

Solbad Nachrichten

LC Solbad
Ravensburg

Juli 2014
Nr. 355
Innovative Werbetechnik
Fon 05201 668

von Ravensburg
Feinstes Borgholzhauser Holz

ACTIVE
SPORTSHOP
www.active-sportshop.de

schrift
Digit





ACTIVE

Trailrunning-Cup 14/15

Laufgenuss für alle:

Der Trailrunning-Cup

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

- 1. Stadtwerke Run & Roll Day, Bielefeld, 14. September 2014; 10 km**
- 2. Böckstiegelauflauf, Werther, 27. September 2014; 18 km**
- 3. Teutolauflauf, Lengerich, 18. Oktober 2014; 29 km**
- 4. Weihnachts-Crosslauf, Borgholzhausen, 14. Dezember 2014; 16 km**
- 5. Luisenturmlauf, Borgholzhausen, 01. März 2015; 21,1 km**
- 6. Hermannslauf, Detmold – Bielefeld, 26. April 2015; 31,1 km**

Alle Infos und Anmeldung unter: www.active-sportshop.de



JULI

2014

SOLBAD INTERN



Solbad Intern
Braunschweig
Sportabzeichen
LC Termine
Wir stellen vor
Die Nacht
Tortur

S. 1-11
S. 18-19
S. 21
S. 24
S. 25
S. 26-30
S. 31

PRESSE



Presse:
Beckum S. 12
Isselhorst/Marienfeld S. 14
Triathlon S. 17
Six-Days/Hochsprung S. 20
Feuerwehrlauf S. 22

RAD/TRIATHLON



RTF.-Termin
Radtour
RTF. Splitter

S. 15
S. 16
S. 16

SKATING



Doppelsiege S. 13

ERGEBNISSE

S.33 - 36



WALKING

Sommertermine S. 32



Das Titelbild
...zeigt Bilder der Nacht

Fotos: Privat

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

AUSSCHREIBUNGEN

AUSSCHREIBUNG
11. Bockstiegeellauf
am Samstag, 27. September 2014 in Werther (Westf.)
Laufen und Walking –
im Solbad Intern

Werbung:
10 km Lauf
15 km Lauf
20 km Lauf
30 km Lauf
40 km Lauf
50 km Lauf
60 km Lauf
70 km Lauf
80 km Lauf
90 km Lauf
100 km Lauf

Start:
13.30 Uhr
14.00 Uhr
14.30 Uhr
15.00 Uhr
15.30 Uhr
16.00 Uhr
16.30 Uhr
17.00 Uhr
17.30 Uhr
18.00 Uhr
18.30 Uhr
19.00 Uhr
19.30 Uhr
20.00 Uhr
20.30 Uhr
21.00 Uhr
21.30 Uhr
22.00 Uhr
22.30 Uhr
23.00 Uhr
23.30 Uhr
24.00 Uhr

Info:
www.bockstiegeellauf.de

Bockstiege S. 5

BARMER GEK
das gesund & aktiv sein

Sportabzeichen-Camp
10. Platz Sportabzeichen-Camp
Das Sportabzeichen-Camp für Schüler und Schülerinnen
verwandelt sich das Stadion in Borgholzhausen
vom 08. bis zum 10. August 2014

Programme:
Freitag, 08.08.2014
ab 15:30 Uhr Aufbau und Bezug der Zelte
ab 16:30 Uhr Sportabzeichen-Training und Abnahme
ab 19:00 Uhr Abendessen

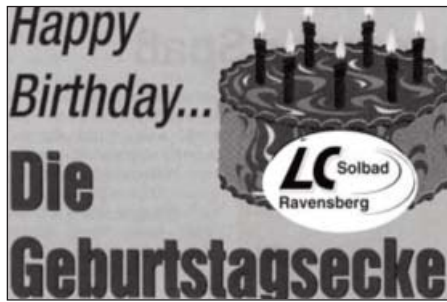
Sportabzeichen-Camp S. 23

ZEITPLAN

14.45 Uhr	2.000 m - WM Schülerlauf
15.15 Uhr	400 m - Bambini-Lauf
15.30 Uhr	5.000 m - Laufen
17.00 Uhr	7.000 m - Walking/ Nordic-Walking
17.30 Uhr	Halbmarathon - Laufen mit Kreuzstöckchen/LA-Faas Münster/Wanderart
17.30 Uhr	10.000 m - Volksbank Lauf (1. Wertungslauf für VB-Cup Serie)

1. Lauf der Volksbank-Cup Serie 2014
Samstag, 09. August 2014 ab 13.45 Uhr
Beverstedt/Orthoven

Bever-Lauf S. 32



- 01.07. Maik Eversmann
 02.07. Hans-Jürgen Kiel
 02.07. Petra Mittermaier **50 Jahre**
 03.07. Hendrik Büscher
 03.07. Cordula Reinhardt
 04.07. Gerd Steiner
 04.07. Dirk Strothmann
 04.07. Markus Majer
 05.07. Lena Gresselmeier
 05.07. Beatrice Knippschild
 06.07. Carina Gresselmeier
 06.07. Susanne Schneiker
 06.07. Finn Luca Engelhardt
 06.07. Nadine Skarupke
 07.07. Dieter Koch-Hartke
 07.07. Nicole Remmert
 07.07. Ismet Zecirovic

- 08.07. Christiane Bischof
 08.07. Florian Remmert
 08.07. Maylin Zimmermann
 09.07. Sabine Schütte
 10.07. Ulrich Scheller
 10.07. Christina Rieger
 12.07. Volker General
 12.07. Christoph Schieb
 12.07. Elfriede Hirschfeld
 13.07. Barbara Lange
 13.07. Reinhard Stricker
 14.07. Natascha Brand
 14.07. Jan-Niklas Ritter
 14.07. Felix Werner
 14.07. Reimund Diekmann
 15.07. Annemarie Henkel
 15.07. Hildegard Bollmann
 15.07. Matthias Landwehr
 15.07. Kai Anders
 16.07. Lutz Barkey
 16.07. Alexander Haase
 17.07. Jörn Strothmann
 19.07. Nicole Kinner
 20.07. Jürgen Abel
 20.07. Hilke Engel-Majer
 21.07. Anke Brand
 21.07. Hubert Kaiser
 21.07. Petra Wahnschaffe

- 22.07. Susanne Hotmar
 22.07. Leon Wulf
 23.07. Elisabeth Remmert **80 Jahre**
 23.07. Elena Heckel
 24.07. Lisa Strothmann
 24.07. Rainer Vemmer
 25.07. Britta Meyer
 25.07. Pascal Birke
 25.07. Claudia Gutknecht
 26.07. Annette Möller
 26.07. Cosma Ruhe
 26.07. Lars Lohmann
 27.07. Laura Atzler
 27.07. Jens-Erik Bergmann
 27.07. Renate Schröter
 28.07. Werner Spill
 28.07. Peter Bollmeyer
 29.07. Till Brinkmeier
 30.07. Olaf Kreuzberg
 30.07. Jürgen Siltmann
 30.07. Till Thieß Heienbrok
 31.07. Robin Luca Engelbrecht
 31.07. Sylvia Justus

Als neue Mitglieder begrüßen wir:

Abteilung

Aktueller Mitgliederstand: 734

Austritte:

Ulrike Scheibig Leichtathletik



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

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 !



