

# Solbad Nachrichten

Juni 2012 | Nr. 330





**ACTIVE**



**Trailrunning-Cup 12/13**

**Laufgenuss für alle:**

# Der Trailrunning-Cup

**Laufserie mit 6 Top-Landschaftsläufen der Region vom ACTIVE Sportshop  
Wertungsmodus 4 aus 6 Läufen**

- 1. Der Prolog – Bielefelder Run & Roll Day, 09. September 2012; 10km**
- 2. Böckstiegeellauf, Werther, 29. September 2012; 18km**
- 3. Teutolauf, Lengerich, 20. Oktober 2012; 29km**
- 4. Weihnachts-Crosslauf, Borgholzhausen, 16. Dezember 2012; 16km**
- 5. Luisenturmlauf, Borgholzhausen, 03. März 2013; 21,1km**
- 6. Hermannslauf, Detmold – Bielefeld, 28. April 2013; 31,1km**

Alle Infos und Anmeldung unter: [www.active-sportshop.de](http://www.active-sportshop.de)

**SALOMON** 



 **Sparkasse  
Bielefeld**

**POLAR**  
LISTENS TO YOUR BODY

 **Stadtwerke  
Bielefeld**

# J U N I 2 0 1 2



Solbad Intern S. 1-9  
LC-Termine S. 22  
Böckstiegel-Lauf S. 31  
80 Jahre und nicht langsam S. 36



Presse:  
Laufsplitter S. 22-23  
Strongman-Run S. 25  
Mai-Sportfest S. 26  
Duathlon S. 27  
Trail-Running-Cup S. 28  
Laufumschau S. 34-35



RTF.-Termine S. 13  
RTF.-Berichte S. 14-15



Kerpen S. 18  
Haller Skate-Nacht S. 19  
Arbeitsalltag S. 20  
Vize Weltmeister S. 21



8. Sparkassen-Triathlon S. 10-11  
Dämmer Marathon S. 12



Das Titelbild

...zeigt Niels Beckwermer beim  
Strongman-Run

Foto: Westfalen-Blatt



Ergebnisse S. 32-33



Bericht aus De Lutte S. 16  
Sommerprogramm S. 17

Wir bedanken uns beim Haller Kreisblatt und beim Westfalen-Blatt für Berichte und Fotos in dieser Ausgabe.

# A. BOCKSTETTE

## BORGHOLZHAUSER AUTOVERTRIEB

Teutoburger Straße 27  
33829 Borgholzhausen

Tel.: 05425 / 369

Fax: 05425 / 5005

[www.autohaus-bockstette.de](http://www.autohaus-bockstette.de)

# AB



- 01. 06. Mona Schweig
- 01. 06. Thies Holste
- 02. 06. Hans-Dieter Bentlage
- 02. 06. Andreas Hundeloh
- 02. 06. Rainer Wittig
- 03. 06. Maximilian Henkel-Sommer
- 03. 06. Janina Naerger
- 03. 06. Guido Schneider
- 03. 06. Marina Schwager
- 05. 06. Friedrich-Wilhelm Ellermann
- 06. 06. Marlies Siltmann
- 07. 06. Margitta Schöpe
- 08. 06. Emma Eilers
- 09. 06. Johannes Gerhards
- 09. 06. Rainer Husmann
- 09. 06. Anna Ristau
- 10. 06. Mechthild Böhme

- 11. 06. Hermann Halff
- 12. 06. Stephan Brinkert
- 12. 06. Rolf Ellerbrock
- 12. 06. Philipp Thorn
- 13. 06. Eckhard Stücker
- 14. 06. Bernhard Bittner
- 14. 06. Maria Scheller
- 15. 06. Christine Potthoff
- 15. 06. Kerstin Speckmann
- 15. 06. Romy Urban
- 16. 06. Carolin Ermshausen
- 16. 06. Willy Schneider
- 16. 06. Dieter Stumpe
- 17. 06. Merle Husemann
- 17. 06. Stephen Möller
- 17. 06. Natalie Scheidel
- 18. 06. Klaus Johanning
- 18. 06. Nicola Justus
- 18. 06. Merlin Reinhardt
- 18. 06. Claudia Schönke
- 18. 06. Michel Säuberlich
- 19. 06. Jonas Bossow
- 19. 06. Peter Remmert
- 20. 06. Sigrid Rüter
- 20. 06. Martina Gräsner
- 21. 06. Heike Kappler-Deppe
- 22. 06. Claudia Ermshausen
- 22. 06. Helga Gembus

**50 Jahre**

**60 Jahre**

**10 Jahre**

- 22. 06. Vincent Elbracht **10 Jahre**
- 23. 06. Heinrich Dirks **60 Jahre**
- 23. 06. Rita Stamme-Düring
- 24. 06. Ullrich Prill
- 24. 06. Moritz Lahnt **10 Jahre**
- 25. 06. Jörg Wecke
- 25. 06. Chiara Sochart
- 26. 06. Andreas Husemann
- 26. 06. Ulrich Schröder
- 26. 06. Silvia Zurmühlen
- 26. 06. Uta Ahnen
- 26. 06. Joliyne Theuner
- 27. 06. Christiane Bauer
- 30. 06. Birgit Hille **60 Jahre**
- 30. 06. Hans-Hermann Koop



### Als neue Mitglieder begrüßen wir:

Aktueller Mitgliederstand: 792

	Jahrgang	Abteilung
Alexander Haase	Jg. 2005	Skater
Fadi Mardilli	Jg. 2007	Skater
Nadine Skarupke		Leichtathletik
Sascha Skarupke		Leichtathletik

**Austritte:** Gabriele Hanfelder, Werther

**Herzlich willkommen  
in meinem Bücherland!**

*Olwe*  
*Marina Bequmann*

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 10 – 18 Uhr, Sa. 10 – 14 Uhr  
33829 Borgholzhausen · Freistraße 10  
Telefon (0 54 25) 9 53 78 90

## LANDFLEISCHEREI GOLDBECKER



- Eigene Landwirtschaft mit Schweinehaltung und Bullenmast
- Wir schlachten noch selbst
- ca. 120 Wurst- und Schinkensorten
- Dienstag und Donnerstag ab 11 Uhr Mittagstisch

**Das Goldbecker-Team freut sich auf Ihren Besuch !**



**Fleischmeister  
Bernd Goldbecker**  
Inh. A.+B. Goldbecker

Am Uphof 9 | 33829 Borgholzhausen | Fon 0 54 25 / 933 158 | Fax 933 742 | Mo. bis Fr. 7-19 Uhr | Samstag 7-14 Uhr



Redaktionsschluss für die Ausgabe

Juli  
am 23. Juni

Alle Beiträge, die nach diesem Datum eingehen, werden in der nächsten Ausgabe berücksichtigt.

#### Impressum:

**Solbad-Nachrichten**  
Vereinszeitung des  
LC Solbad Ravensberg  
Klingenhagen 1  
33826 Borgholzhausen

**Redaktionsanschrift:**  
Schlehenstr. 7  
33803 Steinhagen  
Tel.: 05204/920785

e-mail: dpl.luenstroth@t-online.de

**Redaktion:**  
Friedhelm Boschulte (05425/7135)  
Sabine Lünstroth (05204/920785)

**Herausgeber:**  
DIGITAL PRINT Sabine Lünstroth  
Tel.: 05204/920785  
Schlehenstr. 7, 33803 Steinhagen

**Vertrieb:**  
Christiane Meier- Flottmann  
LC-Geschäftsstelle

**Anzeigen:**  
Sabine Lünstroth (05204/920785)  
e-mail: dpl.luenstroth@t-online.de

**Für den Inhalt verantwortlich:**  
LC Solbad Ravensberg  
Die mit Namen gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder des Herausgebers wieder.

**Erscheinungsweise:** monatlich

**Druckauflage:** 800

Kostenlose Ausgabe für Mitglieder des LC Solbad Ravensberg

Die **Homepage** des LC Solbad Ravensberg finden Sie im Internet unter:  
www.lcsolbad.de.  
e-mail: markus.pape@lcsolbad.de



#### Kurz notiert....

##### Marathon-Staffel in Beckum Solbads Frauen diesmal auf Rang Zwei

Am Himmelfahrtstag stand für Läufer des LC Solbad wieder ein Ausflug zum traditionellen Marathon Staffellauf in Beckum auf dem Programm, wobei jede Staffel mit 5 Teilnehmern die volle Marathondistanz von 42 km zurückzulegen hatten.

Die Damen des LC konnten ihre Vorjahreserfolge diesmal nicht verteidigen, weil ihre besten Kräfte wegen Verletzung oder anderweitiger Verpflichtungen nicht zur Verfügung standen. Aber auch die „B-Mannschaft“ schlug sich achtbar und in 3:17:53 Std. legten **Heike Furtmann-Schauties (schnellste Einzelläuferin)**, **Mechthild Böhme**, **Annemarie Bluhm-Weinhold** und Nachwuchsläufers **Jenny Ewert** die Strecke zurück und kamen sicher auf Rang Zwei hinter dem LV Oelde.

##### Eine Föhnfrisur nach dem Marathon

Gemeinsam in 4:40:32 Stunden absolvierten die Solbader **Gabi Ortner** (17. W 50) und **Wolfgang Neugrewe** (22.M 60) den Luxemburg-Marathon. „Ein atmosphärisch

schöner Lauf mit anspruchsvollen 550 Höhenmetern“, berichten sie, „nach dem Duschen konnte man sich von Frisören die Haare föhnen lassen.“ (HK)

##### Christopher Wolf bei den „Special Olympics“

Unser Laufsport-Mitglied **Christopher Wolf** gehörte zu den 5 Haller Sportlern der Behinderteneinrichtung Laibach-Hof, die an den Special-Olympics in München teilnahmen. Insgesamt 5000 Athleten beteiligten sich an den Nationalen Spielen für Menschen mit geistiger Behinderung in 19 Sportarten.

Christopher konnte sehr gut abschneiden und erreichte in seiner Leistungsgruppe im 10 km Lauf den **4. Platz in 46:16 Min** und im **100 m Sprint Platz 8 in 14,56 Sekunden**.

Für Christopher war es ein überwältigendes Erlebnis im Münchener Olympiapark und im Dantestadion. **Wir gratulieren.**



#### Schuhe + Sport

# Reichelt

## Im Herzen von Halle!

Unser kostenloser Service für Sie:

Laufbandanalyse  
Elektronische Fußvermessung  
Erstellung einer Belastungsdiagnose  
Aushändigung des Fußpasses

unsere Schuhmarken:



unsere Sportmarken:



Schuhe Equipment und Textil



unser Markenangebot  
auf 400 m<sup>2</sup>  
Verkaufsfläche:

Bahnhofstr. 6 – 33790 Halle – Tel. 05201-2356

Öffnungszeiten:  
Täglich von 9 – 19 Uhr durchgehend  
Samstags bis 14 Uhr und  
den 1. Samstag im Monat bis 16 Uhr geöffnet.

....denn wir wollen, dass Sie in Halle einkaufen!

### Vulkan-MTB-Marathon

v. Simon Bartelsmeier

Am 13. Mai, ging es zum Vulkan-MTB-Marathon nach Schotten am Vogelsberg.

Wie bereits in der letzten Saison möchte ich mich auch dieses Jahr wieder auf die Kurz- und Mitteldistanzen konzentrieren. Mit meiner zweiten Leidenschaft, den 24h Rennen, werde ich 2012 eine Pause einlegen, da die Regenerationszeit doch enorm groß ist und so viele andere Renntermine geblockt werden.

Gemeldet war also die Kurzstrecke mit 28Km und 735Hm. Bekannt ist der Marathon in Schotten für seinen ersten harten Anstieg, der unmittelbar nach dem Start gute 10Km hoch zum Vogelsberg führt. Hier ließ ich zunächst eine Gruppe ziehen um mein eigenes Tempo zu finden. Das klappte sehr gut und so konnte ich vor Erreichen der Bergkuppe, von der man übrigens einen super Blick auf Frankfurts Skyline hat, einige Fahrer einsammeln. In der folgenden Abfahrt schloss ich dann zum derzeitigen Zweitplatzierten meiner Klasse auf. Dieser unternahm einige Versuche, mich wieder loszuwerden - zum Glück alle zwecklos. Am letzten Anstieg konnte ich dann etwas Vorsprung herausfahren und diesen um weitere Sekunden im finalen technischen Singletrail ausbauen, und kam als Zweiter der Hauptklasse (entgegen der Ausschreibung nach guten 32Km) ins Ziel.

Bereits ein Wochenende zuvor fuhr ich das erste Rennen der Saison, den Bilstein MTB Marathon, in Großalmerode, östlich von Kassel.

Bei winterlich nasskalten 4 Grad war Start auf dem örtlichen Sportplatz. Die Distanz betrug hier 26Km und führte ausschließlich durch den Kaufunger Wald. Einen sonst üblichen Asphaltanteil gab es hier nicht. Die Strecke war sehr nass und die Abfahrten somit technisch interessant. Nach etwa 5Km schloss ich zu meinem Teamkollegen auf und wir konnten uns über längere Zeit die Arbeit im Wind teilen. Der Versuch mit einer größeren Gruppe noch mehr Tempo aufzunehmen scheiterte leider, da sich diese als sehr unharmonisch herausstellte. In einer Singletrailabfahrt setzten wir uns dann zu zweit erfolgreich ab. Am letzten extrem steilen Anstieg konnte ich die Geschwindigkeit nochmals erhöhen, fuhr den letzten Km alleine und kam auf dem vierten Platz der Hauptklasse ins Ziel. Mit diesem Saisonbeginn war ich sehr zufrieden.



Simon Bartelsmeier (2) bei der Siegerehrung am Vogelsberg

Restaurant  
**Haus Hagemeyer  
Singenstroth**  
Tanztee  
Live mit der Tanzband SUNNYS



Telefon (0 54 25) 9 20 23, Borgholzhausen  
[www.haushagemeyersingenstroth.de](http://www.haushagemeyersingenstroth.de)

# Sportabzeichen

Der LC Solbad Ravensberg erreichte im Sportabzeichenjahr 2011 bei einer Beteiligung von 19,92 % mit 153 Verleihungen den 3. Platz und **Wilhelm Habighorst** konnte dafür vom Kreissportbund Gütersloh einen Anerkennungs-Scheck in Empfang nehmen. Mit etwas mehr Verleihungen wäre sogar Platz Zwei drin gewesen. Bei den Vereinen mit 501-100 Mitgliedern siegte die DLRG Ortsgruppe Verl (22,63 %) vor den Sportfreunden Loxten (20,08%), dahinter dann der LC (768 Mitglieder = 153 Sportabzeichen = 19,92 %. In der Statistik der Städte und Gemeinden belegte Borgholzhausen zwar wieder mit Platz Zehn von 13 nur einen „Nichtabstiegsplatz“, allerdings noch vor Versmold, Gütersloh und Halle. Bester Altkreis-Sportverband ist Steinhagen auf Platz Vier.

Die neue Sportabzeichensaison hat in Borgholzhausen schon begonnen, jeden Freitag ab 17:15 Uhr kann sich Jedermann im Ravensberger Stadion einfinden, um für das Sportabzeichen zu trainieren oder die Bedingungen zu erfüllen. Mit ein klein wenig mehr Einsatz müsste es doch möglich sein, in diesem Jahr einen vorderen Platz zu erreichen; es sind nur knapp 3 Prozent bis zur Spitze.



## Sportabzeichensondertermine 2012

Datum	Tag	Uhrzeit	Disziplin	Treffpunkt
23.06.2012	Samstag	9:30 Uhr	Radfahren	Bostik-Verwaltung, An der Bundesstraße 16, 33829 Borgholzhausen
23.06.2012	Samstag	11:00 Uhr	Inline	Parkplatz Fa. Specht, Hesselteicher Str. 81, 33829 Borgholzhausen
06.07.2012	Freitag	17:15 Uhr	"Betriebsausflug"	Ravensberger Stadion, 33829 Borgholzhausen  Gemeinsame Radtour ohne Zeitnahme! Das Stadion ist an diesem Freitag wegen eines Fußballturniers besetzt! Das Ziel wird noch bekanntgegeben. Die Strecke und die Geschwindigkeit lassen die Teilnahme auch für Kinder (Selbstfahrer oder Kinderanhänger) zu.  <b>Bitte Anmeldung bis zum 22. Juni 2012!</b>
<b>06.07.2012</b>	<b>Freitag</b>			<b>Kein Sportabzeichen wegen Fußballturnier!!</b>
<b>13.07.2012</b>	<b>Freitag</b>			<b>Kein Sportabzeichen wegen Läuferabend!!</b>
04.08.2012	Samstag	9:30 Uhr	Radfahren	Bostik-Verwaltung, An der Bundesstraße 16, 33829 Borgholzhausen
04.08.2012	Samstag	11:00 Uhr	Inline	Parkplatz Fa. Specht, Hesselteicher Str. 81, 33829 Borgholzhausen
01.09.2012	Samstag	9:30 Uhr	Radfahren	Bostik-Verwaltung, An der Bundesstraße 16, 33829 Borgholzhausen
01.09.2012	Samstag	11:00 Uhr	Inline	Parkplatz Fa. Specht, Hesselteicher Str. 81, 33829 Borgholzhausen

Schwimmtermine werden noch festgelegt und kurzfristig mitgeteilt!

