der auf dem 601.Platz 1:25:52h erzielte. In die Top 10 seiner Altersklasse lief Heinz Lachmann, er kam in 1:47:06h auf den 9.Platz der AK M70. Ebenfalls ordentliche Leistungen zeigten Winfried Jäger und Ricarda Bäcker. Winfried war in 1:55:27h 12min schneller als im Vorjahr, Ricarda lief in einem gleichmäßigen Rennen unter die begehrte 2h-Marke. Herzliche Glückwünsche an alle Platzierten!!
- Am 08.04.16 starteten Uwe und Christine Mohr beim **3.F60-Brückenlauf** in Lichterfeld. Nach 300m Anlauf mussten 400 Stufen bis zum Ziel in 80m Höhe absolviert werden. Von 53 Startern belegte Uwe in 5:18min den 19.Platz, Christine kam in 6:50min als 7.Frau auf den 40.Platz!!

Ergebnisse:

4.BT-Meile (2.Lauf Berlin-Cup) am 06.03.16:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	8,3	119./ 3.W40 19.Frau	46:07min	Peter Rymarowicz	8,3	85./ 4.M60	41:56min
Jürgen Tetzl	8,3	12./ 1.M50	33:20min	Berti Rämisch	8,3	94./ 16.M55	42:28min
Mike Standring	8,3	13./ 2.M50	33:35min	Udo Palm	8,3	112./ 4.M65	44:37min
Holger Rothe	8,3	30./ 6.M55	36:11min	Helmut Huber	8,3	116./ 5.M65	45:47min
Andreas Stoltz	8,3	80./ 16.M50	41:26min	Volkan Alpsoy	16,3	15.Platz	1:20:56h

12.baff-Naturmarathon am 12.03.2016:

1.Rund um den Müggelturm am 20.03.16:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Holger Rothe	10,5	11./ 2.M50	46:13min	Christian Karbe	42	4./ 2.M40	3:12:28h
Winfried Jäger	10,5	81/ 17.M50	55:22min	Annette Bethge	42	51./ 5.W40 7.Frau	4:22:41h
Udo Palm	10,5	83./ 2.M65	55:31min	Bodo Matthes	42	56./ 8.M50	4:32:23h
Volkan Alpsoy	21,1	54/ 16.M30	1:43:29h				

27.Lauf der Sympathie Falkensee-Spandau am 13.03.2016:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Thomas Wallstab	5	5./ 2.M45	18:54min	Jürgen Tetzl	10	73./ 1.M50	37:22min
Anne Barber	10	51./ 4.Frau	36:45min	BBM: 41/ 1.M50			
Tina Barber	10	385/ 59.Frau	45:18min	Holger Rothe	10	193./ 9.M55	40:45min
				BBM: 91/ 5.M55			
				Volkan Alpsoy	10	398/ 39.M30	45:40min

30.Birkenwäldchenlauf am 20.03.16:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ronja Lange	3	23./ 5.WU14 11.Mädchen	17:19min	Jürgen Tetzl	10	18./ 4.M50	38:56min
Tim Lange	3	22./ 6.MU14	15:38min	Jens Labenz	10	43./ 9.M50	42:42min
Ilka Gomoll	10	94./ 2.W40 16.Frau	49:32min	Steffen Lüder	10	58./ 12.M50	45:53min
Ina Schlüter	10	181./ 3.W60 51.Frau	1:09:03h	Andreas Stoltz	10	77./ 15.M50	47:41min
Rene Kranz	10	12./ 4.M35	38:15min	Peter Rymar.	10	87./ 5.M60	48:49min
Mike Standring	10	17./ 3.M50	38:50min	Udo Palm	10	109./ 3.M65	51:32min
				Helmut Huber	10	132./ 5.M65	53:56min
				Helge Ziems	10	182./ 7.M75	1:10:27h

1.Rund um den Müggelturm am 20.03.2016:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Birgitt Uhlig	21	43./ 1.W55 5.Frau	1:42:18h	Tom Griepentrog	21	21./ 2.M55	1:34:30h
				Heinz Lachmann	21	105./ 1.M70	1:53:27h
Annette Bethge	21	166./ 3.W45 27.Frau	2:04:01h	Bodo Matthes	21	165/ 25.M50	2:04:00h
				Winfried Jäger	5	16./ 1.M55	25:24min
Holger Rothe	21	18./ 1.M55	1:34:05h	Erhard Bader	5	72./ 1.M80	32:42min

36.Berliner Halbmarathon am 03.04.2016(Netto/ Brutto):

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Zeit
Anne Barber (10km: 39:33min)	405./ 18.WH 34.Frau	1:22:42h 1:23:10h	Volkan Alpsoy (10km: 47:22min)	5269.Platz/ 715.M35	1:46:35h 1:48:24h
Ricarda Bäcker (10km: 55:45min)	10974/ 274.W45 2361.Frau	1:58:58h 2:19:01h	Heinz Lachmann (10km: 50:09min)	5460.Platz/ 9.M70	1:47:06h 1:48:23h
Rene Kranz (10km:39:54min)	601./ 100.M35	1:25:52h 1:26:12h	Berti Rämisch (10km: 53.41min)	8412.Platz/ 413.M55	1:54:00h 2:11:11h
Gunnar Barber (10km: 42:07min)	1122.Platz/ 83.M50	1:30:24h 1:30:46h	Winfried Jäger (10km: 52:44min)	9059.Platz/ 445.M55	1:55:27h 2:12:38h
Andre Zerbel (10km: 47:09min)	2707.Platz/ 326.M45	1:38:44h 1:43:10h			

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!