**Fleischermeister
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

August

am 24. Juli

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

Impressum:

Solbad-Nachrichten
Vereinszeitung des
LC Solbad Ravensberg
Freistr. 3
33829 Borgholzhausen
05425/7135

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

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

Redaktion:
Sabine Lünstroth (05204/920785)
Friedhelm Boschulte (05425/6287)

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 e. V.
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

*Und immer sind irgendwo Spuren Deines Lebens,
Gedanken, Bilder, Augenblicke und Gefühle,
sie werden uns stets an Dich erinnern.*

Der LC Solbad Ravensberg trauert um

Margret Meistrowitz

Mit ihr verlieren wir einen Menschen, eine Sportlerin, eine Freundin, die stets mit Rat und Tat zur Seite stand. Für den Sportverein und seine Mitglieder war sie viele Jahre Ansprechpartnerin. Ihr Wirken für unseren gemeinsamen Sport werden wir stets in Ehren halten.

Wir sind traurig, dass sie nicht mehr da ist.

*LC Solbad Ravensberg
Vorstand und Mitglieder*



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 m²
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!

Böckstiegel-Orga-Team im "roten Haus"

Als Dankeschön für die viele ehrenamtliche Arbeit, die hinter dem erfolgreichen Böckstiegel-Lauf steht, war das Organisations-Team zu einer besonderen Führung durch das Künstlerhaus an der Schloßstraße eingeladen. Sowohl Bürgermeisterin Marion Weike, als auch der künstlerische Leiter, David Riedel, bedankten sich für die viele Arbeit im Vorfeld. "Ich habe letztes Jahr versprochen, mit zu machen" peilt die Bürgermeisterin für sich persönlich die Walking-Strecke an. "Wir haben auch große Ziele und wollen 2016 den Läufern etwas ganz Besonders bieten," spielte David Riedel auf den Museumsneubau an.

Der 11. Böckstiegel-Lauf findet am 27. September 2014 statt und die Anmeldungen können online unter www.boeckstiegel-lauf.de vorgenommen werden. Auch beim Böckstiegel-Lauf kommt erstmals der Einmal-Chip zur Anwendung. Der Lauf ist der zweite Durchgang im Trail-Running-Cup 2014/2015. Sonntag 3. August besteht Gelegenheit beim öffentlichen Trainingslauf, den Kurs kennenzulernen oder Trainingshalber zurückzulegen. Treffpunkt zur Busabfahrt ist um 9 Uhr auf dem Venghauss-Platz in Werther.



Foto: Zu Besuch im roten Haus: v.l. Heiner Temme, Böckstiegel-Haus Mitarbeiterin Angela Terbrack, Bürgermeistern Marion Weike, Isabel und Tobias Bertels, Annegret Büscher, Friedhelm Boschulte, David Riedel, Eckhard Kleine-Tebbe und Reinhard Büscher.

Gaststätte & Pizzeria Inh. Thomas Windhager

'Am Uphof'

Am Uphof 2-6 | 33829 Borgholzhausen
Fon 0 54 25 - 53 97

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 16 - 1 Uhr
Samstag 17 - 1 Uhr
Sonn- + Feiertage 11 - 1 Uhr

Öffnungszeiten Küche:
Mo - Do 17 - 22 Uhr
Freitag + Samstag 17 - 23 Uhr
Sonn- + Feiertage 12 - 14 Uhr
und 17 - 22 Uhr

- Alle Speisen auch außer Haus -

Werbetechnik

Aktuelles Angebot

RollUp Display

- RollUp-Display inkl. Digitaldruck
- Werbefläche 2000 x 850 mm
- bei druckfertiger Vorlage **ab 99,-** zzgl. MwSt.

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



AUSSCHREIBUNG

11. Böckstiegeellauf

am Samstag, 27. September 2014 in Werther (Westf.)

– Lauf und Walking –

Veranstalter:

LC Solbad Ravensberg

Mit Unterstützung von:



Info/Anschrift:

Sportliche/Organisatorische Fragen:
Tel. 0 54 25 – 71 35,
E-Mail: info@lcsolbad.de

Internet: www.boeckstiegel-lauf.de

Online-Anmeldung unter: www.mikatiming.de

Strecke:

Landschaftslauf ca. 18 km,
(Nordic)Walking ca. 10 km,
Bielefeld-Werther, zum Teil auf der Strecke des
„Hermannsweges“, danach bis Werther auf Wirt-
schaftswegen durch die bäuerliche Kulturland-
schaft des Ravensberger Hügellandes. Vorbei am
Böckstiegelhaus geht es zum Ziel im Zentrum von
Werther.

Erneut wird zusätzlich eine **Kurzstrecke von 10 km**
angeboten, um insbesondere Einsteigern, die sich
die lange Strecke noch nicht zutrauen, eine Start-
möglichkeit zu bieten.
Start und Ziel wie beim 18 km-Lauf.

START (10 + 18 km Lauf):

Parkplatz Peter auf'm Berge,
Passhöhe Bielefeld-Hoberge

ZIEL:

Zentrum Werther, Venghauss-Platz
Kleidertransport vom Start zum Ziel ist organisiert.

Startzeit:

14.00 Uhr, Parkplatz Peter auf'm Berge.
Die Teilnehmer des Laufes werden mit Bussen zum
Start befördert.
Abfahrt ab Rathaus Werther von 12 bis 13.30 Uhr.
**Keine Parkmöglichkeiten für Läufer und
Besucher etc. im Startgelände.**

Siegerehrung:

ab 16.30 Uhr, Venghauss-Platz in Werther

18 km Lauf

Teilnehmer: Männer, Frauen
Altersklasse: Jahrgang bis 1995
Jugend U18 - U20, Jahrgang 1996 - 1998
Beginn: 27.9.2014, 14.10 Uhr

Anmeldeperioden:

Bis 17.08.2014: 15,- €
18.08.2014 – 21.09.2014: 18,- €

10 km Lauf

Teilnehmer: Männer, Frauen
Altersklasse: Jahrgang bis 2000
Beginn: 27.9.2014, 14.10 Uhr

Anmeldeperioden:

Bis 17.08.2014: 12,- €
18.08.2014 – 21.09.2014: 14,- €

10 km Walking/Nordic-Walking

Teilnehmer: Männer, Frauen
Altersklasse: alle Jahrgänge
Beginn: 27.09.2014, 14.10 Uhr

Anmeldeperioden:

Bis 17.08.2014: 12,- €
18.08.2014 – 21.09.2014: 14,- €

3 km Schülerlauf

Teilnehmer: Jungen, Mädchen
Altersklasse: Jahrgang 1999 und jünger
Beginn: 27.09.2014, 14 Uhr

Anmeldeperioden:

Bis 19.09.2014: 3,- €

Auch mit
Gruppenwertung für
Schulklassen und
Vereine!