**Bitte meldet Euch zu den Sonderterminen an!**

Kontakt: Wilhelm Habighorst, Zur Krumke 11, 49326 Melle, Tel.: 05428 929680 Fax: 05428 9289981, Mail: WilhelmHabighorst@t-online.de

### Ansprechpartner des LC Solbad Ravensberg

#### Vorsitzender:

**Friedhelm Boschulte**  
(05425/6287)  
mail: boschulte@lcsolbad.de

#### Geschäftsstelle

**Sabine Lünstroth**  
05425/7135  
info@lcsolbad.de

#### Mitgliederverwaltung:

**Christiane Meier- Flottmann**  
(05421/81411)  
cmeiflo13@t-online.de

#### Behindertensportbeauftragter:

**Georg Drees**  
drees@tbw-waf.de

#### Sportabzeichen-Obmann:

**Wilhelm Habighorst**  
(05428/9289936 - Mobil (0173) 5394708)  
mail: wilhelmhabighorst@t-online.de

#### Radtouristik:

**Günter Schillings**  
(0162-3267597)  
mail:LCracer@web.de

#### Inline:

**Johannes Gerhards**  
(0521/63447)  
mail: john@loveandskate.de

#### Koordination Radsport

#### Mountain-Bike:

**Günter Schillings**  
(0162-3267597)

#### Ergebnisse

**Peter Polomsky**  
(05429 – 929554)  
mail: peter.polomsky@osnanet.de

#### Triathlonsprecher/Training

#### Rad Straße:

**Udo Lange**  
(05423/5628)  
mail: udolange@gmx.de  
**Hubert Kaiser**  
mail: hubert.kaiser@bitel.net

#### Walking

**Karola Weber**  
(05204/ 887666)  
mail: bornscheinweber@t-online.de

#### Elke Kahmann

05421/4698



## Gemeinsam mehr erleben.

In unserem LC Solbad Ravensberg trifft man immer nette Leute, teilt gemeinsame Interessen und setzt sich füreinander ein. Wenn Sie einmal fachlichen Rat brauchen, bin ich gern für Sie da.

Vermittlung durch:

**Lars Lehmann**, Allianz Hauptvertretung

Freistr.3, D-33829 Borgholzhausen

lars.lehmann@allianz.de, www.allianz-lars-lehmann.de

Tel. 0 54 25.93 02 21, Fax 0 54 25.93 02 23

**Hoffentlich Allianz.**

**Allianz** 



# Damme

Malerfachbetrieb

Malerarbeiten | Tapezierungen  
Bodenverlegung | Laminat & Parkett  
Fassadenbeschichtung | Vollwärmeschutz

**Malermeister**  
**Oliver Damme**  
Haller Weg 7  
33829 Borgholzhausen

**Tel.: 05425/955318**  
**Fax: 05425/9338931**  
**Mobil: 0171/3781461**

**E-Mail: Oliver-Damme@web.de**



## .....Kaffee und Kuchen.....



16. Juni



... diesmal wollen wir verstärkt **Waffeln** anbieten, daher freuen wir uns ausnahmsweise auch über **"Kaffe Spenden"** - desweiteren benötigen wir **Blechkuchen** für unsere fleißigen Helfer.

Alles ab 13.00 Uhr auf dem Kirchplatz.

Mit freundlichem Gruß.....und Danke... sagt schon mal... Der Festausschuss!!



### Wie wär's mal mit Kurzurlaub im Spreewald?

v. Andrea Kahl

Da kann ich was empfehlen - wenn auch - es war nicht die schöne, verwunschene Gegend im Oberspreewald, die uns verleitet, oder die vielen "Fließe", oder die schmackigen Spreewälder Gurken, die Kahnfahrten in die lauschigen Wälder....

Vor einigen Jahren bekam ich einen Prospekt vom "Spreewaldmarathon" in die Hände, bunt bebildert, sehr ansprechend gestaltet. Auf einem Foto waren die Medaillen abgebildet, die man sich bei den unterschiedlichen Disziplinen verdienen konnte: schwere, grüne Gurken, fast in Originalgröße. Je nach gewählter Strecke sind die Gurkenmedaillen grün, mit bronzener Spitze, mit silberner oder goldener. Ich zeigte den Prospekt meinen Kindern, prompt, einstimmig und unnachgiebig stand es fest: da müssen wir hin, diese Medaillen wollen wir haben!

Die Veranstaltung findet immer jährlich im April statt, ein buntes Programm über 3 Tage, von Freitag bis Sonntag. Es gibt Läufe für Kinder, Frauen, Halbmarathons, Marathon. Es gibt Wettkämpfe im Radeln, Walken, Wandern und Paddeln. Ein Programm für die ganze Familie, hier findet jeder seinen sportlichen Ausgleich. Die einzelnen Veranstaltungen verteilen sich auf mehrere Orte, so ist es nirgends "zu voll". Letztes Jahr habe ich den Halbmarathon mitgemacht, meine Familie war derweil am Paddeln. So ähnlich gings auch diesmal zu: Anreise am Freitag, 20.04. nach Lübbenau. Samstag, 10.00 Uhr Start am Kirchplatz zum Halbmarathon durch das Biosphärenreservat. Landschaftlich sehr reizvoll, vorbei am Schloß Lübbenau, entlang der Fließe,



mitten durch den Spreewald, über zahlreiche Holzbrücken, durch kleine Ortschaften. Eine durchweg flache Strecke (wenn frau von den Holzstufen der Brücken absieht) mit wechselndem Untergrund. Dabei keine wirklich schnelle Strecke, es gilt auf Wurzeln zu achten. Wer hier schlurft, nimmt Bodenkontakt auf. Ab km 12 geht es ein ganzes Stück über einen land- und forstwirtschaftlichen Weg, die Bodenplatten dort sind etwas ausgelatscht und eingebrochen. Ab km 15 überlege ich mir, ob ich nicht lieber durch den Fließ wate, statt die verfluchten Stufen über die Brücke zu nehmen. Bei km 18 geht es an der Gaststätte Wotshofska vorbei, der letzten Verpflegungsstelle vor dem Ziel, direkt durch den Biergarten. Was für ein Angebot: Obst, Plätzchen, Schokolade, Gurken, Salzbrezeln, Schmalzbrote....verschiedene Getränke, darunter schlumpfblassen Isotee. Ich traue mich nicht so recht, beim Laufen reagiert mein Magen immer so empfindlich. Ich überlege aber, ob ich nicht nachher nach

Zieleinlauf nochmal zurück sprinte und die ganzen Reste von Schmalzbrot und Gurken vertilge? Unterwegs mache ich eine nette Bekanntschaft - Volker aus Berlin, aufgewachsen in Bohmte bei Osnabrück. Er ist auch schonmal die Nacht von Borgholzhausen mitgelaufen, verspricht, dieses Jahr wieder zu kommen. Die Läuferwelt ist manchmal klein.... Ich verweise auf die mitgeschleppten Prospekte, die ich in Lübbenau und Burg in den Anmeldebüros verteilt habe. 12 km lang laufen wir zusammen, überhaupt, es sind viele Berliner hier. Im Ziel erwartet mich die silberne Gurkenmedaille und - lecker - auch Schmalzbrote und Gurken. Im Umkleidezelt werden Massagen angeboten, wunderbar, die gönne ich meinen müden Hufen.

Derweil ist meine Familie nach Burg gefahren und unternimmt dort eine 10 km lange Paddeltour durch die Burgener Fließe. Meine Tochter wollte diesmal alleine paddeln und hat sich für ein 1er Kajak entschieden. Ehemann und Sohn sind im 2er Kajak

unterwegs, ausgerüstet mit Doppelpaddel. Zur Auswahl stehen auch Kanus, diese sind flacher und - wackeliger. Start- und Zielunterlagen gibt es hier beim Bootshaus Leineweber, dort sind auch die Boote reserviert. Auf der Paddeltour sind mehrere Schleusen zu bewältigen, gut, dass hier "Schleusenburschen" bereit stehen, die das Betätigen der Schranken übernehmen, ansonsten muss man sein Bötchen schon mal verlassen. Auf den ausgehändigten Stempelkarten wird an den entsprechenden Kontrollstationen vermerkt, dass man hier auch vorbei gepaddelt ist. Schummeln ist nicht. Nachdem ich mich gemütlich in unserer Pension von meinen Strapazen erholt habe, trudeln meine Lieben ein, ausgestattet mit schmerzenden Schultern und Armen und - Hintern, aber auch mit Urkunden und bronzenen Gurkenmedaillen! Hurra! Dieses Jahr feierte der Spreewaldmarathon sein 10 jähriges, zu diesem Jubiläum gab es noch am Samstag abend um 20.30 Uhr, auch in Burg, einen Nachtlaf von 5km, denn man wahlweise auch wandern oder walken konnte. Dieses Ereignis haben wir auch noch mitgemacht, nein, ich bin nicht gelaufen, sondern mit meinen Lieben gewandert. Eine schöne Strecke, ausgestattet mit Fackeln, Kerzen und Feuerwerk! Im ordentlichen Tempo erreichen wir in Burg unser Ziel, zu viert eingehakt. Es gibt wie-



der Gurkenmedaillen, diesmal ganz und gar grüne! Nochmal Hurra! Diese Nacht schlafen wir alle schnell ein und verpassen bald noch unser Frühstück in der Pension. Nachdem wir noch reichlich Senf- und Gewürz Gurken im Lübbenauer Hafen eingekauft haben, geht es gegen Mittag gemütlich nach Hause, diesmal ohne Stau.

Fazit: durch seine Vielfältigkeit ist diese Veranstaltung etwas für die ganze Familie, propenvoll ist es erfreulicherweise auch nirgends, es verteilt sich gut auf mehrere Orte. Und der Spreewald hat es uns richtig angetan.

„Mehr Zeit für uns.“

„So schlau sein wie Papa.“

„Das nächste Urlaubsziel.“

„Den Betrieb in der Familie halten.“


„Eine Surfschule in Kapstadt.“

**Jetzt beraten lassen!**

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir stellen Ihre ganz eigenen Wünsche und Ziele in den Mittelpunkt. So finden wir gemeinsam für Sie in jeder Lebenslage und für jedes Bedürfnis die richtige finanzielle Lösung. Besuchen Sie uns in einer Geschäftsstelle in Ihrer Nähe oder auf [www.volksbank-guetersloh.de](http://www.volksbank-guetersloh.de)

 Besuchen Sie uns auf Facebook!  
[facebook.de/VolksbankGuetersloh](https://facebook.de/VolksbankGuetersloh)

 **Volksbank**  
Gütersloh eG

### Grosser Andrang bei neuem Lauf- und Walking-Kurs

Laufen und Walken ist weiterhin „in“. Das erleben wir bei dem 14. Kurs, den der LC im Ravensberger Stadion abhält. Rund 40 (Vierzig) Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben sich allein zum Lauf-Kurs für Anfänger und Wieder-Einsteiger gemeldet. Der Kurs findet jeden Mittwoch und Freitag ab Stadion statt. Alle sind mit viel Spaß und Eifer bei der Sache, das Wetter hat bisher an den Übungsabenden auch mitgespielt. Unter der Anleitung der Kursbetreuer **Henrik Langen, Siegfried und Katharina Kemper, Friedhelm Boschulte, Karen van Laak, Britta Ewert, sowie Martina Kölsch** wird den Teilnehmern bei ihrem Training ein Einstieg in die Ausdauersportart Laufen vermittelt, so daß die Teilnehmer nach 10 Wochen in der Lage sind, schon 30 Minuten ohne Pause zurückzulegen. Der Kurs dauert bis zum 27. Juni. Es bleibt zu wünschen, dass die meisten auch nach Kursende dabei bleiben und regelmässig ihre Fitness weiter fördern.

Den Walking-Kursus leiten **Karola Weber** und **Elke Kahmann**. Die Qualität hat sich herumgesprochen, waren es 2011 noch 5 Teilnehmer, so konnten sie 2012 über 18 Walking-Freunde, jeglichen Alters begrüßen

### Dazu lest bitte folgenden Artikel

**Joggen verlängert Lebenszeit um sechs Jahre** - Reiner Föhrenbach vom Institut für Sportdiagnostik in Offenbach

### Mildes Ausdauertraining hat ideale Effekte auf Gesundheit

Regelmässiges Joggen erhöht die Lebenserwartung bei Männern um 6,2 Jahre und bei Frauen um 5,6 Jahre. Zu diesem Ergebnis kommt die Langzeitstudie "Copenhagen City Heart Study". Die dänischen Forscher beziehen sich bei Ihrer Analyse auf Daten, die sie seit 1976 in Kopenhagen sammeln. 20.000 Menschen wurden regelmässig zu ihren Lebensgewohnheiten befragt.

"Wir können anhand unserer Daten entgültig sagen, dass Joggen gut für die Gesundheit ist", sagt Studienleiter Peter Schnohr. Schnohr und sein Team verglichen die Sterblichkeit von Joggern und Nicht-Joggern. Die Läufer wurden auch nach ihrem Tempo und der Dauer des Lauftrainings befragt.

### Bedachtes Laufen ohne Atemnot

Die besten gesundheitlichen Ergebnisse erzielten jene Menschen, die zwei bis dreimal wöchentlich zwischen einer und zweieinhalb Stunden im moderaten Tempo joggen. "Jogging verbessert die Sauerstoffaufnahme, steigert die Insulinempfindlichkeit, verbessert die Blutfettwerte und senkt den Blutdruck. Zudem verbessert es die Herzfunktion, die Knochendichte, das Immunsystem, verhindert Übergewicht und trägt



Unser Foto zeigt den Laufkurs beim Aufgalopp auf der Gymnastikwiese, bevor es auf die Strecke rund um den Barenberg geht.



zu psychischem Wohlbefinden bei", schwärmt Schnohr. Der Einzelne sollte so laufen, dass er etwas stärker atmen muss, aber nicht atemlos ist. GERMAN ROAD RACES

GERRY WEBER WORLD

## GERRY WEBER SPORTPARK



TENNIS · SQUASH · BADMINTON · KINDERGEBURTSTAGE  
INDOOR SOCCER und vieles mehr...

Gausekampweg 2 · 33790 Halle/Westfalen · Telefon: 05201/818-890  
info@sportpark-halle.de · [www.sportpark-halle.de](http://www.sportpark-halle.de)

Wilson · K-Swiss · Dunlop · Nike · Adidas · Babolat · Prince

## Vegetarisch gewinnt in der Fleischstadt 8. Sparkassen-Triathlon: Naumann und Kons schnellste Damen / Erfolgreiche Titelverteidiger bei den Männern

Versmold. Die Sieger von 2011, sie haben auch die diesjährige achte Auflage des Sparkassen-Triathlons gewonnen. Der Mönchengladbacher Sven Imhoff verteidigte über die olympische Kurzdistanz (1 000 Meter Schwimmen, 40 Kilometer Radfahren, zehn Kilometer Laufen) seinen Titel. Ihm gleich tat es Max Ludwig über die Volksdistanz. Hier gewann bei den Damen Nicole Kons. In Lisanne Naumann aus Hagen gab es über die Kurzdistanz eine Premiersiegerin. „Ich war überrascht, wie gut es lief“, sagte die junge Nachwuchsathletin des Jahrgangs 1991. In ihrer Paradedisziplin Schwimmen legte Naumann den Grundstein für den Sieg. Nach 15:56 Minuten entstieg sie dem Wasser des Versmolder Freibads – da brauchten die zweit- und drittplatzierten Stefanie Schillings und Karolin Müller schon fast vier Minuten länger. Auf dem Rad wurde es für Lisanne Naumann allerdings windig – und Schillings hatte hier wieder die Nase vorn. Doch spätestens auf der „tollen Laufstrecke“ im Versmolder Stadtpark war der Zweitliga-Triathletin Naumann der Triumph nicht mehr zu nehmen. Aus der Fleischstadt bringt Naumann zudem ein schönes Geschenk für ihren Vater mit nach Hause. „Der freut sich über die Wurst“, sagte die Vegetarierin. Für Gewinner Sven Imhoff diente der Sparkassen-Triathlon als Aufgalopp für den »70,3« auf Mallorca am kommenden Samstag. Auf der Baleareninsel läuft der Mönchengladbacher die Mitteldistanz – die 70,3 steht für die entsprechende Zahl an Gesamtmeilen. Am 17. Juni geht der zweimalige Versmold-Sieger beim Ironman in Regensburg an die äußere Grenze des Triathlons. Nach ihrem zweiten Platz im Vorjahr freute sich Nicole Kons in diesem Jahr über den ersten Platz in der Volksdistanz mit einem schüchternen Lächeln. „Es war ein konkurrenzloses Rennen“, berichtete die Starterin des ASV Duisburg. Nach 500 Meter im Wasser, 20 Kilometer auf dem Rad und einem Fünfkilometerlauf war sie in 1:07,35 Stunden im Ziel. Kurios: Im Vorjahr war sie zwei Minuten schneller und musste sich damals dennoch ihrer Vereinskollegin Vera Hansch geschlagen haben. 21 Sekunden Rückstand hatte Konkurrentin Mareike Walkenhorst. Über die Wurst, die jeder Finisher im Ziel überreicht bekam, konnten sich weder sie noch Kons wirklich freuen – beide sind wie Lisanne Naumann Vegetarierinnen. Dieses »Problem« hat Max Ludwig nicht. Der 23-Jährige zeigte sich wie Vorjahr siegeshungrig und gewann in starken 57:00 Minuten vor seinem Vereinskollegen Daniel Mehring von Tri Finish Münster. Zufrieden war Ludwig mit seiner Zeit dennoch nicht: „Ich habe mich die letzten Jahre hier immer verbessert, in diesem Jahr ist das leider ausgeblieben“, zeigte er sich selbstkritisch.

