

Infoblatt,08.03.2017

Nr. 4457/275

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,

man glaubt gar nicht, wie schnelllebig doch die Zeit ist.

Wieder sind zwei Jahre vorbei und erneut stehen im Verein die Vorstandswahlen an.

Ich kann kaum fassen, dass ich schon sechs Jahre im Vorstand bin, davon die letzten vier Jahre als 1. Vorsitzender. Dabei kann ich mich noch erinnern, als wäre es gestern gewesen, wie Erhard Bader uns beide (Christine und mich, bisher immer vereinslos) am Rennsteig überzeugt hat, überhaupt in den Verein RON-HILL einzutreten. Das war im Jahr 2007, ist jetzt zehn Jahre her und für uns deshalb auch ein Jubiläum. Den Schritt haben wir nie bereut, denn es ist ein prima Verein mit vielen tollen Mitgliedern.

Ich wünsche dem neuen Vorstand in den nächsten Jahren viel Glück und Erfolg in seiner Arbeit.

Euer Uwe

Das Allerneueste:

- Unsere **nächsten Vereinstreffs** finden am Donnerstag, den 30.03.(mit Skat), 11.05.(mit Skat), 08.06.(mit Skat) und am 06.07.17 jeweils ab 18:00Uhr in unserem Vereinslokal Pane e Vino in der Danneckerstr.10 statt. Unsere **Skatserie** besteht wie in den Vorjahren aus 6 Terminen, von denen die drei besten Ergebnisse in die Endwertung kommen. Wir hoffen auf zahlreiche Beteiligung.
- **Erinnerung – Anmeldung für den 9.Wartenberger Osterlauf** am Ostersonntag, dem 16.04.17 10:00Uhr. **Wir benötigen einige Helfer** für das Org.büro und freuen uns auch über Läufer unseres Vereins, die nur dann kostenlos starten dürfen, wenn sie sich bei Ilka Gomoll bis zum **12.04.2017** angemeldet haben. Bei Meldung vor Ort wird die übliche Nachmelde-gebühr von 2,-Euro fällig.

- Nachdem alle Interessenten ihre **Bestellungen für Vereinskleidung** abgegeben haben, wurden die Artikel durch uns bzw. Claudia Kretzschmar bei der Firma Erima bestellt. Wenn die verschiedenen Sportartikel bei Sportline eingetroffen sind, geben wir Euch Bescheid zum Abholen und Bezahlen der Artikel. 42 Vereinsmitglieder haben ihr Interesse bekundet, so kann jedes Vereinsmitglied einen Rabatt von 24,-Euro erhalten. Die genauen Preise könnt ihr von Ilka Gomoll bei der Jahreshauptversammlung am 15.03.17 oder spätestens bei der Bezahlung bei Sportline erfahren.
- Wie begrüßen recht herzlich Simone Stegmaier und Jean-Paul Franz als **neue Mitglieder** in unserem Verein.
- Am 18.02.17 führten wir mit 38 Anwesenden unsere **16. RON-HILL Bowlingmeisterschaft** im Comfort Hotel Lichtenberg durch. Traditionell war das gesamte Bowlingcenter mit 8 Bahnen für uns reserviert und das Frühstücksbuffet inklusive Kaffee und Tee vorbereitet. Beide amtierende Vereinsmeister fehlten leider. Vorjahressieger fehlten, wurden zwei neue Bowlingmeister gekürt. Im Kampf um die Vereinsmeisterschaft erwischte die Vizemeisterin des Vorjahres, Ilka Gomoll, einen rabenschwarzen Tag und musste sich mit dem 3. Platz und schwachen 272 Pins zufrieden geben. Eine starke Serie mit 112, 114 und 107 Pins erzielte Katja Nieth. Sie durfte sich zu Recht mit 333 Pins über den Sieg vor Sylvia Kegel mit 280 Pins freuen. Bei den Männern legte Udo Palm mit starken 203 Pins in der ersten Runde den Grundstein zum Titel, da konnte Paul Koplín im Fernduell mit 183 Pins nicht ganz mithalten. Mit 452 Pins freute sich Udo Palm über den Sieg in der Vereinsmeisterschaft vor Paul Koplín mit ebenfalls starken 444 Pins. Erstmals den Sprung aufs Podest schaffte Thomas Troge mit 433 Pins vor Helmut Huber mit 420 Pins, beide erzielten mit mehr als 400 Pins sehr gute Ergebnisse. Bei den Frauen verteidigte Chirley Hinz ihren Sieg aus dem Vorjahr mit herausragenden 387 Pins, sie verbesserte ihr Ergebnis aus dem Vorjahr um 35 Pins. Desweiteren hatte Veranstaltungswart Rötger Henry für die drei teilnehmenden Kinder Siegerpokale organisiert, so freute sich die 7-jährige Aimee Hinz über den Sieg mit 143 Pins vor Charlotte Schmidt (9 Jahre) mit 91 Pins und Paula Lünser (10 Jahre) mit 81 Pins. Herzliche Glückwünsche an alle Platzierten! Herzlichen Dank an Mitorganisator Rötger Henry, Sylvia Kegel und an Frank Britze für das Schreiben der Urkunden und das Erstellen der Siegerfotos!