**Teilnehmer des ACTIVE Trailrunning-Cups sind
automatisch schon angemeldet!**

Meldeschluss: Schriftliche Anmeldungen müssen
bis zum 23.9. vorliegen. Separates Anmeldeformular
in diesem Flyer. Es werden keine Meldungen per Mail
oder Telefon angenommen.

Nachmeldungen: Nachmeldungen am Veranstal-
tungswochenende Grundschule Mühlenstraße

26.09.: ab 17 Uhr
27.09.: ab 11 Uhr
18 km Lauf: 19,- €
10 km Lauf und Walking: 15,- €



Wertung:

Einzelwertung, Jahrgangsklassen nach DLV für
Läufer. Walking ohne Klassen-Wertungen.

Auszeichnung:

Sachpreise für alle Altersklassen-Sieger
im 18 km-Lauf. **Präsent für alle Finisher.**

Duschen/Umkleiden:

Grundschule Werther, Mühlenstraße,
neben Rathaus.

Getränke/Verpflegung:

Drei Verpflegungsstellen auf der Strecke.
Im Zielbereich: Mineralwasser, Tee, Obst,
alkoholfreies Bier.

Zeitmessung:

NEU Einmal-Chip.
Keine Leihgebühr.

Ablauf:

Die Teilnehmer reisen nach Werther zum
Rathaus an der Mühlenstraße an. Von hier
aus werden die Teilnehmer mit Bussen zum S
gefahren. Parkplätze sind ausgewiesen.
Kleiderablage am Start möglich, von dort erfo
Transport zum Zielbereich.

Durch die Teilnahme an der Laufveranstaltung erk
gehört der Haftungsausschluss des Veranstalters f
den Veranstalter oder die Sponsoren können nicht
ausschluss auch auf die Beschaffenheit der Forstv
Straßen. Teilnehmen kann nur, wer ausreichend tra
Der/die Teilnehmer/in versichert, dass seine Meld
zugeteilte Startnummer ausschließlich von ihm/i
nenbezogenen Daten ausschließlich fi



Besucht uns nach
Zielbereich zu
Regenerati

Praxis / fi

Training für den Böckstiegeellauf

Wir bieten auch dieses Jahr wieder ein lockeres, öffentliches Training, welches in der Vergangenheit guten Anklang gefunden hat. Beide Strecken (10km und 18km) sowie Walking (10km) werden angeboten.

Sonntag, 3. August

09:00 Uhr Treffen Venghauss-Platz

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

Samstag, 30. August

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, 12. September:

17:30 Uhr Treffen Venghauss-Platz

18:00 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!)



Ansprechpartner des LC Solbad Ravensberg

Vorsitzender:

Hubert Kaiser

(0151/14292351)

mail: hubert.kaiser@bitel.net

Geschäftsführung

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

(05428/929680)

mail: wilhelmhabighorst@t-online.de

Leichtathletik

Andreas Stockhecke

(0170/2814767)

mail:stockhecke.andreas@freenet.de

Inline:

Johannes Gerhards

(0521/63447)

mail: john@loveandskate.de

Koordination Radsport

Mountain-Bike:

Günter Schillings

(0162-3267597)

Ergebnisse

Friedhelm Boschulte

(05425 – 6287)

mail: boschulte@lcsolbad.de

Triathlonsprecher/Training

Rad Straße:

Udo Lange

(05423/5628)

mail: udolange@gmx.de

Hubert Kaiser

mail: hubert.kaiser@bitel.net

Walking

Elke Kahmann

05421/4698

Birgitt Lange

mail: adi.lange@t-online.de

05203/884823

Ihr Leben verdient individuellen Schutz.

Jedes Leben schreibt seine eigenen Geschichten. Aber leider nicht immer nur schöne. Informieren Sie sich daher rechtzeitig über Ihre existenziellen Risiken, damit Sie für den Fall der Fälle bestens abgesichert sind. Auf schnelle Hilfe und unseren persönlichen Service können Sie sich in jedem Fall verlassen.

Lars + Tanja Lehmann

Allianz Hauptvertretung
Freistr. 8, 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

Allianz 



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



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



Sportlerhochzeit beim LC

Tobias Limberg und Stefanie Schadt grüßen als Brautpaar

Tolle Sportlerhochzeit beim LC Solbad. Am 21. Juni traten unsere Sportler Tobias Limberg und Stefanie Schadt vor den Traualtar. In der Evangelischen Kirche Borgholzhausen gaben sich die beiden das Ja-Wort, getraut durch Pastor Eckey. Viele LC-Läufer/innen und Rad-sportler standen Spalier beim Kirchenausgang.

Kennengelernt haben sich die beiden vor 10 Jahren beim Läuferabend im Ravensberger Stadion und danach bei gemeinsamen Trainingsläufen. Steffi hat sich bekanntlich als westfälische Spitzenläuferin vom Jugendalter an hervorgetan, Tobi ist mehr Triathlet (Ironman 2012) und begeisterter Radfahrer. Beide haben übrigen den Lehrerberuf ergriffen und wohnen jetzt in Werther. Gefei-ert wurde im „Campo“. Die Hochzeitsreise soll in den Sommerferien nach Andalusien gehen.

Wir wünschen den jungen Eheleuten Alles Gute auf ihrem gemeinsamen Lebensweg.

Über die vielen Glückwünsche und Aufmerksamkeiten zu unserer Hochzeit haben wir uns sehr gefreut und möchten uns ganz herzlich bedanken.

Am Mittwoch, den 30. Juli möchten wir euch gerne zu einem kleinen Sektempfang um 19.30 Uhr ins Ravensberger Stadion einladen.

Tobi und Steffi



SIMPLY CLEVER

ŠKODA



Der Neue ŠKODA Rapid Spaceback.
Raumgefühl in jeder Dimension.

Jetzt bei uns
Probe fahren.

Abbildung zeigt Sonderausstattung

Der Neue ŠKODA Rapid Spaceback. Sportliches, junges Design: Das bietet Ihnen dieser temperamentvolle Kompakte mit großzügigem Platzangebot. Gleichzeitig weiß er mit cleveren Details und vielen komfortablen Individualisierungsmöglichkeiten im Alltag zu überzeugen. Testen Sie ihn bei einer Probefahrt. Wir freuen uns auf Sie.

Kraftstoffverbrauch für alle verfügbaren Motoren in l/100 km, innerorts: 7,4 - 4,8; außerorts: 4,8 - 3,4; kombiniert: 5,8 - 3,9; CO₂-Emission, kombiniert: 134 - 104 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007).