## Achte Auflage bringt Teilnehmerrekord

Die achte Auflage des Sparkassen-Triathlons brachte einen neuen Teilnehmerrekord. Kurz vor dem Start über die Volksdistanz verkündete Stadionsprecher Rolf Uthmann 542 Anmeldungen.

Ganz so viele erreichten anschließend allerdings nicht die Ziellinie. Wohl auch, weil einige Athleten aufgrund der Witterung auf einen Start verzichteten, andere aufgeben mussten.

Dank Landesliga-Wettbewerb und »Swim & Run« waren es 482 »Finisher« im Stadion.

**STROM- UND GASVERSORGUNG**  
VERSMOLD GMBH

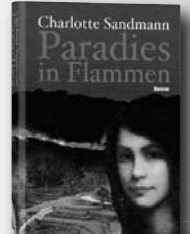
Ihr regionaler Energiepartner –  
fair und zuverlässig



## LESERSERVICE

### Charlotte Sandmann Paradies in Flammen

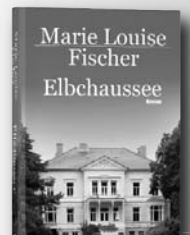
Um ihren Vater vor dem Ruin zu bewahren, willigt Helena ein, einen Mann zu heiraten, den sie nie zuvor gesehen hat. Ihr Zukünftiger, Jonah Aldermann, ist der Spross einer reichen Kolonialherren Familie auf der Insel Java. Per Schiff macht sich Helena 1883 auf die Reise in ihr neues Leben. Noch ahnt sie nicht, dass die heimtückischen Aldermanns sie nur als Spielball ihrer eigenen Interessen missbrauchen. Besiegelt schließlich der Ausbruch des Vulkans Krakatau ihr Schicksal?



3,95 €

### Marie Louise Fischer Elbchaussee

Claudia Wolff-Kröger kann sich nicht zwischen zwei Männern entscheiden – und eigentlich will sie das auch gar nicht, denn die beiden ergänzen sich prima. Da wäre zum einen Ehemann Knut, ein wohlhabender Arzt, der sie in die besten Kreise Hamburgs eingeführt hat und bei dem sie sich geborgen fühlt. Stürmische Leidenschaft erlebt sie hingegen mit ihrem jüngeren Liebhaber Ralf. Doch will sie für diesen heißblütigen Kerl wirklich auf Sicherheit und Wohlstand verzichten?



3,95 €

### Lisa Jackson Noch einmal sollst Du büßen

Als Marnie, Tochter des steinreichen Hotel-Magnaten Victor Montgomery, mitten in der Nacht den Motor ihrer Yacht anlässt und aufs offene Meer hinausfährt, ahnt sie nicht, dass ihr an Bord ein blinder Passagier auflauert. Adam Drake war einst die rechte Hand ihres Vaters, bevor dieser ihn wegen eines schlimmen Verdachts fristlos vor die Tür gesetzt hatte. Jetzt sinnt Drake augenscheinlich auf Rache. Oder führt er etwas ganz anderes im Schilde? Trotz ihrer Angst fühlt sich Marnie von dem attraktiven Eindringling angezogen.



3,95 €

### Konsalik Nächte am Nil

Alf Brockmann, ein deutscher Wissenschaftler, gerät im Vorderen Orient zwischen die Kriegsfrenten. Der feindliche Geheimdienst ist ihm auf den Fersen und will den Forscher ausschalten. Als Brockmann klar wird, wie wenig sein eigenes Leben in diesem mörderischen Konflikt zählt, entschließt er sich zur Flucht. Doch der einzige Weg führt Hunderte von Kilometern durch die sengend heiße Wüste. Um nicht als Fraß für die Geier zu enden, benötigt er die Hilfe der zwielichtigen, aber wunderschönen Aisha.



3,95 €



Die Heimatzeitung!

Diese und weitere Angebote finden Sie in den  
Haller Kreisblatt-Geschäftsstellen

Klingenhagen 1, Borgholzhausen | Rosenstr. 15, Halle | Berliner Str. 1, Versmold  
und bei Büro & Schule Leidinger, Brinkstr. 7, Steinhagen und Ravensberger Str. 37, Werther

### Triathlon: Kälte hätte aus dem Triathlon fast einen Duathlon gemacht



Versmold (clam). Beim Blick aufs Thermometer ahnte Veranstaltungsleiter Udo Lange nichts Gutes. Denn die niedrigen sieben Grad Lufttemperatur, die zu Tagesbeginn herrschten, gefährdeten gestern Morgen die Ausrichtung der Schwimmdisziplin. „Es war wirklich schweinekalt“, sagte Lange. Unter den gegebenen Witterungsbedingungen sei die Durchführung des gesamten Triathlons eine umso höher zu bewertende Leistung gewesen. Hätten sich die Veranstalter vom NRW-Triathlonverband und die Ausrichter vom LC Solbad nämlich streng an die Wettkampfordnung der Deutschen Triathlon-Union gehalten, so hätten die Starter gestern nicht ins Wasser gedurft. In der Vorschrift heißt es wörtlich: »Beträgt die Außentemperatur zur Startzeit unter zwölf Grad Celsius, ist auf das Schwimmen zu verzichten.« Bei einer Außentemperatur zwischen zwölf und 14 Grad muss zudem nach dem Schwimmen eine 15-minütige Pause eingelegt werden. Bei einer exakten Auslegung der Passagen aus Paragraf 10 wäre ein Duathlon am Kurt-Nagel-Parkstadion das Alternativprogramm gewesen. Beginnend mit einem Lauf hätten die Athleten anschließend die Radstrecke absolviert und wären in einem dritten Durchgang noch einmal gelaufen. Grünes Licht für die Veranstalter

kam schließlich von den den Wettkampfrichtern. Sie äußerten Verständnis dafür, dass Teilnehmer und Ausrichter trotz der fast winterlichen Temperaturen nicht aufs Schwimmen verzichten wollten. „Sie wissen natürlich auch, dass die Sportler hierher kommen, um einen Triathlon zu absolvieren“, sagte Lange. Auch Friedhelm Boschulte vom ausrichtenden LC Solbad wertete die Freigabe der Schwimmdisziplin als eine Entscheidung im Sinne der Sportler. Denen wurde irgendwann ohnehin warm. „Kalt“ sei der Triathlon gewesen, bekannte Sven Imhoff, Sieger auf der Kurzdistanz. „Aber nach zwei Runden auf dem Rad ging es.“



## Hallo liebe Helfer/innen,

vielen herzlichen Dank noch mal an Euch für Eure tolle Unterstützung und Hilfe beim Triathlon in Versmold.

Für uns waren die Helfer/innen die wahren Ausdauerkönige des Sports, die trotz der sehr kühlen Temperaturen bis zum Schluss durchgehalten haben.

Wenn alle angemeldeten Athleten gekommen wären, hätten wir knapp 700 Teilnehmer gehabt, damit sind wir in eine andere Dimension vorgestoßen.

Die Veranstaltung ist super gelaufen, wir haben bislang nur positive Rückmeldungen erhalten. Wir haben als Verein mal wieder gezeigt, das wir Vorzeigeveranstaltungen organisieren und durchführen können. Ein besonderes Lob erhielten wir schon von der Stadt Versmold und der Straßenverkehrsbehörde.

Vor allen Dingen hatten wir unglaubliches Glück mit dem Wetter, denn wenn es, wie am Samstag, den ganzen Tag geregnet hätte, wären das noch mal härtere Bedingungen gewesen. Als Veranstalter ist man auch heilfroh, wenn eine solche Veranstaltung ohne Unfälle und Verletzungen über die Bühne gegangen ist.

Es gab nur einen Zehbruch beim Schwimmen. Dem Athleten gute Besserung von hier aus.

**Wer noch keine Wurst bzw. Stempel** für das Treueheft erhalten hat, kann sich bei Sabine Lünstroth, Udo Lange oder Hubert Kaiser melden.

Mit sportlichen Grüßen  
Orga-Team Triathlon

## „Gefällt mir“-Angaben

Martin Stöhr posted on Sparkassen- Triathlon Versmold's Pinnwand

„Vielen herzlichen Dank für den schönen Triathlon gestern!

Es hat mir sehr gut bei Euch gefallen. Die Radstrecke fand ich zwar etwas verwinkelt, aber alles andere war top: Die Organisation, die perfekt gekennzeichneten und abgesperrten Strecken, die Verpflegung an den Strecken und vor allen Dingen im Ziel und insbesondere **die ausnahmslos sehr freundlichen Helfer** haben den gestrigen Tag für mich zu einem schönen Erlebnis werden lassen. Da hat nicht mal das etwas kühle Wetter gestört, für das Ihr ja ohnehin nichts konntet. ;-)

Im nächsten Jahr komme ich gerne wieder!“



Andreas Becker beteiligte sich beim Mannheimer Dämmermarathon am 12.05.2012. Eigentlich war der Marathon als Trainingslauf für den Kraichgau Challenge gedacht, endete dann aber mit einer super Marathonzeit. (3:56:18 Std.)

Steinfurt/Borgholzhausen (cwk). Drei Wochen vor dem Ligastart in Harsewinkel nutzte ein Trio vom LC Solbad Ravensberg den Steinfurt-Triathlon zum Einstieg in die neue Saison und startete auf der mit 171 Männern besetzten Olympischen Distanz: 1000 m Schwimmen - 40 km Rad - 10 km Lauf.

Am weitesten nach vorn kam Youngster **Amadeus Hegenbarth** (Jahrgang 1994), der mit 2:00:27 die zwei Stunden streifte, die M20-Klassenwertung gewann und insgesamt einen respektablen 17. Rang belegte. Beim Schwimmen (5:19,90 Min.) und Laufen (38:47 Min.) war er der mit Abstand schnellste Solbader; beim Radfahren lag **Holger Steuer** (61:32 Min.) im internen Vergleich vorn. Der M40-Senior kam nach 2:04:36 Std. auf Platz 33 ins Ziel und wurde Klassensiebter, wie auch **Andreas Korte** (2:10:28/54.) in der M35. (Bericht von Claus-Werner Kreft aus dem Haller-Kreisblatt vom 15. Mai 2012)

## Offizielle Mitteilung des Triathlon-Verbandes

Bitte beachten Sie, dass Startpassinhaber, die an einer **nicht genehmigten Veranstaltung teilnehmen, nach DTU Sportordnung D.2 mit einer Wettkampfsperre bis zu 9 Monaten belegt werden können**. Ob eine Veranstaltung in Nordrhein-Westfalen sportrechtlich genehmigt worden ist, können Sie auf unserer Homepage prüfen [www.nrwvt.de](http://www.nrwvt.de) (unter „Veranstaltungen“). Alle genehmigten Veranstaltungen werden bei uns aufgeführt und mit einer Genehmigungsnummer versehen.



## RTF-Termine Juni 2012

RTF-Nr. Datum LV	Km. Zusatz	Titel/Ausrichter Startzeit/Ort
2222 02.06.12 NRW	151/ 111/ 76/44 S	RTF am Teuto, RC Sprintax Bielefeld e.V. Universität – Oberstufenkolleg, Morgenbrede 31, Bielefeld Startzeit:10:00 Uhr – 12:00 Uhr
2237 03.06.12 NRW	151/115/ 83/45 S	Teuto Panorama – Tour TSVE Bielefeld e.V. Sporthalle , Am Niedermühlenhof, 33604 Bielefeld Startzeit 09:00 Uhr - 11:00 Uhr
2236 03.06.12 NDS	155/115/ 78/45 S	13. Cloppenburger RTF, MSC Radsport Cloppenburg e.V. REHA Zentrum, Garreler Weg 125, - 49661 Cloppenburg Startzeit:09:00 Uhr- 10:30 Uhr
2250 07.06.12 NRW	152/117 79/43 S	16. Liemer Lipperland – RTF, RSV Tempo Lieme e.V. 1904 Carla – Raveh – Gesamtschule, Vogelsang 31 – 32657 Lemgo Startzeit : 07:30 Uhr – 10:30 Uhr
2252 07.06.12 NRW	151/112 72/33 GPS / S	Durch Davert und Venne, SV Herbern 1919 e.V. Sportplatz Werner str.10 – 59387 Ascheberg Startzeit 08:00 Uhr – 11:00 Uhr
2279 10.06.12 NRW	153/115 74/44 M/S/ GPS	17. Oelder Schwalbentour, RSV Schwalbe Oelde 1920 e.V. Theodor- Heuss- Schule, Düdingsweg 9- Oelde Startzeit:8:00 Uhr – 9:30 Uhr
2288 13.06.12 NDS	156/120 76/46 S/ GPS	19. Bramscher Tuchmacher RTF, Tus Bramsche e.V. Hauptschule, Maschstr. - 49565 Bramsche Startzeit:09:00 Uhr- 11:00 Uhr
2289 16.06.12 NRW	151/113 78/43/25 S/F/ GPS	Durch das Hochstift Paderborn, Rad-Treff Borchen e.V. Altenauschule Kirchborchen, Unter der Burg 3 Startzeit: 09:00Uhr – 11:00 Uhr
2303 17.06.12 NRW	153/112 72/42/25 S	21. Herzebrocker Elbracht Cup, SV Herzebrock e.v. Hallenbad, Am Hallenbad,- Herzebrock Startzeit: 08:00 Uhr - 10:00 Uhr
2316 23.06.12 NRW	151/111 71/45 S	16. Warburger Diemel Börde Tour, RSV ' Warburg e.V. Stadthalle Warburg, Paderborner Tor , 34414 Warburg Startzeit: 09:00 Uhr – 11:00 Uhr
2329 24.06.12 NRW	151/111 71/41 S /GPS	Kalletal - Extertal-Rundfahrt,RC „ Endspurt“ Herford 1954 e.V. Ludwig-Jahn-Stadion, Ernstmeierstr. Herford Startzeit: 08:00 Uhr – 10:00 Uhr

# Zweirad Thomas

## Fahrräder & Zubehör Handel & Service



**Giant, Schauf, Kreidler, Da Silva, Batavus, Pucky**

**Inh. Thomas Plassmann · Halle-Hesseln am Sportplatz**

**Hesseler Straße 20 · Tel. 0 52 01/73 48 42**

**Täglich geöffnet von 10<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup> · Mittwochs von 14<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup> · Sa. 9<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup>**

### Schöne RTF.-Fahrten

v. Günter Schillings

#### RTF in Hövelhof

Bei Anfangs kühlen Temperaturen wurde die RTF in Hövelhof am 28. 04.12 gestartet. **Christopher Müllenhof, Tobias Limberg, Manuela Azzolini, Norbert Hartig, Günter Schillings** und **Elke Vogt** vertraten den LC Solbad Ravensberg. Während Tobias Limberg mit der schnelleren Truppe unterwegs war, fuhren die anderen gemeinsam auf die 78 Km lange Strecke. Mit fortschreitender Zeit, gegen Mittag, wurden die Temperaturen wärmer und wir kamen ganz schön ins Schwitzen. Einige waren auch zu warm angezogen und hatten nun mit der Hitze zu kämpfen. Alle hielten aber gut durch und nach dem Duschen wurde noch bei Kaffee, Kuchen und Würstchen ein wenig geplaudert und weitere RTF Fahrten abgesprochen.

So wurde dann am **1.Mai** in Bielefeld bei teilweise Regen gefahren. Hier waren wir mit 8 Mitgliedern vertreten. Am darauf folgenden Sonntag waren einige von uns dann in Stukenbrock und hier war es doch recht kalt. Die Temperaturen waren mit morgens 8 Grad nicht gerade radfahrer-freundlich. Doch auch hier trotzten wir den niedrigen Temperaturen und bis auf kalte Füße wurde uns beim Fahren doch noch warm. Sechs Mitglieder der Radsportgruppe haben sich nun dazu entschieden, beim Jedermann Radrennen der Alpecin - Days am 12. August in Bielefeld teilzunehmen. Nun wird und muss kräftig trainiert werden, damit wir auch hier den LC bei diesem Ereignis gut vertreten.

Am 01.05.2012 wurde die Bielefelder RTF Saison an der Radrennbahn von Zugvogel



Bielefeld eröffnet und einige Solbader Radsportler ließen es sich nicht nehmen, auch hier in die Pedalen zu treten. Zu Beginn war es noch Wolken behangen und ab und zu kam auch mal etwas Regen, was uns aber von einem Start nicht abhalten konnte. Sieben Sportler vom LC Solbad konnten gesichtet werden, ob noch mehr anwesend waren, kann ich nicht sagen. Die Strecke war gut zu fahren und das Wetter und die Laune wurde auch immer besser. Nach der Zieleinfahrt wurde noch ein wenig geplaudert und ab ging es nach Hause. Es folgten noch einige andere RTF Fahrten in Delbrück, in Lenzinghausen und am **17.05.** in Gütersloh mit einer Streckenführung an der Wewelsburg vorbei. Die Wewelsburg ist schon von weiten zu sehen

und ein imposantes Bauwerk. Nachdem die Strecke zuerst Richtung Flughafen PB - LP in Ahden führte, ging es dann auf halber Distanz links ab um dann nach ein paar KM. wieder links ab in Richtung unterhalb der Wewelsburg zu führen. Manuela war von dem Anblick der Wewelsburg so angegan, dass Sie erst einmal ein paar Fotos machen musste. Nachdem alles erledigt war, ging es wieder an die „Arbeit“, denn alles was wir bis jetzt runter gefahren waren mussten wir nun wieder hinauf. Der Aufstieg zog sich ein wenig hin aber mit etwas guten Willen und Sonne im Gesicht wurde auch diese Hürde genommen. Nach ein paar weiteren kleinen „Bergwertungen“ kam die ersehnte Ebene immer näher und mit für Manuela unglaublichen 50 Km/h ging es

# Heinrich Barteldrees

## FRUCHTSAFTKELTEREI

*Fruchtsäfte fördern  
die Gesundheit!*



33790 Halle/Westf. · Lotkampsweg 12  
Tel. (05201) 2374 · Fax (05201) 665699



von Ehringerfeld runter Richtung Störmede, bei Geseke, zur Kontrolle. Nach einer kurzen Pause und Stärkung ging es weiter Richtung Gütersloh über verschiedene kleine Dörfer und Strassen.