XXXVII. Internationale 100 km-Lauf von Grünheide

Es ist bald wieder so weit....

Am **Samstag, 25.März 2017**, wird im Objekt Störitzland/Internationales Kinder-, Jugend- und Familiencamp am Störitzsee der **XXXVII. Internationale 100 km-Lauf von Grünheide** stattfinden. Nach dem Umzug vom Ortsteil Kienbaum in den Ortsteil Störitz ist es das dritte Mal, dass die beliebte Veranstaltung hier zur Austragung kommt. Und es wird wieder viel „Läufervolk“ erwartet. Traditionell gibt es die Wettkämpfe über 100 und 50 km. Die „kürzere“ Strecke ist erneut Wertungslauf der Deutschen Ultramarathon Vereinigung e.V. Wie im vergangenen Jahr werden neben dem „Volkslauf“ auch Berlin-Brandenburgische Meisterschaften im 100 km Straßenlauf für Männer, Frauen, Seniorinnen und Senioren ausgerichtet. Die Laufstrecke ist nach DLV-Kriterien vermessen und damit bestenlistenfähig. **Neu im Programm ist ein Wettbewerb über 12 Stunden Laufzeit.** Auch Teilnehmer aus der Schweiz und Österreich haben sich für einen dieser Wettkämpfe gemeldet.

Im Rahmen des XXXVII. Internationalen 100 km-Laufs von Grünheide/Störitz können Läuferinnen und Läufer aber auch über kürzere Strecken ihre Kräfte messen, und zwar beim **3.Störitzsee-Lauf**. Die Strecken führen über zehn, fünf und vier Kilometer. Für Leichtathleten, die im Land Brandenburg wohnen oder für einen brandenburgischen Verein starten, gibt es zusätzlich eine Wertung für den Brandenburg-Cup Bad Liebenwerdaer Mineralquellen GmbH (2.Wertungslauf 2017) und für den lokalen Oder-Spree-Cup. Erstmals organisieren die Veranstalter um Gert Schlarbaum (TLV Rangsdorf) an diesem Tag auch die **Offene Berlin-Brandenburgische Meisterschaften im 10 km-Straßenlauf für Jugend U 20, Männer, Frauen, Senioren und Seniorinnen** sowie **Berlin-Brandenburgische Meisterschaften 10 km Straßenlauf Jugend U 18**.

Es ist was los in Störitz. Die Veranstalter freuen sich auch über viele Zuschauer. Für Versorgung sorgen die Mitarbeiter des Objekts Störitzland.

Weitergehende Informationen zu den Laufveranstaltungen unter www.harri-schlegel.com

Von unserem Verein haben gemeldet:

100 km: Simone Stegmeier und Gabriele Noichl. Gabriele lief im vergangenen Jahr die 100 km in 11:26:34 Stunden und wurde damit Berlin-Brandenburgische Landesmeisterin. Kann sie den Titel verteidigen?

10 km: Die Barbers mit Anne, Elke, Tina und Gunnar.

Allen Startern viel Erfolg.

Außerdem dabei: Ecky Broy (Sprecher) und Helge Ziems (Org.-Büro).

Helge Ziems

- Alle Jahre wieder...