Autohaus Brinker GmbH

Haller Straße 79, 33334 Gütersloh-Isselhorst

Tel.: 05241 96010, Fax: 05241 960111

info@autohaus-brinker.de, www.autohaus-brinker.de

Vorschläge für einen Tagesausflug mit dem LC Solbad

Der Festausschuss hat sein Versprechen gehalten und die, auf der Jahreshauptversammlung angekündigten Vorschläge, ausgearbeitet. Die folgenden Touren können wir aber erst im Frühjahr/Sommer 2015 anbieten, da wir für eine Buchung in diesem Jahr schon wieder zu spät dran sind. Nicht traurig sein, in diesem Jahr gibt es eine **Winter-Attraktion** **Wo geht es nun hin, im Sommer 2015, Ihr entscheidet, per Mail, Tel., oder F:**

**BITTE ENTSCHEIDET EUCH
BIS ZUM 31.08.2014**

Piesberg-Rundfahrt



Gute Aussichten gibt es bei nächst zum Museum Industriekultur, wo Sie einen Überblick über die Geschichte und aktuellen Planungen rund um den Kultur- und Landschaftspark Piesberg erhalten. Dann geht es auf den Spuren der Bergleute durch den unterirdischen Hestollen und im Anschluss mit dem Bus zur höchsten Bushaltestelle in Osnabrück "Ganz oben" auf den Piesberg. Von hier hat man einen herrlichen Blick über den Teutoburger Wald und das Wiehengebirge. Zu Fuß oder mit dem Bus kann man die Aussichtsplattform in Lechtingen erreichen, um den unvergesslichen Einblick in den Steinbruch mit seinen 300 Millionen Jahre alten Fels- und Kohleschichten zu genießen. Zum Abschluss der Fahrt wird noch der ca. 40 m hohe und 150 Jahre alte Mammutbaum Arboretum, dem dem ehemaligen Park des Bergwerkdirektors Pagenstecher besucht.

Papenburger Torfstecher



Begleiten Sie unseren Gästeführer bei einer Wanderung durch das Moor und erleben Sie ein Stück Natur.

Schiffbau der Superlative und die schönsten Kreuzfahrtschiffe zum Anfassen erwarten Sie bei einer Führung durch das Besucherzentrum der MEYER WERFT.

Draisinen Fahrten im Herzen des Lippischen Berglandes in Rinteln/Extertal



auf einer Strecke von 18 km m.Steigung (hinwärts) Radeln auf Schienen: Ein sportliches Erlebnis inmitten der Natur.

Genießen Sie den Tag auf der ca. 18,1 km langen Strecke von Rinteln bis nach Alverdisen ins Extertal. An den Rastplätzen können Sie ein Picknick machen oder in der nahen Gastronomie einkehren. Am Endpunkt in Alverdisen lädt im Sommer das Freibad gratis zu einem erfrischenden Bad ein.

Start der Draisinenfahrt in der Zeit von 9:00 bis 11:30 Uhr (Elektro-Draisine Start 10:00) am Draisinenbahnhof Rinteln, Extertalstraße 35.

Fahrt nach Alverdisen. Ca. 3 Stunden Fahrzeit in gemütlichem Tempo für die Hin- und Rückfahrt. Aussteigen an allen Haltepunkten möglich.

Rückfahrt ab 14:00 Uhr, egal wo man sich auf der Strecke befindet. Rückkehr am Draisinenbahnhof bis spätestens 17:00 Uhr. Die Rückfahrt dauert ca. 1,5 Stunden.

Da ist die Muskulatur gleich doppelt gefordert - **Draisine fahren und wandern auf dem „Patensteig“ zu den Extertaler Wasserfällen.**



Abseits des Massentourismus liegen die Wasserfälle versteckt in Nebentälern und sind ein Naturschauspiel der besonderen Art. Die geführte Erlebniswanderung auf teilweise schmalen Wegen durch Schluchten und über Berghänge ist etwas für echte Natur- und Wanderfreunde. Zu den Wasserfällen am Fahrenbach, im Hilkersiek und am Rickbach führt ein naturhistorisch angelegter Pfad, auf dem der Wanderer mit den Naturschönheiten der Region belohnt wird.

Die Tour findet in den Monaten April bis Oktober statt. Die geführte Erlebniswanderung ist etwas für echte Natur- und Wanderfreunde.

Kanutouren auf der Ems



Die Ems ist der größte Fluss im Münsterland. Im Münsterland fließt die 371 km lange Ems von Warendorf über Emsdetten bis Rheine und durchquert dabei die herrlichen Emsauen. Die Ems, übrigens Deutschlands kleinster Strom, gilt als problemlos befahrbar und bietet dabei ein herrliches Naturerlebnis. Auch Einsteiger werden auf der Ems echtes Kanuvergnügen erleben.

Neben vielen ländlichen und sehr naturnahen Abschnitten führt die Ems auch immer entlang verschiedener Innenstädte. Einen Besuch sollten Sie sich im Rahmen einer Kanutour nicht entgehen lassen. Warendorf und Telgte mit ihren wunderschönen historischen Ortskernen, die lebendigen Städte Emsdetten, Greven und Rheine sind mehr als einen Zwischenstopp wert.

Dr. jur. Holger Rostek
Fachanwalt für Strafrecht

Dr. jur. Lutz Klose
Fachanwalt für Strafrecht

Peter Rostek
Fachanwalt für Strafrecht

Katja Floegel

Jan-Christian Hochmann

Dr. Rostek

Dr. Klose

Partner GbR

Rechtsanwälte

Laufend gut beraten!

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

A. BOCKSTETTE

BORGHOLZHAUSER AUTOVERTRIEB

**Teutoburger Straße 27
33829 Borgholzhausen**

Tel.: 05425 / 930303

Fax: 05425 / 5005

www.autohaus-bockstette.de

AB

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

Erste-Hilfe-Ausbildung für Laufanfänger des LC Solbad

(aus dem Haller Kreisblatt)

Borgholzhausen (KB). Es passiert eher selten, doch völlig ausschließen kann man ihn nicht – den Notfall während einer Trainingseinheit im Wald. Im Rahmen eines Anfänger-Laufkurses frischten jetzt 22 Teilnehmer und Betreuer des LC Solbad ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse in der Gemeinschaftspraxis von **Dr. Hans Scheller** auf. „Es gibt vereinzelt Fälle, wo jemand beim Training einfach umfällt“, erklärte Dr. Scheller zu Beginn der Fortbildung in dem Warteraum der Praxis. Nach Absetzen eines Notrufs könne der Ersthelfer lebensrettende Maßnahmen bis zum Eintreffen des Notarztes durchführen. Unter sachkundiger Anleitung drehten die Teilnehmer daher beherzt freiwillige Probanden in die stabile Seitenposition, übten die korrekte Pulskontrolle und hauchten dem medizinischen Dummie die lebensspendende Atemluft bei der Herz-Lungen-Wiederbelebung ein. „Das Laufen nach gesundheitlichen Aspekten steht bei dem Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger im Vordergrund“, betonte **Martina Kölsch**,