Nach der letzten Kontrolle in Mastholte sollte für Manuela noch eine kleine Überraschung kommen, denn sie hatte sich ja für die Alpecin Days in Bielefeld gemeldet und nun wurde auf den letzten Kilometern „Dampf gemacht. So gut es ging sollte sie sich in der Gruppe verstecken und „dranbleiben“, denn nun wurde fast Renntempo gefahren mit einer kleinen „Bergwertung“ die Autobahnauffahrt hinauf ohne Tempo zu verlieren. Alles klappte wunderbar, zufrieden und mit roten Wangen kamen wir im Ziel an. Prima, auf ein Neues und das folgte am 20.05 in Greffen. Nachdem ich mit dem Rad schon dorthin gefahren bin, unterwegs traf ich noch **Andreas Prochnow**, der war unterwegs zum Triathlon nach Gütersloh, wurde ich schon von Norbert Hartig und seiner Frau Manuela, erwartet. Heute fahren wir aber locker, sagte Manuela, und aus Erfahrung weiß ich, dass der Wunsch danach meist näher ist als die Ausführung. Sie sollte das Tempo bestimmen, hat sie auch, aber anders als sie das gesagt hatte. Norbert und ich nahmen das Tempo auf und hielten das auch. Wir machten dann ein kleines Intervall Training daraus. Es klappte



ganz gut, bis ich kurz vor der Kontrolle in Brockhagen eine Zwangspause einlegen mußte, weil ich einen platten Reifen bekommen hatte. Also Hinterrad raus, Reifen runter und neuen Schlauch eingezogen. Plötzlich eine Stimme, Günter, alles muss unter sieben Min. geschehen, das weißt du doch. Es war Jens Meier, der gerufen hatte, denn er war auch mit dem Rad unterwegs. Nun ich habe keine sieben Min. gebraucht oder doch oder länger –egal - das Rad war fertig und es ging weiter. Da ich nun nicht den Luftdruck hatte, den ich benötigte, bin ich nach der Kontrolle bei mir zu Hause vorbeigefahren, fast kein Umweg, und habe Luft nachgefüllt. Dann bin ich wieder zur Strecke gefahren und habe an einer Stelle auf Norbert und Manuela gewartet. Nachdem wir wieder vereint waren, ging es nach Borgholzhausen am Stadion zur Kontrolle. Hier trafen wir auch einige Sportler vom LC Solbad die gerade vom Laufen zurückkamen. Nun kam der große Moment der Rückfahrt zum Ziel, über den Berghäuser Weg ging es Richtung Dissen, vorbei am Marien Brunnen nach Bockhorst, Richtung Oesterweg, alles so ziemlich im Renntempo. Ich habe nicht auf den Tacho geschaut, immer nur getreten, aber Manuela sagte hinterher,

es wäre zeitweise über 40km/h gewesen. Nun, wenn dem so war, dann weiß sie, was am 12. Aug. auf sie zukommt, wenn das Bielefelder Rennen gefahren wird. Nach der Zielankunft wurde noch ein kühles Getränk genommen, eine Wurst zur Stärkung und dann ging es mit dem Rad nach Hause. Nun warten wir auf die nächste RTF und schönes Wetter.

Training für die Radsportgruppe ist jeweils Dienstag und Donnerstag um 18:00 Uhr in Borgholzhausen am Stadion, oder nach Absprache.

**Günter Schillings Tel:0162-3267597**



## Wir bedrucken, beflocken:



**Trikot, T-Shirt, Sweat-Shirt,  
Aufnäher, Jogginganzüge,  
Kapuzenpullover ...**

**Lüttig GbR · GT-Friedrichsdorf · Tel. 05209/3221**

### Hermannslauf 2012

Der Walker Klaus Henkel nahm mit 72 Jahren wieder am Hermannslauf teil. Er erzählte, dass er gut in der Zeit lag, bis Kilometer 20, da bekam er Knieprobleme. Erst hat er überlegt aufzuhören, aber dann siegte der Ehrgeiz und er kam in 5.10 Stunden über die Ziellinie.

Gratulation der Walkingabteilung

...hier noch die Zeiten von einigen Walkern:

Jens Meyer	4.42 Std.
Katarina Kemper	4.42 Std.

### De Lutte 2012

v. Karola Weber

Pünktlich um 7:45 Uhr brachen wir auf, ein Mädelauto mit Katarina Kemper, Hermine Rösler, Petra Dohrt und ich als Fahrerin, das Herrenauto mit Frank John, Manfred Radtke und Andreas Hundeloh.

Am Pfannkuchenhaus in De Lutte wurden wir schon von Bertus erwartet. Bevor es losging mussten wir noch Startunterlagen ausfüllen, Kaffeetrinken und leckere Rosinenbrötchen essen. Die bekommt man immer vor dem Start. Für die zweite Verpflegungsstation, die auf dem 18 km langen Wanderweg lag, bekamen wir Gutscheine für einen Kaffee oder Eis.

Es war kalt und ab und an regnete es. Meine Kappe lag im Auto, aber wie sagt man immer so schön „Was man nicht im Kopf hat, hat man in den Beinen“. Unterwegs waren wir auch prompt auf die 28 km Route abgebogen, weil im Gespräch vertieft hat keiner auf den Plan geschaut. Bertus kam es komisch vor, als wir über einen Feldweg zwischen zwei großen Äckern liefen. Alles zurück, fast bis dort, wo Franks Lieblingskuh auf der Weide stand!

Die Apfelstation im Wald bot eine Abwechslung und füllte schon etwas den Magen. Wir kamen an sehr schönen Häusern, einem Skulpturenpark und landschaftlich schönen Anlagen vorbei. Wir hatten uns viel zu erzählen und den Taktschlag gaben Manfred und Hermine an. Unser Küken Katharina hatte noch mit ihrer Blase unterm Fuß vom Hermannslauf zu kämpfen.

Die erste Verpflegungsstation endlich! Leider fanden wir keinen Platz, weil ja alle denselben Gedanken hegten wie wir. Also weiter! Wir unterhielten uns über Kaffeetrinken, dass wir nur aus Pötte trinken und nicht aus kleinen Tässchen, wie im Pfannkuchenhaus. Nach drei Kilometern waren wir da und konnten unseren Bon einlösen und tranken jeder zwei Tassen Kaffee, statt einem Pott. Frisch gestärkt und die müden Knochen wieder eingerenkt ging es auf den Schlusssprint. Am Pfannkuchenhaus angekommen bauten wir auf dem Parkplatz unser Picknick auf. Wir sind schon eine eingeschworene Gemeinschaft, was das Mitbringen und Koordinieren von leckeren Sachen betrifft.



Walking verbindet Generationen, Manfred Radtke und Katharina Kemper.

# STOLL

Gebäude-Service

Bergstr. 24-26  
33803 Steinhagen  
Tel.: 05204-91470

#### Wir über uns:

**Stoll Gebäude-Service bietet alle Dienstleistungen rund um das Gebäude -von der Bauendreinigung bis zur Unterhaltsreinigung und Gebäudeverwaltung.**

**Geschulte Mitarbeiter arbeiten in zwölf Niederlassungen deutschlandweit an 80 Orten dafür, dass Gebäude nicht nur sauber bleiben, sondern auch ihren Wert behalten.**



#### **Niederlassungen in:**

**Bielefeld, Paderborn, Kassel, Berlin-Hennigsdorf, Berlin-Mitte, Dorsten, Ratingen-Düsseldorf, Wuppertal, Dortmund, Oldenburg, Merseburg und Leipzig**

**[www.stoll-gebaeudeservice.de](http://www.stoll-gebaeudeservice.de)**

## Sommerprogramm 2012

Walking-Abteilung LC Solbad Ravensberg

Dauer der Routen bis zu 1,5 Stunden

Start der Dienstagsgruppe um 09:00 Uhr

Start der Mittwochsgruppe um 19:00 Uhr

- Wenn Fahrgemeinschaften gebildet werden, eine viertel Stunde früher zum verabredeten Treffpunkt kommen. -

Di.	10.07.12	Halle/Westf., Parkplatz Schloß Tatenhausen
Mi.	11.07.12	Halle/Westf., Parkplatz Schloß Tatenhausen
Di.	17.07.12	Hasequelle in Wellingholzhausen, Parkplatz Stadion Borgholzhausen
Mi.	18.07.12	Hasequelle in Wellingholzhausen, Parkplatz Stadion Borgholzhausen - Fahrgemeinschaften (viertel Stunde eher) -
Di.	24.07.12	Borgholzhausen Luisenturm, neues Windrad, Parkplatz Stadion
Mi.	25.07.12	Borgholzhausen Luisenturm, neues Windrad, Parkplatz Stadion
Di.	31.07.12	Bad Rothenfelde, Parkplatz Obersundernweg
Mi.	01.08.12	Bad Rothenfelde, Parkplatz Obersundernweg - Führung übernehmen Wilma u. Andreas Meyer - - Fahrgemeinschaften ab Stadion Borgholzhausen (viertel Stunde eher)
Di.	07.08.12	Steinhagen Quelle Parkplatz Zweischlingen
Mi.	08.08.12	Steinhagen Quelle Parkplatz Zweischlingen
Di.	14.08.12	Haus Ascheloh, Wanderparkplatz
Mi.	15.08.12	Haus Ascheloh, Wanderparkplatz
Di.	21.08.12	Amshausen, Parkplatz Friedrichshöhe
Mi.	22.08.12	Amshausen, Parkplatz Friedrichshöhe
Di.	28.08.12	ab 09:30 Uhr Stadion Borgholzhausen
Mi.	29.08.12	Abschluss

Abschlusstour wird noch bekanntgegeben.

Passive Mitglieder und Gäste bitten wir um eine Spende von 1,00 € / Tour.

# FOTO-FALLE.DE

Professionelle Sportbilder

WWW.FOTO-FALLE.DE

- PREISWERT
- SCHNELL
- ZUVERLÄSSIG

## Landesmeisterschaft in Kerpen

von John Gerhards

In Kerpen fand am vergangenen Wochenende im Rahmen der zweiten Station des Westdeutschen Speedskating Cups die Landesmeisterschaft über die Mittelstrecke statt. **Karolina Kierzkowski** bestätigte erneut ihr "Abo" auf Platz zwei, **Marianne Niemann** gewann den Titel in der AK W 50.

Bester Solbadskater war **Jan Möllers**, er wurde 6. im Gesamtklassament und holte Bronze in der männlichen Hauptklasse. Ebenfalls Dritter wurde **Dirk Rüter** in der AK 40. Das Wetter spielte diesmal nicht mit: die winterlichen Temperaturen und der nasse Untergrund werden wohl bei einigen für eine Absage gesorgt haben, andere mussten sich am Montag wahrscheinlich mit Adduktorenproblemen und Lagerreinigung beschäftigen.

Die Mannschaften mit LC Beteiligung schlugen sich hervorragend. Team der-rollenshop sorgte bei den Herren für den zweiten Sieg im zweiten Rennen und führt damit die WSC Rangliste an. Der gerade von einer Grippe genesene **Patrick Naerger**, **Jan Möllers** und **Dirk Rüter** lagen am Ende 6 Sekunden vor ihren Konkurrenten aus Leverkusen und Düsseldorf. Beachtlich schnell unterwegs war auch das NRW Junioren Team mit dem im Hauptrennen leider gestürzten **Jan Grimmelt** und Leon **Sebastian Roos**: Platz vier unter 17 gestarteten Team kann sich schon sehen lassen!

Bei den Damen kam das team der-rollenshop.de juniors auf Platz zwei, **Marianne Niemann** erreichte mit dem Speedteam Duisburg Rang 4.

Auch in den Schülerklassen mussten die Skater mit den widrigen Verhältnissen klar kommen. **Alexander Haase** belegte in seinem ersten Wettkampf über Lang-, Mittelstrecke und Einzelsprint den 5. Platz bei den Schülern D. Sein Bruder **Matthias** (Sch B) hatte im internen Vereinsvergleich diesmal die Nase vorn: als Gesamt Fünfter konnte er **Ian Constabel** (7.) und **Vincent Elbracht** (8.) hinter sich lassen. Letzterer ist aber weiterhin Zweiter in der YSC-Gesamtwertung ohne Berücksichtigung der Streichresultate.

Zeitgleich starteten drei Solbadskater beim Hannoveraner Halb-Marathon: **Farina Jording** konnte die AK 30 gewinnen und landete in 45:35 auf Gesamtplatz 5 bei den Damen, **Ralf Jording** wurde 20. im Herrenfeld (42:06) und **Torsten Baltrusch** kam als 46. ins Ziel. Seine Zeit: 45:28

Und wo war der Trainer? Er durfte beim EuropaCup in Heerde als Oberschiedsrichter Speedskating auf Welt-niveau bewundern - aber auch dort machte Hollands kältester Maitag seit 21 Jahren allen Beteiligten das Leben schwer...



von links: T. Baltrusch, R. Jording, F. Jording

Ergebnisse Inline Day in Kerpen:

1.	team der-rollenshop.de	(P. Naerger, D. Rüter, J. Möllers)	16:49,33 Min.
4.	NRW Juniorteam	(u.a. J. Grimmelt, L. Roos)	17:44,48 Min.
2.	der-rollenshop.de juniors	(u.a. J. Naerger, J. Vetter, K. Kierzkowski)	19:02,24 Min.
4.	Speedteam Duisburg	(u.a. M. Niemann)	20:57,89 Min

### NRW YoungStarCup Schüler D

5.	HAASE Alexander	(4. Langstrecke, 5. Mittelstrecke, 5. Einzelsprint)
----	-----------------	---

### Schüler B

5.	HAASE Matthias	(6. LS 7. MS 5. ES)
7.	CONSTABEL Ian	(7. LS 6. MS 8. ES)
8.	ELBRACHT Vincent-Paul	(9. LS 8. MS 6. ES)

### LM Mittelstrecke:

2.	(2. LM WHK)	KIERZKOWSKI Karolina	45:24,49
14.	(1. LM W50)	NIEMANN Marianne	50:37,48
6.	(3. LM MHK)	MÖLLERS Jan	39:24,28
14.	(3. LM M40)	RÜTER Dirk	39:48,28
22.	(4. LM Jun B)	ROOS Leon Sebastian	41:46,22
89.	(8. LM Jun B)	GRIMMELT Jan	
90.	(9. LM MHK)	SOSNOWSKI André	



# Kley

Stöwe

Sanitär- und Heizungstechnik



Gas- und Wasserinstallateuremeister

Sanitäre Anlagen  
Bauklempnerei  
Schwimmbadtechnik  
Pumpenanlagen

Heizungsanlagen  
Öl- und Gasfeuerungen  
Lüftungsanlagen  
Solaranlagen  
Kernbohrungen

Stöwe-Wichlinghauser-Weg 54-33829 Borgholzhausen

Telefon: 05425 6534 û Fax: 05425 5768 û Notruf: 0173 7027 522

E-mail: [Stoewe.kley-001@t-online.de](mailto:Stoewe.kley-001@t-online.de)

### 7 Tage auf den Rollen – eine (fast) normale Woche mit dem Inlinetrainer unterwegs

v. John Gerhards

Beginnen wir am **Freitag**: da findet um 16 Uhr immer das Training für die jüngsten Speedskater statt. Etwa 15 Kinder im Alter zwischen 5 und 8 Jahren flitzen in der kleinen Turnhalle umher. Wir machen Spiele, Übungen und kleine Rennen. Am Ende hat jede(r) gewonnen und etwas dazugelernt, auch wenn es nur ein paar Stürze weniger waren als in der Vorwoche...

Weiter geht es nach Gütersloh: 18:30 Uhr Treffpunkt Neue Mühle, Speedskating Lauftreff mit den Senioren. 15 – 20 SkaterInnen fahren ca. 25 km Flachlandkurs. Gelegentlich sprintet jemand weg, die anderen jagen hinterher, Windschatten, Führungswechsel und simulierter Zielsprint. Manchmal schaut ein neuer Interessent vorbei und wird integriert – aber schnell fahren können sollte man schon...