Wir suchen wieder Helfer für unseren diesjährigen 25.Jubiläums-Lauf durch den Volkspark Friedrichshain, diesmal am Sonntag, dem 30.04.2017. Wer hat Lust und Zeit uns als Helfer im Org.büro, an der Verpflegungsstelle (bei Ilka melden) oder als Streckenposten zu unterstützen? Bitte bei Helmut Scharping melden. Außerdem wollen wir natürlich wieder einen Kuchenbasar anbieten. Wer möchte uns dabei unterstützen und einen Kuchen mitbringen? Bitte meldet euch dafür bis 23.04.17 bei Ilka!! Wer nicht helfen muss bzw. will, kann natürlich bei unserem Lauf kostenlos starten! Dazu bitten wir um Voranmeldung bei Ilka bis 25.04.17! Bei Meldung vor Ort wird für Mitglieder die Nachmeldegebühr von 2,- Euro fällig.

Vereinsnachrichten:

- Über einen neuen Teilnehmerrekord mit 2161 Finishern und damit erstmals mehr als 2000 Aktiven freuten sich die Organisatoren des **Müggelsee-Halbmarathons** am 16.10.16. Zum 10.Jubiläum an der Gaststätte Rübezahl gab es zum Jubiläum für alle Läufer eine Medaille und traditionell die Erbsensuppe aus der Gulaschkanone. Trotz trüben Wetters waren auch 6 Läufer unseres Vereins am Start. Eine einzigartige Leistung vollbrachte Heinz Lachmann, er war bei allen 10 Auflagen des Events am Start und siegte schon zum 9.Mal hintereinander in seiner Altersklasse. Diesmal lief er in schnellen 1:46:31h auf den 372.Platz von 1353 Läufern. Über 10km kam Ina Schlüter in 1:15:25h auf den 535.Platz von 550 Läufern und konnte sich in ihrer Altersklasse über den 6.Platz freuen! Im 5km-Pendelkurs waren 258 Läufer dabei, darunter drei RON-HILL'er. Jürgen Tetzl lief in 18:27min auf den 3.Platz und musste damit nur zwei deutlich jüngeren Läufern den Vortritt lassen! Über weitere Siege in ihren Altersklassen freuten sich ebenfalls Winfried Jäger und Erhard Bader. Winfried erzielte als Schnellster der AK M55 gute 24:23min, Erhard Bader lief als zweitältester Teilnehmer nach 35:30min und als Sieger der AK M80 ins Ziel!
- Am 22.10.16 starteten Ilka Gomoll und Peter Rymarowicz bei strömenden Regen beim **9.Rügenbrücken-Halbmarathon** in Stralsund. Die abwechslungsreiche Laufstrecke führte auf dem Hinweg über die neue Rügenbrücke, durch das beschauliche Dorf Altefähr und über Forstwege bis nach Poppelwitz. Auf dem Rückweg kann man vom alten Rügendamm aus den atemberaubenden Blick zur neuen Brücke bewundern. Peter verpasste in 1:46:53h als Vierter der AK M60 (129.Gesamtplatz) das Podest nur knapp. Ilka lief in 1:49:24h auf den 170.Platz (14.Frau, 5.W40) von 525 Läufern. Bei der durchgeführten Tombola konnte sich Peter über seinen tollen Gewinn freuen, je eine Kiste Selters und eine Kiste Bier. Eine gut organisierte Veranstaltung, die zu einer Wiederholung einlädt.
- Nach dem erfolgreichen Abschneiden bei der **Cross-Challenge** im letzten Jahr wollten Andreas und Karin Stoltz auch in der Döberitzer Heide am 29.10.16 dabei sein. Karin absolvierte die schwierigen 10km mit sehr vielen Hindernissen und Wassergräben in 2:17:59h und belegte damit den 783.Platz von knapp 800 Läufern. Andreas lief die 19km lange Strecke 5min schneller als im Vorjahr und kam in 2:09:56h auf den 124.Platz von knapp 500 Läufern.