Lebensrettende Maßnahmen: Unter der Anleitung von Dr. Hans Scheller frischten Laufneulinge und LC-Betreuer ihr Wissen rund um das Thema Erste Hilfe auf.

medizinische Fachangestellte und Lauftreffobfrau beim LC. Vor der ersten Trainingseinheit stand daher zunächst die Gesundheit der Laufneulinge auf dem Prüfstand. In einem Gesundheitsbogen mit Fragen zur allgemeinen Fitness wurden auch körperliche Beschwerden und mögliche Herz-Kreislauf-Probleme abgefragt. „Das ist eine klasse Truppe“, lobte Kölsch die große Motivation der Läufer im Alter von 36 bis 64 Jahren, die den über zehn Wochen laufenden Schnupperkurs absolvieren. Durch die individuelle Betreuung beim wöchentlichen Lauftraining liege das Kurzziel, eine 30- oder wahlweise 40-minütige Laufeinheit ohne Pause für die Laufanfänger, schon nicht mehr in weiter Ferne.



Heinrich Barteldrees

FRUCHTSAFTKELTEREI

*Fruchtsäfte fördern
die Gesundheit!*



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

LEICHTATHLETIK: Rang 3 im »Mixed«

Schnelle LC-Marathonstaffel

Borgholzhausen (cwk). Bei der traditionellen Beckumer Marathonstaffel (fünfmal 8440 Meter) kämpfte der LC Solbad Ravensberg um den Sieg im Mixed-Wettbewerb mit. Am Ende sprang mit 2:39:54 Std. der 3. Rang hinter dem starken Team »TigerBär und Freunde« (2:39:30) und der DJK Gütersloh (2:39:49) heraus.

Startläuferin des LC war **Victoria Willcox-Heidner**, die mit 34:34 Min. die siebtbeste Frauenzeit lief. Ihr folgten **Jörn Strothmann** (30:22), **Antje Strothmann** (36:50) und als schnellster Solbader **Dirk Strothmann** (28:50), der an seinen neuen Vereinskollegen **Houcine Fakrouni** übergab. Letzterer kam auf der fünften Teilstrecke noch bis auf fünf Sekunden an die zuvor schon um sieben Minuten enteilte DJK Gütersloh heran. Gewertet wurden 22 Mixedstaffeln – und insgesamt 55 Teams, von denen der LC Fünfter wurde.

Solbads weiblicher Nachwuchs wurde Klassenvierter beim Mini-Marathon (drei Läuferinnen à 1407 m). **Sarah Strothmann** (W9), ihre Schwester **Lisa** und **Tabea Ahnen** (beide W12) belegten in dieser Reihenfolge die Einzelwertungsplätze 8, 11 und 14.

Foto oben: Tabea Ahnen auf Lisa Strothmann - Beide kamen zusammen mit Startläuferin Sarah Strothmann auf Platz 4 bei den Schülerinnen über 3x1,4km.

Foto unten:

Dirk Strothmann schickt Houcine Fakrouni auf die Schlussetappe.

v. Claus-Werner Krefit/Fotos: Antje Strothmann



Wer
weiß,
was er
will,
will ihn.



GE BR | **SPECKMANN**

Industriestraße 1 | 33829 Borgholzhausen
T. (05425) 62 22 | www.gebr-speckmann.de

Speedskating - Doppelsieg in Isselhorst und drei LM Medaillen in Duisburg

v. John Gerhards

Markus Pape hat das Inlinerennen über 9,2 km in Isselhorst vor seinem Teamkollegen **Jörg Wecke** gewonnen. Vierter wurde **Dirk Rüter** vor **Leon Roos**. Am nächsten Morgen beim Duisburg Marathon war Leon Roos bester Solbadskater. Er kam als Elfter ins Ziel und wurde NRW-Landesmeister der Junioren A. Rüter holte Bronze in der M40 und landete auf Gesamtplatz 16, während Jörg Wecke in 1:18:53 als Zwanzigster das Rennen beendete.

Karolina Kierzkowski überzeugte erneut mit 1:19:06 als Dritte im Damenrennen und darf sich zusätzlich über Silber in der LM-Wertung freuen.

Pech hatte **Janine Vetter**: im ersten Rennen nach ihrer Babypause wurde sie in Isselhorst durch einen Sturz ausgebremst und musste das Rennen vorzeitig beenden. Von den neun Solbader Skatern, die in Isselhorst dabei waren, nahmen vier am 15. Duisburger Inline-Marathon teil, der damit zum ältesten und einzigen Marathon in NRW geworden ist, an dem die Speedskater noch teilnehmen dürfen. Auf dem anspruchsvollen verwinkelten Stadtkurs sind zwar keine Bestzeiten möglich, und auch mit der Zielankunft im Stadion haben manche ihre Schwierigkeiten. Dennoch wäre es schade, wenn auch dieses Rennen von der Bildfläche verschwinden würde.

Gleiches befürchtete man in Isselhorst. Längst werden im Inlinebereich nicht mehr die Teilnehmerzahlen von vor zehn Jahren erreicht. Dennoch ist das Rennen eine Bereicherung und auch für Zuschauer abwechslungsreich und interessant, vor allem wenn - wie am Samstag das Wetter mitspielt.



Ergebnisse und Zeiten im Detail:

15. Rhein-Ruhr-Inline-Marathon in Duisburg:

- 11. Roos, Leon Sebastian 1:14:08 (1. JunA LM)
- 16. Rüter, Dirk 1:14:20 (3. M40 LM) 20. Wecke, Jörg 1:18:53 61. Gerhards, Johannes 1:33:35
- 3. Kierzkowski, Karolina 1:19:06

Isselhorster Nacht Inlinerennen über 9,2 km

- 1. Pape, Markus 15:49,0
- 2. Wecke, Jörg 15:52,0
- 4. Rüter, Dirk 16:02,3
- 5. Roos, Leon Sebastian 16:07,5
- 9. Niemann, Ralf 18:51,4
- 11. Gerhards, Johannes 18:57,4
- 13. Schlingemann, Baldur 19:09,1
- 15. Haase, Matthias 20:42,4
- 23. Haase, Alexander 30:54,1



LEICHTATHLETIK:

Damian Janus und Sabine Engels vorn dabei Altkreis mischt bei Isselhorster »Nacht« mit

Isselhorst/Altkreis Halle (cwk). Die 16. Isselhorster »Nacht«, zugleich zweites Wertungsrennen für die Nightcup-Laufserie 2014, brachte zwei herausragende Altkreis-Ergebnisse: Damian Janus vom LiVe-Lauftreff in Versmold gab sich nur dem OWL-Spitzenduo Amanal Petros und Elias Sansar geschlagen und bei den Frauen beeindruckte die Solbaderin **Sabine Engels** als Zweite hinter der Titelverteidigerin Melanie Genrich (DJK Gütersloh).