Am **Samstag** steht in Kooperation mit dem Förderverein das große Inline-Fest der Grundschule Werther auf dem Programm. Über 120 Schülerinnen und Schüler der Klassen 1 – 4 haben sich angemeldet, einige stehen zum ersten Mal auf den Rollen. **Elke Vogt** und **Leon Roos** leisten wertvolle Unterstützungsarbeit. Die Gesamtgruppe wird nach Jahrgängen für jeweils 90 Minuten unterteilt. Zunächst ein allgemeiner Einstieg für alle, auf Klingelsignal fallen alle auf die Na, äh Schoner, und es hat gar nicht wehgetan... Dann noch drei Stationen: Limbo, Slalom, Pylonenfangen und natürlich immer wieder Bremsen üben. Anschließend gibt es Inline-Führerscheine für alle und leckeren Kuchen von Mamas und Papas...

Den folgenden **Sonntag** verbringen wir in Duisburg auf der einzigen richtigen Speedskating-Bahn in Nordrhein Westfalen. Hier finden die Landesmeisterschaften statt – leider ist Muttertag, Erstkommunion und auch noch Landtagswahl – deswegen sind die Teilnehmerfelder überschaubar. Zudem findet gleichzeitig die Senioren Weltmeister-



schaft in Damp statt, wo der LC mit **Baldur Schlingemann** ein ganz heißes Eisen im Feuer hat. 5 junge Solbadskater sind in Duisburg mit von der Partie, die Eltern müssen den Trainer vertreten, der ist mal wieder Oberschiedsrichter. Diesmal reicht es nicht ganz für Medaillen:

**Alexander Haase** wird 6. bei den Schülern D, **Fiona Elbracht** 8. bei den Schülern C und **Matthias Haase, Vincent Elbracht** und **Ian Constabel** landen auf den Plätzen 4, 6 und 8 bei den Schülern B. Natürlich gibt es noch viel zu üben, vor allem Geschicklichkeitsparcours sind das A und O, denn sonst landet man womöglich in den schwersten Vorläufen, verpasst das Finale und damit eine gute Ausgangsposition für das Langstreckenrennen. In dem zeigt Vincent seine Stärke und wird Dritter... Am Abend noch ein Anruf: der LC hat einen Vize-Weltmeister in den eigenen Reihen: **Baldur Schlingemann** wurde Zweiter in AK 70 (siehe Bericht an anderer Stelle).

Der **Montag** hält ein Einsteigertraining an OGS der Volkeningschule in Bielefeld bereit, bevor es wieder nach Gütersloh zum Lauftreff geht. Neu dabei in letzter Zeit ist Martin von der Royal Army: er lädt ein zum Skaten auf dem britischen Militär-Flugplatz, natürlich unter verschärften Sicherheitsvorkehrungen, aber wir sind ja keine Fußballrowdies und El Kaida kann nicht skaten... Dienstag wieder eine OGS, diesmal an der Gräfin Maria Bertha Grundschule in Pium. Die AWO als Träger hat die Presse eingeladen, denn erstmals wurde eine AG auf Vorschlag der Kinder aus der Trainingsgruppe des LC ins Leben gerufen. Andere OGS-Kinder denken noch über einen Vereinsbeitritt nach, denn Inlineskaten macht echt viel Spaß!

Am **Mittwoch** findet zum 9. Mal die Skate-Nacht in Halle statt. Schon den ganzen Tag über gehen bange Blicke gen Himmel, das Wetter ist Unsicherheitsfaktor Nr. 1 Dauern klingelt das Handy, die Leute wollen



#### Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 11.30 - 14.30 Uhr und 17.00 - 23.00 Uhr  
Di.: Ruhetag  
Sa.: 17.00 - 23.00 Uhr  
So. u. Feiertage 11.30 - 23.00 Uhr

## Falafel - Shawarma -

## frische Salate - Pizza

### Alle Gerichte auch zum mitnehmen!

Inhaber: Abdul-Nasser Abdul-Razzak

Kaiserstrasse 7

33829 Borgholzhausen

Telefon: 05425 -955802

  
**Liban**  
Bistro • Bar • Restaurant

wissen, ob sich die Anreise lohnt. Wir bleiben optimistisch und werden Recht behalten. Rund um Halle gießt es teilweise wie aus Eimern, aber wir bleiben trocken! Viele Inline-Bambini sind zum ersten Mal dabei und freuen sich nicht nur über Verpflegung unterwegs (**Fa. Barteldrees**), die Verlosung am Ziel und ein Eis zum Abschluss, das übrigens von der **Hansa Apotheke** spendiert wurde. Vielen Dank!

Am folgenden **Donnerstag** ist Feiertag mit Superwetter. Die **Fa. Storck** hat uns erlaubt, den großen Parkplatz für einen Inline Aktionstag zu nutzen. Zunächst findet eine Einsteigerschulung statt. 6 Kinder und 8 Erwachsene lernen fleißig und hochmotiviert, wie man sich sicher mit den Rollen unter den Füßen bewegen kann. Anschließend werden noch Wettbewerbe für das Sportabzeichen und das Skateabzeichen durchgeführt.

Den **Inline Führerschein** haben gemacht: Maylin Zimmermann, Dima Mardilli, Fiona Kleine, Johanna Gerling, Fadi Mardilli, Finja und Vanessa

Das **blaue Skateabzeichen** haben bestanden:

Joliyne Theuner, Max Levi Zimmermann  
Dima Mardilli, Johanna Bartling, Nick Engelhardt, Lasse Windmann, Robin Vorkauf  
Celina Theuner, Michel Säuberlich  
Vanessa Vorkauf, Finn Engelhardt  
Antonia Becker

Das **grüne Skateabzeichen** haben bestanden:

Fiona Elbracht, Greetje Stockhecke  
Johanna Bartling, Lasse Windmann  
Max Levi Zimmermann

Das **Skateabzeichen Orange** geht an Ian Constabel und Vincent Elbracht

Zusätzlich haben Greetje, Fiona und Johanna die 300 m Strecke und Vincent, Andreas, Ian, Michel, Lasse, Max und Nick die **500 m Strecke** für das Deutsche Sportabzeichen unter der erforderlichen Mindestzeit zurück gelegt.

So, die Woche ist um, ein freies Wochenende steht vor der Tür, vielleicht mal die Skates im Schrank lassen? Oder doch lieber auf der Baustelle der A 33 herum rollen?

Aber ganz locker...



### Speedskating - Baldur Schlingemann ist Vize Weltmeister

Es hat nicht ganz gereicht für Baldur Schlingemann bei den World Masters in Damp. In der Altersklasse 70, die von der FIRS erstmals offiziell zugelassen wurde, belegte er den zweiten Platz und war damit hochzufrieden.

In 1:36,23,24 lag er nur 9 Hundertstel hinter dem Sieger. "Ich musste so nem "Alten Schweden" den Vortritt lassen und werde jetzt wohl den Zielspagat üben müssen" schmunzelte der Solbad-Oldie, "schließlich habe ich da ja noch Entwicklungspotenzial". Im letzten Jahr Deutscher Vize Meister, jetzt Vize Weltmeister, wer weiß, was da in Zukunft noch kommt...

Schlingemann war der einzige Solbadskater, der offiziell im Dress der deutschen Nationalmannschaft an den Start ging. Die übrigen Nominierten hatten wegen Terminüberschneidungen verzichten müssen.



Wir machen Kommunikation komfortabel !

**telecomfort** GmbH

Ihr Partner für:

mit  
vor Ort  
Service

- DSL / Festnetz / Mobilfunk
- mobiles Internet
- Freisprecheinrichtungen
- und Zubehör



Partner

33829 Borgholzhausen  
Freistr. 14

Tel. 05425/954088-0

www.telecomfort.de

33775 Versmold  
Münsterstr. 23

Tel. 05423/474593

info@telecomfort.de

Termine Juni zusammengestellt von Peter Polomsky

Fr.01.06.	Nacht von Hasbergen
Sa.02.06.	Isselhorster Nacht
So.03.06.	Rund ums Lotter Kreuz
So.03.06.	Meller Volkstriathlon
So.03.06.	OWL Halb + Marathon Meisterschaften in Salzkotten
So. 03.06.	Triathlon Harsewinkel
So.03.06.	OWL Meisterschaften U 16/ U 14 in Gütersloh
Mi.06.06.	Sternchenlauf SV Sende
Fr. 08.06	Meller Berglauf
Fr. 08.06	Oelder Citylauf
Sa./So.09./10.06.	Westf. Jugendmeisterschaft U 20/ U 18 in Dortmund
Sa.10.06.	Volkslauf Hiddesen
<b>So.10.06.</b>	<b>Meldeschluss: Nacht von Borgholzhausen</b>
Mi.13.06.	Klosterlauf Marienfeld
<b>Sa.16.06.</b>	<b>Nacht von Borgholzhausen</b> mit Walking
<b>Sa.16.06.</b>	<b>OWL Firmenlauf Borgholzhausen</b> mit Walking
Sa./So.16./17.06.	Deutsche Leichtathletikmeisterschaften in Wattenscheid
Mi.20.06.	Leonardo Campus – Run Münster
So.24.06.	Westf. Jugendmeisterschaft U 16 in Paderborn
Fr.29.06.	Feuerwehrlauf Oesterweg
Sa.30.06.	Gütersloh läuft

### Vorankündigung: Juli

Fr.06.07.	Abendlauf Bad Essen
Fr.06.07.	1. Abendsportfest in Minden
Fr.06.07.	Lauf im Park in Gütersloh
So.08.07.	Westd. Meisterschaften M/W 23 in Recklinghausen
<b>Fr.13.07.</b>	<b>5.000 m Stadion Meeting Borgholzhausen</b>
Sa.14.07.	Dorpsloop de Lutte/NL
Fr.13.- So.15.07.	DM Senioren I + II in Erfurt

### Walking Termine

zusammengestellt von Karola Weber

- 1.06. Haferbachlauf Kachtenhausen  
[www.tus-kachtenhausen.de](http://www.tus-kachtenhausen.de)
- 2.06. Fort Fun Western Lauf  
[www.tus-valmetal.de](http://www.tus-valmetal.de)
- 8.06. Donoper Volkslauf  
[www.fv-kolibri.de](http://www.fv-kolibri.de)
- 9.06. Bad Nenndorfer Kurparklauf  
[www.kurparklauf.de](http://www.kurparklauf.de)
- 10.06. Laufen für das Leben  
[www.laufenfuerdasleben.de](http://www.laufenfuerdasleben.de)
- 16.06. Biggeseer Marathon  
[www.tv-attendorn.de](http://www.tv-attendorn.de)
- 16.06. DJK Walking Day Lünen-Brambauer  
[www.djkbrambauer-walking-lauftreff.de](http://www.djkbrambauer-walking-lauftreff.de)
- 17.06. Rintelner Volksbanklauf  
[www.volksbanklauf.de](http://www.volksbanklauf.de)
- 17.06. Sternlauf zur DM  
[www.laufen.de](http://www.laufen.de)
- 26.06. Lauf in Mengede  
[www.tv-mengede.de](http://www.tv-mengede.de)

### LEICHTATHLETIK:

#### Pfeiffer mit Streckenrekord

Sieg an der Thülsfelder Talsperre

Altkreis Halle (cwk). Während das Gros der heimischen Langstreckler am Wochenende den »Hermann« lief, fanden auch anderswo Läufe mit Altkreis-Beteiligung statt. So war Ilona Pfeiffer (LC Solbad Ravensberg) erneut im Oldenburger Münsterland unterwegs und gewann die zehn Kilometer »Rund um die Thülsfelder Talsperre« mit neuem Streckenrekord.

Den bisherigen Rekord hatte sie mit 38:15 Min. selbst gehalten, jetzt verbesserte sie ihn deutlich auf 37:38. „Dabei bin ich gar nicht mit der Uhr gelaufen“, erklärte sie, „die Zeit war eher zweitrangig, aber die tolle Atmosphäre habe ich genossen.“ Mit großem Rückstand kam die zweitbeste Läuferin, Caroline Noll aus Dresden, nach 40:11 Min. ins Ziel; nur sieben Männer waren schneller als Pfeiffer. Klassendritter in der M50 wurde ihre Vereinskollege **Wolfgang Flottmann** (42:05).

Im Norden trat auch eine Marathongruppe an: Beim Klassiker in Hamburg führten Triathlet **Jörg Hinrichs** (161.M40) mit respektablen 3:11:26 und **Bettina Bremer** (74.W40) mit 3:45:26 Std. das LC-Aufgebot an. Insgesamt platzierte sich Hinrichs unter 8264 Männern an 705. Stelle und Bremer verpasste als 302. unter 2047 Frauen die Top 300 nur knapp. Weitere Altersklassen-Ergebnisse: Gerd Steiner (LC, M50) 3:28:45 Std., Jochen Studt (LC, M60) 3:54:03, Fritz Kaiser (TV Werther, M60) 3:57:58, Peter Knaust (LC, M55) 4:22:05. – Elisabeth Winter (LC, W45) 4:12:16.

Beim Düsseldorf-Marathon am selben Tag war der LC Solbad durch seinen Behindertensportler **Marc Verhaert** vertreten, der im Handbiker-Rennen mit 1:50:39 Std. den 30. Rang herausfuhr.



Wie bereits angekündigt, möchte die Walking-Abteilung neue T-Shirts bestellen. Wer noch keine Bestellung aufgegeben hat, möchte sich bitte bis zum 08.07.2012, bei Karola Weber (05204 / 887666 melden.

**Der Eigenanteil beträgt 15.-€, die restlichen Kosten übernimmt der Verein.**





Das Foto zeigt: Mijo Harambasic, Siegfried und Katharina Kemper, Elmar Remus und Marion Heptner, bei den verschiedenen Läufen  
Fotos: Laufen-os.de

Altkreis Halle (cwk). Beim offiziell vermessenen Clarholzer Volkslauf erzielte der noch 13-jährige **Pascal Birke** (LC Solbad Ravensberg, M14) eine ausgezeichnete 5-km-Zeit: Als Gesamtsechster in 18:58 unterbot der das 19-Minuten-Limit und war damit weitaus schnellster U16-Nachwuchsläufer im Feld. LC-Ergebnisse über 10 km: 17. Mijo Harambasic (7.M45) 40:44 Min., 23. René Deßaules (1.U18) 42:25, 29. Jürgen Schönke (1.M60) 43:32.

M30-Jungsenior **Elmar Remus** vertrat den LC beim Turm-zu-Turm-Lauf in Georgsmarienhütte. Er legte die bergige und anspruchsvolle Halbmarathon-Hauptstrecke in 1:34:23 Std. zurück, schneller war nur der Osnabrücker Dominik Salewsky (1:32:48). Zwei M50-Klassensiege gingen an den LiVe-Lauftreff Vermold – über 10 km durch Tadeusz Kubiak (45:46 Min.), im Halbmarathon durch Ralf Häusler (1:40:59 Std.).

Bei den Brackweder Bahnläufen standen für alle Nachwuchsklassen die 800 Meter auf dem Programm. In der M15 belegte **Dominik Kinner** (LC, 2:25,67 Min.) den 4. Rang; Sieger wurde hier sein Schulkamerad vom Ev.Gymnasium Werther, Leon Blindell (2:16,38). In der M16 bzw. W16 traten drei Geschwister vom LC Solbad an: **Jan Geisemeier** (2:22,32 Min./2.) blieb knapp über den in Bad Salzuffen vorgelegten 2:20,09; Verbesserungen gelangen seinen Schwestern **Janna** (2:39,28/3.) und **Jessica** (2:41,74/4.).



Jürgen Schönke



# 43. New York City Marathon

## 4.11.2012



**Mit attraktiven  
Anschlussreisen**

Postfach 2766,  
48014 Münster  
Fon 0251/13326-0  
Fax 0251/13326-10  
info@gro-co.de

**Weitere Reisen auf  
www.gro-co.de**



*... und Zuhause hat Pause*

## Physiotherapiepraxis

Karin DeGryse & Claudia Egbert-Wickermann

Jammerpatt 14 33829 Borgholzhausen Tel. 0 54 25 - 72 62

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik nach Bobath / Vojta
- Krankengymnastik mit Gerät
- Klassische Massage (BGM)
- Lymphdrainage
- Fangopackung / HeiBluft / Eis
- Triggerpunkt-Behandlung
- Schlingentisch / Traktionsbehandlung
- Hausbesuche
- Fußreflexzonen-massage



Mehr Motivation  
durch Gruppenkurse

- Nordic-walking
- Gerätefitkurs
- Rückenschule
- Wirbelsäulengymnastik / ( Pilates )
- Gymnastik-Kurs für Junggebliebene
- Beckenbodengymnastik

## Das Therapie-Forum

Ein Treffpunkt zur Erhaltung Ihrer Leistungsfähigkeit

# JAKOBI POKALE

**Pokale – Ehrenpreise – Medaillen - Ständer – Orden uvm.**



**Wir verfügen ständig über Sonderangebote  
Gravuren in eigener Werkstatt.  
Rufen Sie uns an, wir kommen zu Ihnen  
zur unverbindlichen Beratung.**

**Es kann nur einer der preiswerteste sein**

**Jakobi Pokale 33775 Versmold  
Tel. 05423-43728 Fax 475776**

### Strongman-Run: 10 000 Starter- Niels Beckwermert bendet den weltweit größten Hindernislauf auf Platz 174

Alt k r e i s (WB). Über drei Meter hohe Heuballen klettern, im eiskalten Wasser schwimmen und durch tiefe Matschpfützen laufen. Der Strongman-Run auf dem Nürburgring gehört zu den größten Herausforderungen für Langstreckenläufer. Der Borgholzhausener **Niels Beckwermert** hat sich zum ersten Mal der 22 Kilometer langen Abenteuerstrecke gestellt. Dabei bekam er es mit 10000 Konkurrenten zu tun darunter auch Comedian Oliver Pocher.