- Am 23.10.16 unternahm Steffen Lüder spontan eine Reise zum **Magdeburg-Marathon**, dort wurden auch 10km und Halbmarathon angeboten. Er hatte dieses Jahr noch keine 21km absolviert, ihm fehlten auch lange Einheiten und so ging er die 21,1km vorsichtig an. Allerdings waren dort die Kilometerschilder eher nach dem Zufallsprinzip gesetzt. Nach den ersten 10km in 49:46min erhöhte Steffen das Tempo und lief nach 1:42:14h auf dem 253.Platz (40.M50) von 1266 Läufern ins Ziel. Zwei weitere RON-HILL'er waren über 42,2km dabei, hier blieb Jörg Dölling in 3:58:55h unter der begehrten 4h-Marke und erreichte damit den 175.Platz (14.M55). Volkan Alpsoy lief in 4:08:59h auf den 200.Platz (27.M30) von 347 Startern.
- Am 30.10.16 kämpften 139 Läufer um die letzten Berlin-Cup Punkte des Jahres beim Crosslauf in der Hasenheide – dem **39.Friedrich-Ludwig-Jahn-Lauf**. Für die 7 gestarteten Läufer unseres Vereins ging es nicht nur um gute persönliche Ergebnisse über 3,6km, sondern auch um die Absicherung des 3.Platzes in der Vereinswertung des Cups. Dies gelang souverän. In 15:34min war Holger Rothe auf dem 41.Platz der schnellste RON-HILL'er, knapp gefolgt von Steffen Lüder, der in 16:02min als Vierter das Podest seiner Altersklasse nur um 5 Sekunden verpasste. Mit schnellen 16:59min verbesserte Berti Rämisch seine Vorjahreszeit um 30 Sekunden, das ist ziemlich gut für diese kurze Strecke. Einzige Altersklassensiegerin wurde Ilka Gomoll in 17:46min, so kann sie im nächsten Jahr kostenlos starten! Tim Lange war über 2,4km am Start und belegte in 10:50min den 24.Platz von 39 Startern, in der AK MU14 reichte es zum 6.Platz!
- Einziger Starter beim beliebten **41.Hubertuslauf in Neuruppin** war Erhard Bader über 8km. Er finishte nach 1:07:02h auf dem 205.Platz und siegte damit als ältester Teilnehmer in der AK M80!!
- Beim **Crosslauf Rund um die Kaulsdorfer Seen** starteten Tom Griepentrog und Marcus Gaede zu abwechslungsreichen 12,5km. Tom belegte in 56:11min den 11.Platz und freute sich über den Sieg in der AK M50. Marcus lief in 1:04:02h auf den 22.Platz von 48 Läufern.
- Christian Karbe absolvierte im Rahmen der Berlin-Brandenburgischen Meisterschaften den **4.SCB Grunewald-Marathon** und belegte in 3:14:17h den 8.Platz (4.M40) von leider nur 20 Startern. In der Wertung der Meisterschaft lief er für den ESV Lok Potsdam auf den 5.Platz und wurde Vizemeister der AK M40! Herzliche Glückwünsche!!

- Volkan Alpsoy war am 30.10.16 beim **14.Eichwalder Herbstlauf** über 15km der einzige Starter unseres Vereins. In 1:14:27h belegte er als Neunter einen guten Mittelfeldplatz (6.Platz M30-M49).
- Drei Läufer unseres Vereins starteten am Rathaus Schönefeld beim **6.Elly-Beinhorn-Lauf**, um auf der flachen 10km-Strecke schnelle Zeiten zu erzielen. Den Zielbereich am Forum Adlershof erreichte Jürgen Tetzl nach 36:51min auf dem 5.Platz von 247 Startern und verpasste als souveräner Sieger der AK M50 das Podest nur um 30 Sekunden. Weitere gute Ergebnisse erzielten Jörg Dölling und Winfried Jäger. Jörg lief in 47:08min auf den 60.Platz (4.M55), Winfried verpasste in 49:03min seine Bestzeit nur um 20 Sekunden (86.Platz, 5.M55). Leider wird es in diesem Jahr keine weitere Auflage dieses beliebten Laufes geben, das teilten die Organisatoren schweren Herzens mit!
- Jörgen Zimmer startete am 05.11.16 in Lichtenegg beim **3.Non Aided Frankenalb Panoramaweg Ultra Trail (NAFPUT)** über 60km mit 1950 Höhenmetern und belegte in 7:57h den 12.Platz von 25 Startern. Seine Vorjahreszeit verbesserte er auf der schönen aber schwierigen Strecke damit um mehr als 10 Minuten und erreichte in der AK M45 den 2.Platz. Bei diesem Lauf ohne Startgeld ist jeder selbst für seine Verpflegung zuständig.
- Bei der 37.Auflage des **Laufs um den Krummensee** in Mittenwalde waren 156 Läufer über 7,2km und 15km dabei. Egbert Jakubzick absolvierte die 7,2km in 44:14min und belegte damit den 44.Platz (3.M55) von 80 Läufern. Über 15km war wie im Vorjahr Volkan Alpsoy auf der anspruchsvollen Runde um den See dabei, er finishte nach 1:17:13h auf dem 34.Platz (2.M30) von 76 Startern.
- Beim 2.Lauf der **Sägerserie** im Tegeler Forst erzielte Helmut Huber über 10,8km in 1:02:13h den 2.Platz der AK M65. Nach den ersten beiden Starts im Oktober und November war Helmut natürlich auch beim 3.Lauf der Serie am 03.12. dabei. Er absolvierte die nicht einfachen 12,8km in 1:11:34h und lief erneut auf den 2.Platz. In der Gesamtwertung nach drei Läufen und 52 Anstiegen belegte Helmut Huber in 3:07:27h den 2.Platz der AK M65 und kann sich nun mit Stolz einen „Säger“ nennen.
- Am 06.11.16 startete Uli Kergel beim **11.Long Distance Crosslauf** in Kladow im 8,6km Lauf und belegte nach 40:51min den 23.Platz von 133 Läufern. In der AK M50 verpasste er als Vierter knapp das Podest.