Der Pole Damian Janus stellte erneut sein Talent unter Beweis und blieb mit 29:28 klar unter der 30-Minuten-Marke. Sein Rückstand auf den erst 18-jährigen Sieger Petros (28:09) hielt sich in Grenzen; immerhin hatte sich der zweifache Deutsche Jugendmeister, der bekanntlich sein erstes Rennen im Altkreis – beim Oesterweger Feuerwehrlauf 2012 – bestritt, erst Mittwochabend in Koblenz auf exzellente 14:10,70 Min. über 5000 m gesteigert.

Die Plätze 10 und 11 im Feld der 475 männlichen Finisher teilten sich zwei zeitgleiche Solbader: **Houcine Fakrouni**, LC-Neuzugang aus Marokko, und der wieder gut in Schwung gekommene M40-Senior **Jörn Strothmann** liefen nach 32:12 Min. Seite an Seite über die Ziellinie. Als Dreizehnter knüpfte **Henning Weßling** (LC Solbad, M45) an sein gutes Vorjahrsergebnis an; auch Vereins- und Klassenkollege **Udo Bonin** schaffte noch den Sprung in die Top 20. Für **Sabine Engels** setzt sich eine traumhafte Saison fort: Der überlegenen W45-Klassensiegerin, die schon vor zwölf Monaten als Gesamtdritte überzeugt hatte, gelang auch zeitlich eine Verbesserung – von 36:24 auf 35:42 Minuten. Ihre Chancen in den Klassenwertungen nutzten vom LC auch **Doris Potthoff** (2.W50) und, trotz gerade erst überstandener Strapazen bei den Riesenbecker »Six-Days«, **Marianne Niemann** (1.W60).

Dreifacherfolg der LC-Frauen am Kloster

Marienfeld/Altkreis Halle (cwk). Er war der jüngste, aber auch der schnellste Läufer in der Spitzengruppe: Paul Moritz Hundeloh, 16-jähriger Handballer vom TuS Brockhagen, wurde überraschend Gesamtsieger beim 8. Marienfelder Klosterlauf über ca. 7,5 km. Am Ziel hatte er sechs Sekunden Vorsprung vor dem drei Jahrzehnte älteren Wiedenbrücker M45-Senior Christian Horn. Hundeloh nutzte seine Chance, die sich nach dem Startverzicht von fünf der sechs führenden Nightcup-Absolventen bot. Insgesamt beendeten nur knapp 250 Aktive (darunter 67 Frauen) das bei regnerischem Wetter ausgetragene dritte Wertungsrennen des Cups. In die Top Ten liefen auch

die Solbader **Udo Bonin** (6.) und **Oliver Lambrecht** (7.).

Bei den Frauen feierte der LC einen Dreifacherfolg: **Sabine Engels**, die im Halbmarathon die westfälische W45-Bestenliste 2014 anführt, setzte ihre beeindruckende Saison fort und lief zwei Sekunden vor **Ilona Pfeiffer** ins Ziel. Pfeiffer baut sich nach Verletzungsproblemen erst wieder auf und greift derzeit noch nicht mit vollen Ambitionen an. Ihre W35-Klassenkollegin **Heidi Bowenkamp** folgte mit 50 Sekunden Rückstand auf Rang 3 und die dominierende W60-Seniorin **Marianne Niemann** wurde Achte.

Bahnlauf

Steigerung um rund fünf Sekunden: Im Rahmen der Münsterlandmeisterschaften in Ahlen lief **Jessica Geisemeier** (LC Solbad Ravensberg) die 1500 m in 5:15,53 Min. und schaffte damit den Sprung in die aktuelle westfälische U20-Saisonbestenliste. Im männlichen Jugendrennen, das anfangs leider »verbummelt« wurde und deshalb nicht die erhofften Zeiten brachte, waren drei Schützlinge von LC-Trainer

Horst Hammer am Start: Pascal Birke 4:29,31 Min., **Robert Schmidtke** (beide U18) 4:35,02, **Jan Geisemeier** (U20) 4:35,79.

Birke Jahrgangsbester Jugend-Westfalentitelkämpfe

Borgholzhausen (cwk). Die relativ weite Anreise des LC-Lauftrios zu den Westfälischen Jugendmeisterschaften wurde mit einer neuen persönlichen Bestmarke belohnt: Im siegerländischen Kreuztal blieb **Pascal Birke** (U18) mit 4:18,66 Min. knapp unter seiner in Brackwede vorgelegten Marke (4:18,91) und belegte hinter starker Konkurrenz den 6. Rang.

Über 800 m wurden in Kreuztal drei Zeitläufe gestartet. **Robert Schmidtke** gewann sein Rennen mit 2:09,31 Min. vor dem Bielefelder Matthias Koch und kam in der Gesamtwertung aller 18 Teilnehmer auf den 13. Platz. Im fünfköpfigen 1500-m-Feld der weiblichen U20 lief **Jessica Geisemeier** mit 5:17,46 Min. dicht an ihre Bestmarke (5:15,53) heran und wurde Vierte.

ALKOHOLFREI

SEIT 1863
BRAUEREI STRATE DETMOLD

Detmolder Pilsener
Echt handgebraut

ALKOHOLFREI

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

RTF Termine Juli 2014			Punkte
RTF- Nr.	Km	Titel/ Ausrichter	
Datum		Startzeit/ Ort	
LV	Zusatz		
RTF-Nr.3336	154/112	29. Maximiliantour Radteam Hamm e.V.	1/2/3/4
05.07.14	75/45	Freiherr-v.- Stein- Gymnasium, Karl-Koßmann-Str. 2	
		10:00 -12:00 Uhr	
NRW	GPS/S	Horst Pröpper 02381-84620	
RTF-Nr.3349	152/121	28.Haller Berg und Talfahrt, RC Teuto Halle/Westf.e.V.	1/2/3/4
06.07.14	81/42	Sporthallen - Berufskolleg / Busbahnhof, Bahnhofstr.	
		8:00 – 10:00 Uhr	
NRW	GPS/S	Frank Müller,0176-61009720	
RTF-Nr.3380	155/115	„Durchs Delbrücker Land“, RSC MSC Mastholte e.V.	1/1/2/3/4
13.07.14	78/42/25	Sportheim Mastholte, Brandstr.	
		8:00-10:00 Uhr	
NRW	S	Jörn Kathmann05241-232726	
RTF-Nr.3390	153/118	Durch das Tecklenburger Land, RSV Concordia Lengerich e.V.	1/2/3/4
19.07.14	75/48	Stadion- Preussen-Lengerich,Münsterstr.	
		9:00-11:00 Uhr	
NRW	S	Clemens Hehmann05405-8155	
RTF-Nr.3407	151/111	27.Iserlohner Radtouristikfahrt/ Polizei-SV Iserlohn e.V.	1/1/2/3/4
20.07.14	71/41/24	Grundschule Kalthof, Leckinger Str. Iserlohn-Kalthof	
		8:00-10:00 Uhr	
NRW	GPS/S	Peter Rentel 02374-3481	
RTF-Nr.3411	155/115	36. Engteraner Wadenkneifer, TuS Engter 1925 e.V.	1/2/3/4
26.07.14	75/50	Sportzentrum Heidedamm, Engter	
		9:00- 11:00 Uhr	
NDS		Wolfgang Furche 05461-63504	
RTF-Nr.2427	154/112	Bad Rothenfelder Bäder-RTF, RVTeutonia 07 Aschendorf e.V.	1/2/3/4
27.07.14	75/48	Heristo Sportpark an den Salinen, Wiekstr.	
		8:00-10:00 Uhr	
NDS		Dirk Meyer zu Theenhausen 05424-4262	
RTF- Nr.		BundesradSPORT (BRT) Treffen Sonderveranstaltungen	
3430 (BRT)		Norbert Schnitzmeier – 0231 / 59 46 06	
27.07.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3433 (BRT)			
28.07.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3434 (BRT)			
29.07.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3435 (BRT)			
30.07.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3436 (BRT)			
31.07.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3437 (BRT)			
01.08.14		BRT Tour Werne siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014, Seite 219	
3441 (BRT)			
02.08.14		Schlussveranstaltung BRT 2014 Rund um Werne	
		siehe gesonderte Ausschreibung	
		RTF Kalender 2014 Seite 219	
		Die BRT Touren finden alle in Werne am Kirchplatz statt.	
		Als RTF Touren auf Seite 140 -141 ausgeschrieben	
		Startzeiten RM/CD/S 7-11:00 Uhr	
		Alle anderen RTF Startzeit 8 – 10:00 Uhr	