Acht Grad Außentemperatur, vier Grad kaltes Wasser und starker Dauerregen: Die äußeren Vorzeichen hätten beim diesjährigen Strongman-Run -laut Veranstalter Fisherman's Friend dem weltweit größten Hindernislauf - nicht schlechter sein können. »Da sich der Start zudem verzögerte und ich 30 Minuten im Regen stand, ging ich schon durchnässt ins Rennen«, sagt Niels Beckwermert, der gemeinsam mit seinen Freunden Rene Jankowski und Fabian Patterson für die Mannschaft »Teamliebe« an den Start ging. Doch auch ohne die starken Regenfälle hätte das Trio keine Chance gehabt, das Rennen trocken zu überstehen. Denn beim Strongman-Run bewältigen die Läufer nicht nur eine Strecke von zweimal elf Kilometern, sondern auch 30 Hindernisse, die es wahrlich in sich haben. Dazu gehörten ein bis zu zwei Meter tiefes und 40 Meter langes Wasserbecken, knietiefe Schlammgruben und Reifens-tape!, die den Teilnehmern viel Kraft und

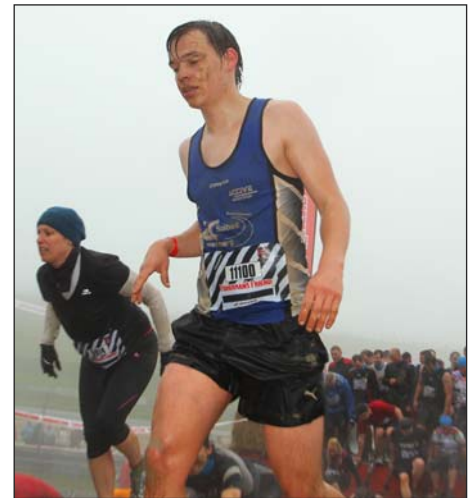
Kondition abverlangen. Besonders die durchnässten und mit Schlamm verdeckten schweren Schuhe machten den Läufern anschließend das Leben schwer. Auch Verletzungen waren am Nürburgring keine Seltenheit. 400 Mal musste das Deutsche Rote Kreuz Hilfe leisten. »Beim Robben durch das Kiesbeet Gitter haben sich viele Teilnehmer die Knie aufgeschrammt«, berichtet Niels Beckwermert, der das Rennen unbeschadet - aber völlig entkräftet - auf dem 174. Platz beendete.

Für den Studenten, der eigentlich auf der Mittelstrecke bis 5000 Meter zu Hause ist, war sogar noch eine bessere Platzierung drin. Wären da nicht die langen Wartezeiten gewesen. »10 000 Teilnehmer sind einfach zu viel. Gerade zu Beginn des Rennens musste ich an einigen Hindernissen lange warten. Das hat sich zwar gelegt, als sich das Feld entzerrte, hat mich jedoch einige Minuten gekostet«, ärgert sich Niels Beckwermert. Oliver Pocher erreichte das Ziel am Nürburgring übrigens nicht. Der Comedian gab nach einer Runde, die er in 1:57 Stunden absolviert hat, entkräftet auf und wurde disqualifiziert. Im kommenden Jahr möchte Pocher jedoch einen neuen Anlauf beim Strongman-Run wagen. Ob auch Niels Beckwermert ein weiteres Mal bei der Schlammschlacht am Nürburgring an den Start gehen wird? »Jein«, sagt der Läufer. »Es hat zwar Spaß gemacht, die Wartezeit hat aber viel Nerven gekostet.«

Dennoch legt der Piumer allen Läufern, die die »grüne Hölle« noch nicht absolviert haben, eine Teilnahme ans Herz. »Wer wirklich einmal eine läuferische Herausforderung sucht, ist hier genau richtig.

Die heimischen Starter Platz 174. Niels Beckwermert (LC Solbad) 2:18:27 Std., 2779. Rene Jankowski (Borgholzhausen) 3:20:37, 3492. Sebastian Gigla (LC Solbad) 3:29:59, 3955. Timo Florian Ahland (Halle) 03:36:12, 5347. Bastian Seidel (Steinhausen) 03:55:46.

Gesamtsieger Knut Höhler meisterte die Strecke bei seinem vierten Sieg in 1:38:13 Stunden. Bei den Frauen siegte Rebecca Kaltenmeier in 01:54:19



## SPEZIALITÄTEN AUS DEM RAVENSBERGER LAND



**Glocken-Beune**



Glocken-Beune GmbH & Co. // Westfälische Fleischwarenfabrik // Hesselteicher Straße 16 // D-33829 Borgholzhausen

[www.glocken-beune.de](http://www.glocken-beune.de)

### LEICHTATHLETIK: Siege in Melle-Altkreis beim Mai-Sportfest

Melle (cwk). Bei schwülwarmer Witterung ging das Meller Mai-Abendsportfest über die Bühne – erschwerte Bedingungen für die Langstreckenläufer. Am Start war auch **Ilona Pfeiffer** (LC Solbad Ravensberg), die kürzlich mit 10:14,26 Min. über 3000 m debütiert hatte, jetzt erneut die siebeneinhalb Bahnstunden lief und in 10:29,75 Min. überlegen siegte.

Für die beste Nachwuchsleistung im Solbader Aufgebot sorgte der noch 13-jährige **Pascal Birke** (M14). Er legte die offiziell gerade erst durch die 800 m ersetzte 1000-m-Strecke in 3:03,21 Min. zurück. Weitere Altkreis-Mittelstreckenergebnisse (Auswahl): 1000 m: **Tarik Schiller** (LC, 1.M9) 4:04,13 Min., Henri Stahnke (TV Werther/TVW, 1.M8) 4:10,94, Lennart Finke (TVW, 3.M10) 4:15,21, **Timon Kleine** (LC, 4.M10) 4:18,80. – 800 m: Annalena Großewächter (LC, 2.W10) 3:17,14 Min., Sarah Strothmann (LC, 3.W8) 3:29,42.

Tarik Schiller rundete seinen M9-Dreifacherfolg mit 8,34 Sek. über 50 m und 3,84 m im Weitsprung ab. Beide Disziplinen gewann in ihrer Klasse auch Annalena Großewächter (8,55/3,41). Klassenbeste im kurzen Sprint wurden außerdem Timon Kleine und Henri Stahnke; Anne Puls (TVW, W10) belegte den 2. Platz.



**Wer  
weiß,  
was er  
will,  
will ihn.**



**GEBR | SPECKMANN**

Industriestraße 1 | 33829 Borgholzhausen  
T. (05425) 6222 | [www.gebr-speckmann.de](http://www.gebr-speckmann.de)

**●●● bartling**

Lebensmittel-Verpackungen,  
die Appetit machen.



**Für alle, die es frisch mögen.**

Margarine und Joghurt zum Frühstück, knackfrischer Salat in der Mittagspause oder ein saftiges Steak aus der MAP-Schale für einen gemütlichen Abend: Original Bartling-Verpackungen sorgen für appetitliche Frische – jeden Tag. Mit 50 Jahren Erfahrung, über 250 kompetenten Mitarbeitern und modernsten Produktionsanlagen haben wir schon viele bedeutende Nahrungsmittelmarken im In- und Ausland überzeugt.

Eine gute Verpackung schützt Ihr Lebensmittel und sichert den frischen Genuss.

[www.bartling-verpackungen.de](http://www.bartling-verpackungen.de)

### DUATHLON: Rückkehr aufs DM-Treppchen | Dirk Strothmann Langdistanz-Vizemeister

Falkenstein/Borgholzhausen (cwk). Duathlet Dirk Strothmann (LC Solbad Ravensberg) hat sich im Vogtland einen Traum erfüllt und erstmals seit vielen Jahren wieder das Treppchen bei einer DM besteigen dürfen: Im Rahmen des Falkensteiner »Powerman Germany« (15 km Lauf – 64 km Rad – 8 km Lauf) unterlag er nur dem Grenzacher Sebastian Retzlaff und wurde Achter der internationalen Wertung.

„Die Platzierung war das Optimum für mich“, strahlte der 42-Jährige nach dem Gewinn der Silbermedaille. Dass er seinen Altersklassentitel nicht verteidigen konnte (Retzlaff war erstmals in der M40 startberechtigt), trübte die Freude nicht. Immerhin lag der Solbader zwei Plätze vor dem Deutschen Hauptklassen-Meister 2011, Michael Wetzel. Seinen Konkurrenten um den Vizetitel, Michael Kopf (SCC Berlin), ließ er um eine halbe Minute hinter sich.

Es war heiß in Falkenstein. „Das mag ich ja eigentlich, hatte aber noch meinen Einbruch beim Böckstiegel-Hitzelauf im Kopf. Deshalb bin ich anfangs die 16 km sehr vorsichtig angelaufen“, berichtet Dirk Strothmann. Seine Zeit (57:12 Min.) wurde von sieben DM-Startern unterboten. Dann aber spielte er seinen Rad-Trumpf aus, kam in der zweiten Runde à 32 km immer besser in Fahrt und fuhr schließlich mit 1:54:28 Std. die zweitbeste Zeit nach Retzlaff (1:52:25) heraus.

Richtig gut lief's auf den abschließenden 8 Kilometern: Strothmann rannte an zwei deutschen Konkurrenten vorbei, lieferte auch hier die zweitbeste DM-Zeit (27:56 Min.) ab und war sogar deutlich schneller als Retzlaff (29:13). Die Gesamtzeiten des Spitzen-Quartetts: Retzlaff 3:20:19 Std., D. Strothmann 3:23:00, Kopf 3:23:29, Wetzel 3:25:34. Im internationalen Feld dominierten Weltstars wie der Belgier Joerie Vansteelant (3:12:09) und der Brite Matt Moorhouse (3:15:16). Den 2010 und 2011 DM-Mannschaftstitel mussten die Solbader der SG Adelsberg (10:41:41 Std.) überlassen; hinter dem SCC Berlin (10:51:58) sprang diesmal Bronze mit 11:01:25 heraus. Das LC-Trio ergänzten wieder **Jörn Strothmann** (3:43:25 Std./4.M35), der mit seinem 19. Gesamtplatz unter 92 DM-Startern sehr zufrieden war, und der auf Rang 34 eingelaufene **Lukas Wilms** (3:55:00).

**Antje Strothmann** (4:28:10 Std.) übertraf die eigenen Erwartungen auf ungewohnt langen Strecken. In der vom Hindernislauf-Ass Christine Schleifer gewonnenen DM belegte sie einen vorzüglichen 4. Gesamtplatz und verteidigte hoch überlegen ihren W40-Seniorentitel. Mit vierten Plätzen bei den »Powerkids« eiferten Lisa und Sarah Strothmann (jeweils als Klassen-Jüngste) ihrer Mutter nach und waren nach elterlicher Aussage „ganz happy“.

### Vergnügungssteuer

Umstrittener Punkt in der Steuererklärung von Marathonläufern und -veranstaltern.

Strittige Punkte sind unter anderem:

- Ist Marathonlaufen ein Vergnügen? Wenn nein, was dann?
- Wenn ja, für wen? (Veranstalter, Publikum, Sponsoren, Stadtväter, Läufer, Stadtreinigungspersonal)
- Ist die Vergnügungssteuer im Startgeld enthalten?
- Berechnet sich die Vergnügungssteuer nach den geplanten 42,195 km? Bekommen die vorzeitig Ausgeschiedenen eine anteilige Rückerstattung? Oder gibt es für das vorzeitige Ausscheiden einen steuerlichen Aufschlag wegen erhöhter Bearbeitungsgebühr?

### Der einfachste Trick:

Marathon als Gewerbe anmelden! Dadurch sind Ausrüstungskosten und Kilometergelder steuermäßig anrechenbar.





**Elbracht**  
Mulden- und Baustoffservice



Fon **0172/5 37 00 15**  
oder **0171/7 93 23 70**  
Fax **0 54 25/74 04**

- Muldenservice von 3 m<sup>3</sup> bis 20 m<sup>3</sup>
- keine Standgebühr bis zu 6 Wochen
- kostenlose Schrottsorgung

- Minibaggerverleih
- schnell und zuverlässig

**Friedrich Elbracht**  
Kleekamp 137a · 33829 Borgholzhausen



**von Ravensberg**

Nach Laufen und Wandern.....  
.....Gemütlichkeit im Café!

**H. Schulze Ladencafé GmbH**  
Freistraße 23, Borgholzhausen, Telefon 05425/4456, Fax 4456  
Internet: [www.von-ravensberg.de](http://www.von-ravensberg.de)

Öffnungszeiten:  
täglich von 8.30 - 18.30 Uhr  
Samstag 8.30 - 13.00 Uhr  
Sonntag  
14.00 - 18.00 Uhr

Bei Einkäufen im Laden erhalten LC-Mitglieder bei Vorzeigen der Mitgliedskarte 5% Rabatt



LEICHTATHLETIK: Vier LC-Asse einstellig platziert/ Rückblende auf den Trailrunning-Cup

Borgholzhausen (cwk). Der 3. Active Trailrunning-Cup ist passé, in Borgholzhausen, dem einzigen Austragungsort mit zwei Wertungsrennen, fand inzwischen die Siegerehrung statt. Im Spätsommer wird die vierte Auflage der reizvollen Serie beginnen – diesmal mit dem Bielefelder Run&Roll Day am 9. September, dem 20 Tage später der Bockstiegeellauf folgt.

Der Männer-Gesamtsieg 2011/2012 ging an den LC Solbad Ravensberg: **Dirk Strothmann**, der sich bei der Premiere den Titel mit Tim Wortmann und Volkmar Rolfes geteilt hatte, blieb mit einem Punkt Vorsprung vorn. „In diesem Jahr bin ich ja gar nicht mehr angetreten und hatte zuletzt insofern Glück, als Robin Breer beim Hermannslauf vor Christian Fiedler lag“, resümiert der erfolgreiche »Minimalist«. Seine sechs Punkte hätte Fiedler allerdings nur egalisieren, aber nicht mehr übertreffen können.

Trotz nicht optimaler Form reihte sich auch der jüngere Strothmann-Bruder **Jörn** als Siebter in der Spitzengruppe ein und auf Rang 9 komplettierte **Kay Leuteritz** das Solbader Top-Ten-Trio. Bei den Frauen erreichte nur Ausnahmereisnerin **Marianne Niemann** einen einstelligen Rang: Die souveräne W55-Klassensiegerin, die im nächsten Jahr schon in die W60 aufrückt, behauptete sich als Gesamtvierte und zeigte einmal mehr den meisten Jüngeren die Hacken.

Der Cup-Endstand

Männer: 1. Dirk Strothmann (LC Solbad, 1.M40) 6 Pkt., 2. Christian Fiedler (TSV Schloß Neuhaus, 1.M35) 7, 3. Robin Breer (TV Gronau) 8, 4. Helmut Karwinkel (LV Oelde, 2.M40) 13, 5. Christian Huster (LV Oelde, 3.M40) 19, 6. Ronny Seifert (LT Furtwangen, 4.M40) 20, 7. Jörn Strothmann (LC Solbad, 2.M35) 21, 8. Peter Häßler (LV Oelde, 5.M40) 24, 9. Kay Leuteritz (LC Solbad, 6.M40) 38, 10. Martin Zobel-Schmidt (SV Brackwede, 1.M50) 41.

Weitere Altkreis-Läufer (ohne andere Angabe = LC Solbad): 13. Henning Weßling (M40) 50, 30. Konrad Gwinner (TG Hörste, M45) 117, 49. Ulrich Kansteiner (M40) 179, 52. Heiko Furtmann (M40) 188, 67. Heiko Redecker (Kegelclub Höllentier, M35) 239, 89. Karl-Friedrich Anwander (2.M65) 311, 98. Klaus Hess (LiVe-Lauftreff Versmold, M45) 350, 103. Achim Müller (TV Werther, M45) 383, 110. Ralf Niemann (M45) 400, 141. Hubert Kaiser (M45) 499, 142. Hans-Joachim Weber (RC Teuto Halle, M35) 500, 147. Udo Vollmer (TV Werther, M50) 526, 173. Jürgen Abel (M40) 666, 187. Franz Dammann-Kölsch (M50) 727.

Frauen: 1. Silke Pfenningsschmidt (SV Brackwede) 4 Pkt., 2. Mareike Walkenhorst (TSVE Bielefeld) 8, 3. Beatrice Tappmeier (BellZett Bielefeld, 1.W45) 12, 4. Marianne Niemann (LC Solbad, 1.W55) 20, 5. Christine Kowalski-Beckmann (TSVE Bielefeld, 1.W40) 21, 6. Jackie Newman (Eintracht Bielefeld, 2.W40) 22. Weitere Altkreis-Läuferinnen (ohne andere Angabe = LC Solbad): 16. Heike Furtmann-Schauties (3.W40) 60, 21. Mechthild Böhme (W40) 80, 22. Beatrice Müller (Werther, W45) 82, 29. Elke Diekhaus (W45) 109, 40. Gabriele Röthemeyer-Kreienstiek (W40) 152.