- Bei der 13.Auflage des **Teltowkanal-Halbmarathons** am 06.11.16 starteten auf dem Pendelkurs der 7km Laufrunde 1005 Läufer auf verschiedenen Strecken. Auf dem unebenen Kurs mit leichten Anstiegen wurden die Wurzeln angemalt, so dass ein gefahrloses Laufen möglich war. Die 7,1km absolvierten 323 Läufer, darunter auch zwei von insgesamt 5 RON-HILL'ern, die an diesem Event teilnahmen. In 33:00min freute sich Jörg Dölling über den 43.Platz sowie den 2.Platz der AK M55. Christine Mohr finishte nach 36:54min auf dem 90.Platz (12.Frau, 3.W55). Auf der 14,1km Strecke erzielte Uwe Mohr gute 1:02:59h, damit kam er auf den 16.Platz von 216 Läufern und freute sich über den knappen Sieg in seiner Altersklasse. Die 21,1km absolvierte Volkan Alpsy in 1:52:56h, das reichte auf der Strecke mit den meisten Teilnehmern für den 232.Platz (25.M30) von 466 Läufern. Bei der Halbmarathon-Staffel teilen sich drei Läufer mit je 7km die gesamte Laufstrecke, hier waren 58 Teams dabei. Unser Mitglied Andreas Schramm war gemeinsam mit seinem Sohn Raoul und Jan Jakobowitz unterwegs, sie liefen in 1:36:06h auf den 9.Platz (7.Platz Männerwertung).
- Beim **17.Traditionslauf – dem Herbstlauf Hohen Neuendorf** starteten 137 Läufer beim 6,2km Lauf. Die abwechslungsreiche Strecke absolvierte Jürgen Tetzl am schnellsten, er siegte in 22:54min vor Dominik Pannwitz (23:09min). Marion Sarasa lief in 30:26min auf den 10.Platz bei den Frauen (45.Gesamtplatz) und siegte in ihrer Altersklasse mit großem Vorsprung.
- Am 12.11.16 startete Volkan Alpsy beim **24.Walddrehnaer Waldlauf** über 15km und lief in 1:15:58h auf den 9.Platz (1.M30) von 15 Aktiven.
- Am 13.11.16 startete Udo Palm beim **4.Lauf in die Tropen**. Über flache 8km belegte er in 43:49min den 53.Platz von 220 Läufern und freute sich über den Sieg in der AK M65!
- Traditionell startet Peter Schmidt beim **37.Crosslauf des Ruderclub Tegel**, so war es auch in diesem Jahr. Er belegte über 20km in 2:03:03h den 73.Platz (5.M60) von 84 Startern.