RTF.- Splitter

v. Günter Schillings

Radtour mit dem LC Solbad

Liebe LC-er

In der Vergangenheit bin ich öfter angesprochen worden, ob ich auch mal eine Radtour für nicht „so ambitionierte Radler“ anbieten könne.

Viele Strecken habe ich ausprobiert und möchte nun eine Radtour durch unsere schöne Landschaft, Richtung Marienfeld anbieten. Der Treffpunkt wäre der Parkplatz unterhalb von Storck, wo auch der Lauftreff startet. Von hier geht es dann über den Maschweg, Pappelweg über Brockhagen, Richtung Marienfeld zum Landcafé „Hühnerstall“.

Das Café ist sehr schön in die Landschaft eingebettet, liegt an einem kleinen Bach und lädt zum Verweilen ein. Leckerer Kaffee und Kuchen sind Ehrensache. Über Landschaftswege fahren wir dann zum Ausgangspunkt nach Halle zurück. Die Gesamtstrecke beträgt je nach Ausführung ca. 35 bis 40 Km wobei nach ca. 20 Km das Café erreicht wird. Ich werde versuchen, ein Begleitfahrzeug zu organisieren, um auch unterwegs eine Pause mit Verpflegung anzubieten. Wer also Interesse an dieser Tour hat, kann sich bei Sabine Lünstroth im Büro oder bei mir melden. **Treffpunkt am 12. Juli um 13:00 Uhr bei Storck.**



Rund um Bünde

Beim Radrennen am 15.06. „Rund um Bünde“ im Ortsteil Bruchmühlen belegte Lukas Riepe in der Klasse U13 mit einem überlegenen Sieg den 1. Platz. Beim Start zum 14 Km langen Rundrennen, eine Runde 1750 m, reihte sich Lukas an die 3. Position ein, um dann bis zum zweiten Platz vorzufahren. Lukas hielt sich an die Vorgabe mit Köpfchen zu fahren, blieb bis zur 4. Runde an seiner Position um dann zur Mitte der 5. Rund die entscheidende Attacke zu starten. Er fuhr ein sehr beherztes Rennen, baute seine Führung immer weiter aus, um am Ende mit 14 Sek. Vorsprung das Rennen für sich zu entscheiden. Er benötigte für die Strecke 25:10 Min., das ist ein Durchschnitt von 33,377 Km/h. In der Spitze waren bis über 40 Km/ zu verzeichnen. Ein sehr hohes Tempo für die Jungens und die Mädels. Lukas freute sich nicht nur über seinen Sieg, sondern auch darüber, dass ich ihn beim Rennen beobachtet habe. Ich glaube das hat ihn motiviert. Er hatte sich das gewünscht weil wir schon viel zusammen trainiert haben und Lukas nun zeigen wollte was er drauf hat. Am Tag vorher, bei der „Nacht“, hat er bei den Schülerläufen das Besenfahrrad „gemacht“.



Zweirad Thomas



**Fahrräder & Zubehör
Handel & Service**



Giant, Schauff, Kreidler, Da Silva, Batavus, Pucky

Inh. Thomas Plassmann · Halle-Hesseln am Sportplatz

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

Täglich geöffnet von 10⁰⁰ - 19⁰⁰ · Mittwochs von 14⁰⁰ - 19⁰⁰ · Sa. 9⁰⁰ - 13⁰⁰

Runden statt Bahnen | 10. SPARKASSEN-TRIATHLON: Schwimmen geht erstmals im Naturbad über die Bühne

(HK)

Im Mai 2013 kam dem Vermolder Sparkassen-Triathlon das Schwimmen abhanden. Wegen des Umbaus des Freibads zum Naturbad mussten sich die Starter aufs Laufen und Radfahren beschränken, die Veranstaltung mutierte für dieses eine Mal zum Duathlon. Bei der zehnten Auflage am 17. August dürfen sich die Athleten wieder auf die gewohnte Startdisziplin freuen.

Dabei wird es am letzten Sonntag in den Sommerferien zugehen wie an einem Badesee. „Erstmalig gibt es einen Freiwasserstart“ erklärt **Udo Lange**, Triathlonsprecher beim ausrichtenden LC Solbad Ravensberg, das Prozedere. Die Gegebenheiten eines Naturbads machen es nötig, dass pro Startgruppe 15 Schwimmer zunächst einen Sprint im Flachwasser hinlegen, um anschließend im vierbahnigen Schwimmbecken die 500 Meter der Sprintstrecke beziehungsweise die 1000 Meter der Kurzstrecke in Angriff zu nehmen. Ein Start vom Startblock entfällt. Ebenso werden beim 10. Vermolder Triathlon keine Bahnen mehr geschwommen. Stattdessen dienen Bojen als Markierung für einen Rundkurs, der zirka 140 Meter lang ist und entsprechend der Triathlondistanz dreieinhalb oder sieben Mal durchquert werden muss. Besonders an den Markierungspunkten könnte es Engpässe geben. „Wer sich aus der Hauerei heraushalten möchte, muss außen schwimmen“, sagt LC-Vorsitzender **Hubert Kaiser**. Dafür müssen in diesem Fall in der Summe einige Meter mehr in Kauf genommen werden. Haben die Triathleten die Schwimmstrecke absolviert, geht es durch das Flachwasser zurück und anschließend ins benachbarte Parkstadion, wo in der Wechselzone die Rennräder stehen. Anmeldungen für den Sparkassen-Triathlon sind unter www.lcsolbad.de möglich. Im Angebot ist neben Sprintdistanz (500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren, fünf Kilometer Laufen) und der Kurzdistanz (1000 – 40 – 10) ein Staffeltwettbewerb. Der erste Start am 17. August erfolgt um 10 Uhr. Die letzten Athleten dürften gegen 14 Uhr auf die Strecke gehen. Der LC Solbad rechnet laut Hubert Kaiser mit 300 bis 400 Teilnehmern und kann am Veranstaltungstag auf rund 100 Helfer zählen. 2015 geht der Vermolder Triathlon wieder im Mai über die Bühne. Der diesjährige August-Termin bleibt wegen der Naturbaderöffnung eine Ausnahme.