# Zieglersche APOTHEKE

Inh. Jochen Zinnel





Freistraße 7  
33829 Borgholzhausen

Tel.: 05425 / 221  
Fax.: 05425 / 930028

<http://www.zieglersche-apotheke.de>  
[zieglersche-apotheke@t-online.de](mailto:zieglersche-apotheke@t-online.de)

## Lauf-Umschau

Borgholzhausen (cwk). Mit dem 10-km-Lauf im Stadtteil Kattenstroth wurde die Gütersloher Laufcup-Serie 2012 fortgesetzt. **Antje Strothmann** (LC Solbad), Klassensiegerin in der W40, kam nach 43:24 Min. als sechste Frau ins Ziel. Nach drei von fünf Wertungsrennen belegt die W40-Favoritin den 3. Gesamtrang. Über 1000 m war ihre Tochter **Sarah** (4:04,9 Min.) Klassenbeste in der U10. Im Hauptrennen lief eine weitere Solbaderin, die W40-Zweite **Annemarie Bluhm-Weinhold** (49:11 Min./10.), in die Top Ten.

Eine ganz andere Serie mit Altkreis-Beteiligung (und insgesamt 518 Aktiven) läuft derzeit im nördlichen Münsterland: Bei den Riesenbecker »Six Days« sind innerhalb von sechs Tagen insgesamt 140 Kilometer zu absolvieren. Nach den beiden je 22 km langen Auftakt-Etappen vom Wochenende sind drei LC-Seniorinnen hervorragend platziert: **Marianne Niemann** (3:06:35 Std.) führt als viertbeste Frau überlegen die W55 an; in der W50 teilen sich **Adelheid Grumbach** (3:19:59/12.) und **Doris Potthoff** (3:24:29) die Plätze 2 und 3.

Beim Thüringer Klassiker, dem Rennsteiglauf, absolvierte der Solbader **Gerd Steiner** den Marathon in 3:44:36 Std. und belegte im Riesenfeld der M45 den 84. Platz; **Jochen Studt** (39.M60) war 4:27:53 Std. unterwegs. Die besten Halbmarathon-Ergebnisse des LC: Frauen: **Gabriele Röttemeyer-Kreienziele** (28.W40) 1:57:20 Std., **Ursula Johanning** (38.W50) 2:12:25, **Andrea Kahl** (W45) 2:14:17, **Elke Tiemann** (W50) 2:16:06, **Marion Heptner** (W50) 2:21:18, **Wiltrud Hönings** (8.W70) 2:53:54. – Männer: **Hans Godt** (84.M55) 1:54:30, **Günter Schwab** (38.M70) 2:16:06, **Kurt Hönings** (68.M70) 2:25:09.



- **Elektroinstallationen** • **EIB** • **E-Check**
- **Telekommunikation** • **Kundendienst**



# ETB



**Elektrotechnik Thomas Bäcker**

Elektrotechnikermeister, BdH

Bahnhofstraße 83 · 33829 Borgholzhausen

Tel. 0 54 25 / 95 57 55 · Fax 93 39 522 · mobil 01 72 / 528 52 10

Meyerfeld 6 a · 33824 Werther · Tel. 0 52 03 / 88 40 45

etb-th.baecker@elektrocity.de · [www.etb-elektrotechnik-baecker.de](http://www.etb-elektrotechnik-baecker.de)



# GETRÄNKEHAUS STEINER

**BORGHOLZHAUSEN · Bielefelder Str. 25**  
Tel. 0 54 25 / 2 73

Öffnungszeiten: Mo - Fr. 9.00 - 13.00 Uhr · 14.30 - 18.30 Uhr  
Sa 8.00 - 13.00 Uhr

<http://www.getraenkehaus.de>

SIMPLY CLEVER



Der neue **Škoda**Superb  
**ERLEBEN SIE IHN LIVE !**



Ausstattung modellabhängig bzw. optional.

**Škoda**Superb. Mehr Raum, Eleganz und viele innovative Ideen: Der neue Superb überzeugt auf ganzer Linie. Modernste Technik, edle Materialien und die effiziente Raumnutzung begeistern ebenso wie das patentierte Heckklappen-Konzept TwinDoor oder der optionale Parklenkassistent. Einfach Superb! Buchen sie jetzt Ihre persönliche Probefahrt bei uns!

Kraftstoffverbrauch für den 2,0 l TDI (DPF) Motor, in l/100 km nach Grundrichtlinie 80/1268/EWG: kombiniert (6,1), innerorts (7,8), außerorts (5,1). CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: 159.



**Autohaus**  
**BRINKER**

Haller Straße 79, 33334 Gütersloh-Isselhorst  
Tel: (0 52 41) 9 60 10, Fax: (0 52 41) 96 01 11  
info@autohaus-brinker.de, www.autohaus-brinker.de



### Training für den Böckstiegel-Lauf

Liebe Läufer/innen,  
möchtet Ihr vorab (noch einmal oder erstmals) die Strecke des Böckstiegel-Laufes kennenlernen und trainingshalber zurücklegen? Auch neue Strecke, 10 km, ebenfalls mit Walking.

Wir bieten auch dieses Jahr wieder ein lockeres, öffentliches Training, welches in der Vergangenheit guten Anklang gefunden hat.

#### Sonntag, 5. August

09:00 Uhr Treffen Venghauss-Platz

09:30 Uhr Beginn des Trainingslaufes Peter auf'm Berge

#### Sonnabend, 1. September

14:30 Uhr Treffen Venghauss-Platz

15:00 Uhr Beginn des Trainingslaufes Peter auf'm Berge...

...sowie als Abschlusstraining – Wiederholung als Termin am Freitagabend.

#### Freitag, 14. September:

17:30 Uhr Treffen Venghauss-Platz

18 Uhr Beginn des Trainingslaufes Peter auf m Berge

-mit anschließendem Feierabend-Plausch auf dem Venghauss-Platz -

Jeweils Bus-Shuttle zum Start – Erfrischungsstation am „Bergfrieden“ und im Ziel

Kostenbeitrag 1,50 € (Sparschwein steht bereit!)



**NOCH MEHR SPASS AM LAUFEN DURCH UNSEREN...**

**LAUFTECHNIK-KURS „FUN RUN“**

**MIT MARKUS MAJER UND HILKE ENGEL-MAJER**

**IHR WERDET LAUFEN SO LEICHT UND UNBESCHWERT, VIEL LEICHTER ALS IHR ES EUCH JETZT VORSTELLEN KÖNNT! EINE INDIVIDUELLE BETREUUNG IST GARANTIERT:**

**WIR ÜBEN IN EINER KLEINEN GRUPPE VON HÖCHSTENS 8 TEILNEHMERN!**

**LOS GEHT ES AM MITTWOCH, DEN 13. JUNI 2012 UM 18.00 UHR  
HIER IN DER PRAXIS.**

**DER KURS GEHT ÜBER 10 WOCHEN A 60 MINUTEN UND KOSTET 169,- EURO.  
DIE MEISTEN BKKS BEZUSCHUSSEN UNSEREN KURS!**

**NEUGIERIG GEWORDEN? NOCH FRAGEN? WIR BEANTWORTEN SIE EUCH GERNE!**

Krankengymnastik  
Spiraldynamik  
Bobath/Vojta  
McKenzie/Manualtherapie  
Inkontinenzbehandlung  
Fußtherapie

FunRun/Nordic Walking  
Sport-Reha/Med. Gerätetraining  
Leistungsdiagnostik  
Massage/Fango/Lymphdrainage  
Fußreflexzonenmassage

[www.physiotherapie-werther.de](http://www.physiotherapie-werther.de)  
[info@physiotherapie-werther.de](mailto:info@physiotherapie-werther.de)

PRAXIS für Physiotherapie

Ravensberger Str. 45  
33824 Werther/Westfalen  
Telefon 05203-6900

Markus Majer  
Hilke Engel-Majer

Zusammengestellt von [peter.polomsky@hotmail.de](mailto:peter.polomsky@hotmail.de)

## 01.05. Volkslauf Spexard

3. F	Antje Strothmann	1. W 40	42:48 Min.
85. M	Torsten Baltrusch	21. M 45	50:25 Min.
101. M	Friedhelm Boschulte	2. M 65	52:28 Min.
128. M	Ludger Toben	28. M 45	56:13 Min.

5 km			
25. M	Oliver Rempe	7. M 45	23:41 Min.
34. M	Aaron Thieß	2. MKU 12	25:53 Min.

## 01.05. Bahneröffnung Bad Salzflun

800 m			
1. MJ U18	Jan Geisemeier		2:20,09 Min.
2. WJ U18	Janna Geisemeier		2:41,93 Min.
3. WJ U18	Jessica Geisemeier		2:45,55 Min.

## 01.05. Bielefeld Jedermann Sportfest

Dreikampf: 50 m – Weit – Ball			
2. WK U10	Anna Bode		765 Pkt.

04.05. Delbrück 10 km			
64. M	Torsten Baltrusch	14. M 45	49:06 Min.
90. M	Reimund Diekmann	24. M 45	53:47 Min.
11. W	Eva Kötter	3. W 40	53:47 Min.

## 05.05. Georgsmarienhütte

Turm zu Turm Lauf 10 km			
21,1 km			
2.	Elmar Remus	2. M 30	1:34,23 Std.

10 km			
70.	Siegfried Kemper	8. M 55	56:43,7 Min.
123.	Katharina Kemper	4. WHK	1:05,29 Std.
134.	Marion Heptner	3. W 50	1:09,06 Std.

## 05.05. Volkslauf Clarholz

10 km			
17.	Mijo Harambasic	7. M 45	40:43,6 Min.
23.	Rene Deßaules	1. MJ U20	42:24,8 Min.
29.	Jürgen Schönke	1. M 60	43:31,1 Min.
46.	Christian Schmidt	5. M 50	44:57,1 Min.

5 km			
6.	Pascal Birke		18:57,06 Min.

## 06.05. Hannover Marathon

21,1 km			
2982.	Detlef May	356. M 50	2:05,22 Std.

## 10.05. Volkslauf Kattenstroth

1.000 m			
1. WK U10	Sarah Strothmann		4:04,9 Min.

10 km Frauen			
6.	Antje Strothmann	1. W 40	43:24 Min.
10.	Annemarie Bluhm -Weinhold	2. W 40	49:06 Min.
15.	Eva Kötter	5. W 40	54:20 Min.

10 km Männer			
52.	Reimund Diekmann	10. M 45	44:43 Min.
62.	Christian Schmidt	10. M 50	45:32 Min.
90.	Torsten Baltrusch	26. M 45	49:18 Min.

## 10.05. 10 km Residenzlauf Schloss Neuhaus

113. M	Hans Dieter Wierum		47:18,52 Min.
256. M	Peter Rostek		57:49,58 Min.
47. F	Sandra Rostek		57:49,39 Min.

## 10.05. Dütelauf Kloster Oesede

10 km Männer			
4.	Tobias Limberg		39:47,9 Min.
18.	Mijo Harambasic		42:46,9 Min.
51.	Tim Esselmann		46:59,4 Min.

## 12.05. Rennsteiglauf

21,1 km Frauen			
238.	Gabriele Röthemeyer - Kreiensiek	28. W 40	1:57,20 Std.
748.	Ursula Johanning	38. W 50	2:12,25 Std.
829.	Andrea Kahl	166. W 45	2:14,17 Std.
908.	Elke Tiemann	122. W 50	2:16,06 Std.
1104.	Marion Heptner	156. W 50	2:21,18 Std.
1759.	Cornelia Schlie	384. W 45	2:46,27 Std.
1824.	Willtrud Hönings	8. W 70	2:53,54 Std.

21,1 km Männer			
1423.	Hans Godt	84. M 55	1:54,30 Std.
2448.	Tomas Vogt	449. M 45	2:07,32 Std.
2998.	Günter Schwab	38. M 70	2:16,06 Std.
3229.	Michael Schlie	403. M 50	2:20,51 Std.
3396.	Kurt Hönings	68. M 70	2:25,09 Std.
3857.	Rolf Gottenströter	377. M 55	2:46,00 Std.

## 12.05. Bad Oeynhaus

Offene Westf. Senioren Meisterschaften			
800 m			
1.W 40	Siemke Lüdorff		2:41,90 Min.

1.500 m			
2.W 40	Siemke Lüdorff		5:49,69 Min.

400 m			
4.M 55	Günther Hartke		74,95 Sek.

5.000 m			
1. M 80	Harry Bunte		25:12,69 Min.

## 3.000 m

1.W 35	Ilona Pfeiffer		10:14,26 Min.
--------	----------------	--	---------------

## Speerwurf

4. W 40	Siemke Lüdorff		23,22 m
---------	----------------	--	---------

## 13.05. Lage - Hörste

Marathon			
6. M 50	Fritz Geisemeier		4:17,44 Std.

10 km			
1. M 65	Friedrich Ellermann		57:00,8 Min.

5,7 km			
1. MK U 12	Aaron Thieß		29:55,1 Min.
1. M 55	Günther Hartke		34:44,2 Min.

10 km Walking			
1. M	Günther Weber		1:21,42 Std.

## 16.05. Dortmund

Westf. U 16 Langstreckenmeisterschaften			
3.000 m			
6. MJ U 14	Pascal Birke		10:29,96 Min.

## vom 12. bis 17. Mai 2012

## Riesenbecker SIX-DAYS - 140 Kilometer in 6 Tagen

Männer			
96.	19. M 50	Jürgen Bischof	9:29,36 Std.
193.	34. M 50	Bernhard Potthoff	10:21,51 Std.
238.	49. M 50	Jürgen Siltmann	10:45,55 Std.
311.	65. M 50	Andreas Wend	11:32,51 Std.
312.	66. M 50	Franz Dammann Kölsch	11:33,02 Std.
357.	7. M 65	Werner Kampwerth	12:18,56 Std.

Frauen			
5.	1. W 55	Marianne Niemann	9:41,40 Std.
11.	2. W 50	Adelheid Grumbach	10:11,29 Std.
13	3. W 50	Doris Potthoff	10:29,53 Std.
55.	9. W 50	Marlis Siltmann	11:46,40 Std.

17.5.VL Oetinghausen			
Eckhard Stücke	17. M 55		60:56 Min.
Torsten Baltrusch	29. M 45		49:05 Min.

17.05. Beckumer Marathon			
LC Frauen			
2.	A. Bluhm-Weinhold, C. Reinhardt, M. Böhme, H. Fuhrmann – Schauties, J. Ewert		3:17:53 Std

# Werbetechnik

## Aktuelles Angebot



## Wir entwickeln und produzieren:

### - Digitaldrucke

in gigantischen Größen auf verschiedenen Materialien

PVC-Folien & Banner  
Stoffmaterial  
Planenmaterial

### - Beschriftungen

für Fahrzeuge, Schilder, Banner, Fensterscheiben uvm.

### - Displays

zahlreiche Arten von Displays für Messen & Events

### - Lichtwerbung

wir beraten, bauen und installieren Ihre individuelle Lichtwerbeklamme

### - Flyer, Textildruck,

Visitenkarten, Stempel und mehr...

**schriftart**  
Digitaldruck  
Beschriftung  
Lichtwerbung

05201 66 85 75  
www.schriftart-info.de

## LC Männer

20.	U. Kansteiner, B. Ewert, S. Kemper, H. Furtmann, Mijo Harambasic	3:13,20 Std.
-----	--	--------------

## LC Mixedstaffel

19.	K. Kemper, M. Schlie, J. Meyer, B. Meyer, K. Schneider	3:59,41 Std
-----	--	-------------

## 19.05. Nightrun Harsewinkel

### Männer 10 km

7.	Kay Leuteritz	2. M 40	36:28 Min.
35.	Wolfgang Flottmann	5. M 50	40:33 Min.
58.	Heiko Furtmann	13. M 40	42:38 Min.
70.	Reimund Diekmann	14. M 45	43:27 Min.
93.	Christian Schmidt	12. M 50	45:35 Min.
100.	Ralf Niemann	20. M 45	46:00 Min.
101.	Reinhard Stricker	3. M 55	46:04 Min.
114.	Siegfried Kemper	4. M 55	47:07 Min.
124.	Matthias Landwehr	27. M 40	48:08 Min.
143.	Peter Knaust	5. M 55	50:10 Min.
145.	Matthias Meiwes	23. M 50	50:28 Min.
147.	Christopher Wolf	19. MHK	50:35 Min.
180.	Horst Günter Brune	3. M 65	54:34 Min.
187.	Friedhelm Boschulte	4. M 65	55:11 Min.
188.	Werner Kampwerth	5. M 65	55:23 Min.
192.	Michael Schlie	37. M 50	56:37 Min.
193.	Michael Bock	40. M 45	56:38 Min.
205.	Rolf Gottenströter	7. M 55	1:03,13 Std.

### Frauen 10 km

1.	Ilona Pfeiffer	1. W 35	37:16 Min.
3.	Stefanie Schadt	1. WHK	41:34 Min.
8.	Marianne Niemann	1. W 55	44:37 Min.
10.	Heike Fuhrmann – Schauties,	3. W 40	45:05 Min.
17.	Ingeborg Vogt	3. W 45	47:41 Min.
25.	Gabriele Röthemeyer - Kreiensiek	4. W 40	50:59 Min.
28.	Beatrix Akkerman	6. W 45	51:56 Min.
37.	Katharina Kemper	9. WHK	54:03 Min.
44.	Katrin Schneider	7. W 35	50:10 Min.
50.	Elke Tiemann	4. W 50	56:37 Min.
52.	Melanie Plumpe	6. W 30	57:10 Min.
67.	Cordula Remmler	11. W 45	1:00,38 Std.
68.	Annamarie Henkel	2. W 70	1:00,50 Std.
75.	Cornelia Schlie	13. W 45	1:03,14 Std.
78.	Kirstin Grippentrog	20. WHK	1:04,26 Std.
83.	Daniela Daube	11. W 35	1:21,14 Std.