- Bei bitterkalten -5°C aber trockenem Wetter und Sonnenschein starteten am 13.11.16 47 4-er Mannschaften bei der **38.Auflage des Mannschaftsviertel- und Halbmarathons** im Britzer Garten. Aus unserem Verein waren wieder drei Teams dabei. Obwohl viele Absagen kurz vor dem Termin für ein ziemliches Durcheinander sorgten und der letzte Startplatz erst 11 Stunden vor dem Start besetzt werden konnte. So „durfte“ Ilka Gomoll, neben Birgit Schuckmann, Tom Griepentrog und Andreas Schramm über 21,1km antreten. Das Team legte ein harmonisches Tempo vor, nur gen Ende machte sich bei Ilka das fehlende Training bemerkbar. Sie liefen in 1:47:40h auf den 12.Platz von leider nur 18 Mannschaften. Überraschend wurde die Teilnehmerzahl beim Mannschaftslauf über 10,8km pulverisiert, hier traten 29 Teams an, so viele wie noch nie! Jürgen Tetzl hatte schon seit Jahren angeregt, ein schnelles Männer-Team zu stellen, in diesem Jahr klappte das nun. Mit Jürgen, Thomas Wallstab, Mike Standring und Edgar Binder stellte sich ein ausgeglichenes Team dem Starter. Sie siegten souverän in 41:27min und zwei Minuten Vorsprung vor dem BSV Friesen. Unsere Frauen-Mannschaft mit Marion Sarasa, Christine Mohr, Heike Lindemann und der kurzfristig eingesprungenen Annette Bethge verpasste erstmals seit drei Jahren den Sprung aufs Podest. In 1:01:11h war für das viertplatzierte Team der Vorsprung auf den 5.Platz mit nur einer Sekunde auch extrem knapp, sie liefen in der Gesamtwertung auf den 20.Platz. Herzliche Glückwünsche allen Teilnehmern!!
- Bei der **33.Auflage des Cross-Staffellaufs im Düppeler Forst** am 27.11.16 über 4x6400m traten erstmals 4 Staffeln unseres Vereins an. Ein Grund für das Interesse könnte auch die Verschiebung der Marathonstaffel in Tempelhof sein. Unsere vier Staffeln hatten viel Spaß auf der anspruchsvollen Strecke auf Waldwegen und auch bei der Tombola nach dem Lauf im Clubhaus des ausrichtenden Vereins räumten wir ordentlich ab. Unser bestes Team mit dem Staffelschnellsten Rene Kranz, Andrea Gaede, Petra Cronenberg und Jörgen Zimmer belegte mit 1:46:39h den 29.Platz von 106 Staffeln, in der Mixed-Wertung reichte es zum 7.Platz.

Ergebnisse:

16. RON-HILL Bowlingmeisterschaften am 18.02.2017:

1. Udo Palm (Vereinsmeister)	452 Pins	(203/ 131/ 118)
2. Paul Koplín (Vizemeister)	444 Pins	(183/ 132/ 129)
3. Thomas Troge (3. Platz Verein)	433 Pins	(156/ 156/ 121)
4. Helmut Huber (4. Platz Verein)	420 Pins	(113/ 169 / 138)
5. Bernd Holtkamp (5. Platz Verein)	405 Pins	(129/ 141 / 135)
6. Hans-Joachim Schulze (6. Platz Verein)	393 Pins	(131/ 142 / 120)
7. Konrad Andert (7. Platz Verein)	390 Pins	(126/ 148 / 116)
8. Chirley Hinz (Gast, 1. Platz Frauen)	387 Pins	(137/ 119/ 131)
9. Jürgen Tetzl (8. Platz Verein)	369 Pins	(126 / 121/ 122)
10. Steffen Lüder (9. Platz Verein)	362 Pins	(89/ 143 / 130)
11. Uwe Mohr (10. Platz Verein)	358 Pins	(131 / 125/ 102)
12. Rötger Henry (11. Platz Verein)	349 Pins	(112/ 111/ 126)
13. Andreas Stoltz (12. Platz Verein)	337 Pins	(98/ 98/ 141)
14. Katja Niethe (Vereinsmeisterin, 2. Frau)	333 Pins	(112/ 114/ 107)
15. Wolfgang Augsten (13. Platz Verein)	331 Pins	(113/ 125 / 93)
16. Bodo Matthes (14. Platz Verein)	328 Pins	(100/ 122 / 106)
17. Christa Holtkamp (Gast, 3. Frau)	319 Pins	(99/ 120/ 100)
18. Holger Dietz (Gast)	318 Pins	(95/ 111/ 112)
19. Petra Andert (Gast, 4. Frau)	316 Pins	(104/ 108 / 104)
20. Lutz Bester (15. Platz Verein)	314 Pins	(125 / 92/ 97)
21. Fabian Zimmer (Gast)	302 Pins	(62/ 147 / 93)
22. Doris Schmidt (Gast, 5. Frau)	281 Pins	(97 / 92/ 92)
23. Sylvia Kegel (Vizemeisterin, 6. Frau)	280 Pins	(84/ 94/ 102)
24. Ilka Gomoll (3. Platz Verein, 7. Frau)	272 Pins	(92/ 90/ 90)
25. Paula Mengewein (4. Platz Verein, 8. Frau)	267 Pins	(92/ 95 / 80)
26. Martina Schmidt (Gast, 9. Frau)	253 Pins	(77/ 85/ 91)
27. Christine Mohr (5. Platz Verein, 10. Frau)	252 Pins	(89/ 67/ 96)
28. Peter Rymarowicz (16. Platz Verein)	240 Pins	(80/ 84 / 76)
29. Jörgen Zimmer (17. Platz Verein)	235 Pins	(64/ 74/ 97)
30. Jessica Seidler (Gast, 11. Frau)	232 Pins	(68/ 100 / 64)
31. Winfried Jäger (18. Platz Verein)	219 Pins	(69/ 80 / 70)
32. Karin Stoltz (6. Platz Verein, 12. Frau)	206 Pins	(58/ 65/ 83)
33. Katja Lünser (7. Platz Verein, 13. Frau)	170 Pins	(57/ 53/ 60)
34. Annette Bethge (8. Platz Verein, 14. Frau)	167 Pins	(67 / 57/ 43)
35. Aimee Hinz (Gast, 1. Platz Kind/ w)	143 Pins	(45/ 46/ 52)
36. Charlotte Schmidt (Gast, 2. Platz Kind/ w)	91 Pins	(14/ 25/ 52)
37. Paula Lünser (Gast, 3. Platz Kind/w)	81 Pins	(32/ 34 / 15)

10.Müggelsee-Halbmarathon am 16.10.16:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ina Schlüter	10	535./ 6.W60 265.Frau	1:15:25h	Jürgen Tetzl	5	3./ 1.M50	18:27min
				Winfried Jäger	5	25./ 1.M55	24:23min
Heinz Lachmann	21	372./ 1.M70	1:46:31h	Erhard Bader	5	205./ 1.M80	35:30min
Volkan Alpsoy	21	439./ 82.M30	1:48:27h				

39.Friedrich-Ludwig-Jahn-Crosslauf/ Hasenheide am 30.10.16 (15.Berlin-Cup-Lauf):

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Ilka Gomoll	3,6	77./ 1.W40 18.Frau	17:46min	Bertold Rämisch	3,6	64./ 11.M55	16:59min
				Peter Rymarowicz	3,6	68./ 5.M60	17:25min
Holger Rothe	3,6	41./ 5.M55	15:34min	Helge Ziems	3,6	137./ 4.M75	27:22min
Steffen Lüder	3,6	52./ 4.M50	16:02min	Tim Lange	2,4	24./ 6.MUK14	10:50min

33.Cross-Staffellauf im Düpeler Forst über 4x6400m am 27.11.16:

Name	Ergebnis	Zeit	Name	Ergebnis	Strecke
Rene Kranz/ Petra Cronenberg/ Andrea Gaede/ Jörgen Zimmer	29.Platz/ 7.Platz Mixed 1:46:39h	24:48min 28:03min 27:31min 26:17min	Holger Rothe/ Ilka Gomoll/ Heike Lindemann/ Tom Griepentrog	62.Platz 13.PI. Mixed 1:59:33h	26:26min 30:08min 35:16min 27:43min
Andreas Schramm/ Peter Rymarowicz/ Helmut Huber/ Uli Kergel	60.Platz/ 38.PI. Männer 1:58:41h	28:28min 30:06min 32:19min 27:48min	Jörg Dölling/ Marcus Gaede/ Ecky Broy/ Winfried Jäger	81.Platz 45.PI. Männer 2:07:09h	28:59min 29:39min 36:16min 32:15min

27.Ratzeburger Adventslauf am 27.11.16:

Name	km	Ergebnis	Zeit	Name	km	Ergebnis	Zeit
Uwe Mohr	27	476./ 29.M55	2:24:09h	Christine Mohr	7,3	151./ 2.W55 37.Frau	38:22min
Knuth Triebe	27	1099/ 51.M60	3:00:59h				
Marion Sarasa	7,3	134./ 1.W60 27.Frau	37:45min	Sylvia Kegel	7,3	311./ 7.W55 105.Frau	44:26min

Redaktion und Auswahl der Beiträge (außer Laufberichte) und
 Ergebniszusammenstellung erfolgt durch:
 Ilka Gomoll, 2.Vorsitzende des LC RON-HILL Berlin
 Ein Anspruch auf Vollständigkeit wird im Infoblatt nicht
 garantiert.
 Nachdruck und Kopieren ist nicht statthaft.
 Erscheinungsweise erfolgt monatlich!

Laufbericht vom 27.Ratzeburger Adventslauf

Seit Jahren schwärmt Knuth Triebe von diesem Event im Norden und bei der 27. Auflage haben sich Familie Mohr, Marion Sarasa und ich entschlossen, Knuth auf seine Reise nach Ratzeburg zu begleiten.

Nach unserem Weihnachtssingen starteten wir am 27.11.2016 in aller Frühe mit Uwe als Fahrer nach Ratzeburg. Da auf den Straßen so zeitig nichts los war, waren wir relativ schnell vor Ort. So hatten wir noch viel Zeit, um uns das kleine Hansestädtchen anzuschauen und ein ausgiebiger Einkaufsbummel war auch noch drin.

Marion und ich hatten nicht vorgemeldet und so mussten wir ein wenig darauf hoffen, dass vor Ort noch Startnummern verkauft werden. Da wir zeitig genug an der Schule waren, bekamen wir noch einige der wenigen Reservenummern.

4 km vom Start hatten uns Uwe ein gemütliches Landhotel gebucht. Der Tipp seitens der Rezeption uns einen Tisch fürs Abendessen zu reservieren war super. Das exquisite Essen zog viele Leute an und Dank der Reservierung hatten wir das Glück es genießen zu können. Mit vollen Bauch in die Sauna, na ja, war trotzdem gut. Zur optimalen Vorbereitung durfte ein gepflegtes Glas Sekt für uns Frauen und Bier für Uwe nicht fehlen.

Morgens Parkplatzsuche, aber Uwe hat dann doch noch einen guten Platz in der Nähe des Marktplatzes gefunden, wo auch die zwei Starts vollzogen wurden. Wir Frauen liefen die kurze Strecke über 7,3 km um den Kückensee, die Männer wollten das volle Programm und nahmen die 26,5 km um den Ratzeburger See in Angriff. Um 10:00 Uhr wurden vom Marktplatz ca. 2.400 Läufer bei strahlendem Sonnenschein in zwei verschiedene Richtungen auf ihre Strecken geschickt. Unsere Strecke führte ein wenig durch die Stadt und dann auf dem Uferweg direkt um den See. Marion kam als erste von uns ins Ziel und belegte mit 37:45 min den 1.Platz in ihrer AK, 43 sec später lief Christine ins Ziel und freute sich über den 2.Platz in ihrer AK. Ich lief nach 44:26 min als Siebte der AK 55 über die Ziellinie. Alle Finisher erhielten ein Triathlonnummern-Startband als kleines Geschenk.

Nachdem wir geduscht hatten, machten wir uns zum Empfang der Männer bereit. Uwe kam nach 2:24:09 h von uns stürmisch begrüßt ins Ziel und Knuth verpasste leider sein heimliches Ziel unter drei Stunden zu bleiben nur knapp.

In der Jugendherberge gab es eine stimmungsvolle Siegerehrung, bei der unsere kleine Truppe auch zweimal Grund zum Jubeln hatte.

Wir waren sehr angetan von der wirklich gut organisierten Veranstaltung, mit einer wunderbaren Laufstrecke und dachten es spricht nichts dagegen wieder einmal hier zu laufen.

2019 findet dann der 30.Ratzeburger Adventslauf statt, das wäre vielleicht ein Anlass mit einer größeren Gruppe Ron-Hiller'n hinzufahren.

Sylvia Kegel