### 5 KM

7.	Patrick Meyer	19:02 Min.
8.	Christoph Üekötter	19:07 Min.
13.	Mijo Harambasic	19:44 Min.
49.	Ralf Jochmann	22:26 Min.

## 20. Mai 2012

### Dalkeman-Triathlon Gütersloh

#### Kurzdistanz – 1000 m – 40 km – 10 km:

48.	Jürgen Bischof	2. M 50	2:20:38 Std.
50.	Anne Albersmann	1. W 55	2:21:00 Std.

### Sprint Männer

#### 500 – 20 – 5 km

35.	Kay Leuteritz	6. M 40	1:04:39 Std.
98.	Olaf Strothmann	7. M 50	1:12:26 Std.
103.	Markus Majer	17. M 45	1:12:56 Std.
110.	Andreas Prochnow	9. M 50	1:13:58 Std.
113.	Oliver Rempe	8. M 45	1:14:34 Std.

### Frauen

18.	Hilke Engel-Majer	3. W 45	1:11:19 Std
-----	-------------------	---------	-------------

## 20.05. Pr. Oldendorf

### 12,4 km

Ellermann, Friedrich-W.	3. M 65	1:14:30 Std.
-------------------------	---------	--------------

### 5 km

34.	Thiess, Aaron	2. M 14	27:07 Min.
46.	Hartke, Günther	2. M 55	29:43 Min.

## Iwelt-Marathon Würzburg

### Walking 14 km

6.	Weber, Günter	2. M 60	1:55:09 Std.
----	---------------	---------	--------------

## 23.05. Meller Sportfest im Mai

### 50 m

1.	UW 11	Großwächter, Annalena	8,55 Sek.
1.	UM 11	Schiller, Tarik	8,34 Sek.
2.	UM 11	Kleine, Timon	8,88 Sek.

### 400m

1.	M 55	Hartke, Günther	1:15,18 Min.
----	------	-----------------	--------------

### 800 m

3.	UW 9	Strothmann, Sarah	3:29,42 Min.
2.	UW 11	Großwächter, Annalena	3:17,14 Min.
4.	UW 11	Strothmann, Lisa	3:32,71 Min.

### 1000 m

1.	UM 10	Schiller, Tarik	4:04,13 Min.
8.	UM 12	Kleine, Timon	4:18,80 Min.
1.	UM 15	Pascal Birke	3:03,21 Min.

## 3000 m

1.	W 35	Pfeiffer, Ilona	10:29,75 Min.
----	------	-----------------	---------------

## Borgloher Weiherlauf

### Fr. 25.5.

### 5 km

11.	Aaron Thieß	24:52:06 Min.
33.	Cornelia Schlie	32:09:03 Min.

### 10 km

20.	Wolfgang Flottmann	42:46:08 Min.
26.	Mijo Harambasic	43:13:01 Min.
38.	Tim Esselmann	44:56:08 Min.
54.	Ralf Hübner	46:47:02 Min.
78.	Siegfried Kemper	50:41:06 Min.
123.	Werner Kampwerth	58:23:09 Min.
130.	Marion Stolpmann	59:07:03 Min.
137.	Andrea Kahl	1:00:52 Min.
148.	Michael Schlie	1:01:52 Min.

## 25.05. Bentfelder Abendlauf

### 10.000 m

26. M 45	Torsten Baltrusch	48:57 Min.
27. M 50	Ralf Niemann	48:58 Min.

### 5.000 m

5. M 40	Markus Schiedermeier	26:10 Min.
7. M 45	Ralf Niemann	26:05 Min.
8. M 45	Torsten Baltrusch	26:06 Min.

## 28.05. Gütersloher Pfingstmeeting

### 10 km

44. M	Ralf Niemann	14. M 45	45:49 Min.
49. M	Christian Schmidt	5. M 50	46:41 Min.
53. M	Reimund Diekmann	20. M 45	47:09 Min.
58. M	Torsten Baltrusch	22. M 45	47:39 Min.
85. M	Matthias Landwehr	16. M 40	50:45 Min.
122. M	Christopher Wolf	10. MHK	54:56 Min.
140. M	Michael Schlie	24. M 50	58:22 Min.
142. M	Friedhelm Boschulte	4. M 65	59:27 Min.
35. F	Cornelia Schlie	8. W 45	1:05,26 Std.

### 5 km

48.	Matthias Landwehr	7. M 40	23:11 Min.
69.	Aaron Thieß	1. MK U 12	26:22 Min.

### 1609 m

1. MK U12	Felix Brinkmann	6:55,4 Min.
-----------	-----------------	-------------

### 1.000 m

5. MK U12	Felix Brinkmann	4:14,7 Min.
-----------	-----------------	-------------

### 10 km Walking

1. F	Karola Brinkmann	1:25,09 Std.
------	------------------	--------------

## 21.04. Lübbenau/ Spreewald

### 21,1 km

34. W 45	Andrea Kahl	2:22,16 Std.
----------	-------------	--------------

**Peter  
Bollmeyer**

**dena**  
Deutsche Energie-Agentur

**Freier Sachverständiger für Bauschäden  
staatl. geprüfter Gebäudeenergieberater (HWK)  
Deutsche Energieagentur  
Ausstellernummer 331375  
Dachdecker- und Klempnermeister**

Mozartstraße 21 · 33829 Borgholzhausen  
Telefon 0 54 25/72 11 · Mobil 01 60/5 25 04 49

**Bedachungen, Fassaden, Wärmedämmung,  
Energieausweise, Thermografie, Blower Door,  
Ursachen von Schimmelpilzen, Sanierungs-  
konzepte für Wohnhäuser, Wirtschaft-  
lichkeitsberechnungen, Fördermittel und  
Zuschüsse, regenerative Energien,  
Bauwerksdiagnostik, Überprüfung der  
Bauqualität, Energieberatungen**

## LEICHTATHLETIK: Pfeiffer einsam in der Siegerspur- 37:16 Min. beim 10-km-Nightrun



Harsewinkel/Altkreis Halle (cwk). Die Parallelen zum Vorjahr sind unverkennbar: Beim 10. Volksbanken-Nightrun in Harsewinkel wiederholte **Ilona Pfeiffer** (LC Solbad Ravensberg) ihren souveränen Frauensieg mit einer 37-er Zeit; bei den Männern blieb ihr Vereinskollege **Kay Leuteritz** bester Altkreisläufer in einem Feld, das insgesamt 293 Finisher zählte.

Zum Auftakt der Nightcup-Serie 2012 lief Pfeiffer, die mit 37:16 Min. ihre 2011-er Zeit (37:40) unterbot, einen Vorsprung von mehr als dreieinhalb Minuten vor der Gütersloherin Stefanie Vergin (40:51) heraus. Auf Rang 3 folgte mit **Stefanie Schadt** (41:34) die nächste Solbaderin. Unverwundlich und leistungsbeständig: Als Gesamtachte ließ die 58-jährige **Marianne Niemann** (44:37 nach 44:32 Min. im Vorjahr) das Gros der jüngeren Läuferinnen hinter sich und komplettierte das erste LC-Trio, das mit 2:03:27 Std. überlegen die Mannschaftswertung gewann. Kay Leuteritz durfte sich über 36:28 Min. und seine Steigerung um fast eine Minute gegenüber 2011 freuen. Als Gesamtsiebter unterlag er in der Klasse M40 nur dem Oelder Helmut Karwinkel (35:53). Im Altkreis-Aufgebot blieb außerdem nur der Langenheider »Almläufer« Philip Haberkorn (38:54/17.) unter 40 Minuten. Weitaus Schnellster an diesem Abend war der 25-

jährige Sören Riechers, (32:50 Min.). Im Teamwettbewerb erreichte der LC Solbad mit Leuteritz, Wolfgang Flottmann und Heiko Furtmann den 3. Rang.

### 28.05. Pfingstsportfest Bad Oeyenhausen

#### Hochsprung

2. Männer	Sascha Greshake	2,08 m
2. WJ U16	Chiara Sochart	1,50 m

#### Weitsprung

7. WJ U16	Chiara Sochart	4,32 m
-----------	----------------	--------

Bäckerei - Konditorei

**WELPINGHUS**

## Genießer gesucht.

Für **handgemachte Backwaren, herzhafte Snacks, traumhaftes Frühstück, süße Köstlichkeiten, besondere Kaffeespezialitäten** und mehr bei **Welpinghus** in Borgholzhausen und Steinhagen.

- ✓ Traditionelle Herstellungsverfahren und lange Teig-Reifezeiten
- ✓ Ausgewählte hochwertige Zutaten für besonderen Geschmack
- ✓ Reichhaltiges Naturland-zertifiziertes Biosortiment

**Konditorei Welpinghus Backstube**  
Kirchstraße 11  
33829 Borgholzhausen  
Tel. 0 54 25 / 94 41 - 0

**Hauptgeschäft**  
Kaiserstraße 4  
33829 Borgholzhausen  
Tel. 0 54 25 / 94 41 - 0

**Caféhaus**  
Woerdener Straße 3  
33803 Steinhagen  
Tel. 0 52 04 / 92 56 - 55

Handgemachte Qualität seit 1770.

www.konditorei-welpinghus.de

Dr. jur. Holger Rostek  
Fachanwalt für Strafrecht

Dr. jur. Lutz Klose  
Fachanwalt für Strafrecht

Katja Floegel

Torsten Giesecke  
Fachanwalt für Strafrecht

Peter Rostek  
Fachanwalt für Strafrecht

**Dr. Rostek  
Dr. Klose  
Partner GbR**

**Rechtsanwälte**

Laufend gut beraten!

August-Bebel-Str. 223-225 - 33602 Bielefeld - Tel. 0521/ 96 41 20 - www.kanzlei-rostek.de

### LEICHTATHLETIK: Senioren-Westfalenmeisterschaften | Pfeiffer und Bunte setzen Akzente

Bad Oeynhausen/Altkreis Halle (cwk). Mit zehn insgesamt zehn Titeln kehrten die Altkreis-Vereine von den Senioren-Westfalenmeisterschaften zurück. Im Bad Oeynhausener Stadion Süd debütierte **Ilona Pfeiffer** (LC Solbad Ravensberg) erfolgreich über 3000 m; bei stärkerer Konkurrenz und schwächerem Wind hätte sie wohl auf Anhieb das Zehn-Minuten-Limit unterboten.

Aber auch ihre Zeit von 10:14,26 reichte zum hoch überlegenen W35-Sieg mit mehr als zweieinhalb Minuten Vorsprung, die Gesamtzweite aus allen Altersklassen lief nach 11:24,28 Min. ins Ziel. Solbads W40-Seniorin **Siemke Lüdorff** wurde zunächst 800-Meisterin in 2:41,90 Min. und später »Vize« über 1500 m (5:49,69); hinzu kam noch der 4. Rang in einer ganz anderen Disziplin, dem Speerwurf (23,22 m).

Eine höchst respektable Leistung gelang dem 80-jährigen LC-Langstreckler **Harry Bunte**, der nach langer Wettkampfpause wieder in die Erfolgsspur zurückfindet. Seine 5000-m-Zeit von 25:12,69 Min. wurde 2011 von keinem deutschen M80-Oldie erreicht, bei der Senioren-WM in Sacramento hätte sie die Silbermedaille gebracht. In Bad Oeynhausen war Bunte auch schneller als der M75-Sieger.



Kompetenz in Walking, Nordic Walking, Laufen & Triathlon



## Jetzt neu!

 **BROOKS** Pure cadence

Münsterstraße 25 | 33330 Gütersloh | Telefon: 0 52 41 - 403 10 44 | Telefax: 0 52 41 - 403 10 45

info@olafs-laufladen.de | www.olafs-laufladen.de | Mo. – Fr. 10.00 – 19.00 Uhr · Sa. 9.30 – 17.00 Uhr

## 80 Jahre und nicht langsam | Harry Bunte feiert runden Geburtstag

Als Mitvierziger erst wurde er zum Lauflehrling. Mittlerweile hat er auf den Bahnen auch international auf sich aufmerksam gemacht.

Am Pfingstmontag feierte Harry Bunte in (alter) Frische seinen **80. Geburtstag**.

Als der selbstständige Raumausstatter aus der Haller Bahnhofstraße vom zufriedenen Wanderer zum Langlauf »umgepolt« wurde, sollte das der Auftakt einer Laufbahn sein, die ihn nicht nur im Altkreis, sondern auch international bekannt machte. Der Lauf-Lehrling machte 1978 rasend schnelle Fortschritte. Schnell avancierte Harry-Bunte zum Seriensieger. Denn am Laufen hatte er nicht nur Spaß, sondern brachte auch viel Talent mit. Hinzu kamen sein enormer Bewegungsdrang und seine profihafte Einstellung zum damals neuen Hobby. Seine Erfolge sind der Lohn für hartes Training über das ganze Jahr. Selbstverständlich findet man den Jubilar im Winter beim Skilanglauf – er ist beim ersten Schneefall im Sauerland präsent – ebenso wie im Sommer bei langen Radtouren mit Gleichgesinnten. Der Besuch eines Fitness-Studios in Halle gehört ebenfalls zum Programm. 1997 startete Harry Bunte bei der Senioren-Weltmeisterschaft im südafrikanischen Durban. Zwei vierte Plätze sprangen für den damaligen M 65-Starter heraus: Über 5 000 Meter in 19:48,32 Minuten sowie über 10 000 Meter in 40:38,46 Minuten. Größter internationaler Erfolg war der Vizeeuropameistertitel 2002 über 10 000 Meter (43:40,22), erzielt als M 70-Senior in Potsdam. 2003 wurde Harry Bunte deutscher Berglauf-Vizemeister der M 70. Harry Bunte hatte viel Glück mit Verletzungen. Lediglich ein tückischer Fersensporn bremste ihn für längere Zeit. Das Comeback gab er erst vor zwei Wochen. In Bad Oeynhausen bewies er beim 5 000-Meter-Lauf gute Form und siegte in seiner Altersklasse bei den Senioren-Westfalenmeisterschaften. Selbst 60-Jährige sollten sich daher nicht grämen, wenn Harry Bunte auch in Zukunft auf der Zielgeraden mühelos an ihnen vorbeizieht.



**ALKOHOLFREI**

SEIT 1868  
BRAUEREI STRATE DETMOLD

**Detmolder Pilsener**  
*Echt handgebraut*

*Privat-Brauerei Strate Detmold GmbH & Co. KG • Palaisstraße 1-13 • 32756 Detmold  
Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an: [info@brauerei-strate.de](mailto:info@brauerei-strate.de)*

Nicht nur seine Kollegen vom LC Solbad werden ihn deshalb am Montag feiern. Auch die HK-Sportredaktion schließt sich den Glückwünschen an und wünscht ein gesundes verletzungsfreies Jahrzehnt.

**Jeden Samstag und Sonntag ist Schautag von 10–18 Uhr**

- **Kunststofffenster**
- **Haustüren**
- **Rollladen**
- **Wintergärten**



**Aschendorfer Weg 9 • 49196 Bad Laer**  
**Telefon 0 54 24 / 2 92 60 • Fax 29 26 33**  
**Ansprechpartner: T. Krellenberg • 49214 Bad Rothenfelde**  
**Telefon 0 54 24 / 64 76 06 • Fax 64 76 07**

**M**  
**Graf Metternich**  
**QUELLEN**

Natürlich-GLAS klarer Genuss!

Reich an wertvollen Mineralstoffen – für eine gesundheitsbewusste Ernährung

**viel Magnesium**  
 1 Liter deckt 50% des Tagesbedarfs

**viel Calcium**  
 1 Liter deckt 25% des Tagesbedarfs

Graf Metternich-Quellen · Karl Schöttker KG  
 32839 Steinheim-Vinsebeck · Tel. 052 33/94 05-0

Bewegung in besten Händen

**AOK**  
 Die Gesundheitskasse.

**Auch 2012 kein Zusatzbeitrag!**

Jetzt zur AOK NORDWEST wechseln.

**DIE GESUNDHEITSKASSE BEWEGT.**  
 Machen Sie mit bei der AOK NORDWEST!

[www.aok-keinzusatzbeitrag.de](http://www.aok-keinzusatzbeitrag.de)

**www.C14-bikes.com**

*C14*

**C14 TIME TRIAL "Custom" Carbon Monocoque**

**C14 Speed Pro "Custom" Carbon Monocoque**

**www.bluschke.com**



# „VERMÖGEN MEHREN“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Das, wofür Einzelne, Paare oder Generationen schwer gearbeitet haben, gilt es für die Zukunft zu erhalten und zu mehren. Das Team unserer Vermögensberatung hilft unseren Kunden bei der Wahl der richtigen Geldanlage. Wir finden heraus, wie viel Sicherheit gewünscht und wie viel Risiko in Kauf genommen wird. Wir ermitteln, wie das Vermögen heute auf Sach-, Geld- und andere Werte verteilt ist. Und wir empfehlen einen Mix der richtigen Anlagen mit den richtigen Zinsbindungen, die genau dann auslaufen, wenn wieder Geld benötigt wird. Unser Know-how ist für Sie bares Geld wert. Und unsere Arbeit hilft, die Zukunft aktiv zu gestalten.

[www.vb-halle.de](http://www.vb-halle.de)



**Volksbank  
Halle/Westf. eG**