ZEITPLAN

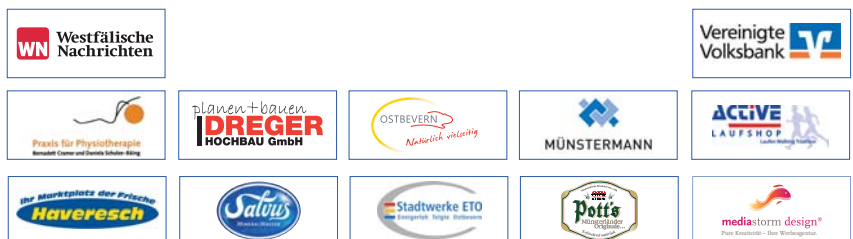
14.45 Uhr	2.000 m - WN Schülerlauf
15.15 Uhr	400 m - Bambini-Lauf
15.30 Uhr	5.000 m - Laufen 7.000 m - Walking / Nordic Walking
17.00 Uhr	Halbmarathon - Laufen mit Kreismeisterschaften LA-Kreis Münster / Warendorf
17.30 Uhr	10.000 m - Volksbank-Lauf (1. Wertungslauf für VB-Cup Serie)

10. Volksbank-Bever-Lauf

1. Lauf der Volksbank-Cup Serie 2014

Samstag, 09. August 2014 ab 13.45 Uhr

Beverstadion Ostbevern





Toller Ausflug zur Team-Europameisterschaft

Sonntag 22. Juni reiste eine Gruppe von vielen jungen Nachwuchs-Athleten des LC mit Begleitung zum internationalen Leichtathletik-Ereignis in die „Löwenstadt“ nach Braunschweig, wo die Europameisterschaft der Nationalteams ausgetragen wurde.

Mit der Bahn ging es ab Melle via Niedersachsen-Ticket nach Braunschweig ins modernisierte und renovierte Eintracht-Stadion. Unter anderem wurden neue Tribünen gebaut und die Tartanbahn strahlte in neuem Blau.

Auf der Südtribüne hatten wir gute Aussichten ins Stadionrund, unter anderem konnte man hier besonders den Kugelstoß der Frauen, den Speerwurf der Männer und den Stabhochsprung hautnah erleben. Es fanden ausschließlich Endkämpfe in 20 Disziplinen für Männer und Frauen statt.

Insgesamt war eine tolle Stimmung im Stadion und es war schon faszinierend, die europäische Leichtathletik-Elite zu erleben, insbesondere auch für unsere Schüler **Tarik, Henri, Annalena** und die **Strothmann-Schwestern**.

Die Mannschaft ist der Start, das war das Motto der deutschen National-Auswahl. Mit einer insgesamt geschlossenen Leistung hat das DLV-Team zum zweiten Mal nach 2009 die Team-Europameisterschaft gewonnen.

Zehn Einzelsiege und starke Leistungen durch die Bank gaben den Ausschlag: Mit 371 Punkten hat Deutschland bei der Team-EM Favorit Russland (359,5 Punkte) und Frankreich (295) in die Schranken gewiesen. „Wir haben uns einen Traum er-

füllt“, sagte DLV-Cheftrainer Idriss Gonschinska zu diesem glanzvollen Auftritt. Es ist das zweitbeste Punkteergebnis, das je bei einer Team-EM erzielt wurde. Nur die Russen waren 2011 besser. Insbesondere Kapitän Robert Harting war der große Motivator der deutschen Mannschaft und überragte auch als erneuter Diskuswurf-Sieger. Möglich gemacht hatte den Ausflug zu diesem herausragenden Leichtathletik-Ereignis im Lande der Förderverein des LC Solbad Ravensberg, bei dem sich die Schüler, Jugendlichen und Begleiter recht herzlich bedanken.

**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

www.getraenke-steiner.de

Gaaaaaaaaaaaaanz dicht dran!

Am Sonntag, 22.06. war ich mit dem LC Solbad in Braunschweig zur Europameisterschaft der Nationen. Der LC Solbad hatte uns Kinder und Jugendliche eingeladen und 20 Teilnehmer haben sich mit dem Zug auf den Weg gemacht.

Das war vielleicht eine Stimmung im Stadion als wir ankamen!

Dort liefen schon spannende Wettkämpfe. Beim Speerwurf gewann auch gleich der Deutsche Andreas Hofmann. Damit lag die deutsche Mannschaft in der Gesamtwertung auf Platz 2, kurz hinter dem russischen Team. Und es ging den ganzen Tag so weiter, immer gab es was zu Sehen. Auch beim Kugelstoßen gingen 12 Punkte nach Deutschland dank Christina Schwanitz.

Wir Kinder haben uns unten an die Bande gestellt und konnten die Gewinner bei ihren Ehrenrunden abklatschen und aus der Nähe sehen. Beim 3000 Meter Hindernis Lauf wurde Martin Grau 2. Das war cool wie die Athleten durch den Wassergraben gerannt sind. Ich habe auch gleich Friedhelm gefragt, ob wir im Ravensberger Stadion auch so einen Wassergraben bekommen, damit wir das auch trainieren können.

Betty Heidler gewann den Hammerwurf und kam zum Abklatschen vorbei!

Am Spannendsten waren für mich die Läufe, weil das auch meine Lieblingsdisziplin ist. Da bebte die Bahn als die 800m der Männer gelaufen wurden. Timo Benitz gewann in 1:46,24 Minuten nach einem fantastischen Sprint.

Höhepunkt war natürlich Robert Harting. Boah hat der den Diskus weit geworfen! Mit 67,42 Metern feierte der Olympiasieger seinen Erfolg, hat aber sein Shirt heile gelassen. Und auch ihm konnten wir alle die Hand geben. Ein richtig netter Kerl.

Jetzt waren wir auch ganz dicht an Russland dran und es kam der 3000 Meter Lauf der Herren, den Richard Ringer in 7:50,99 Minuten mit neuer Bestzeit gewann. Durch den Sieg der Damen im Weitsprung, dem 2. Platz der Damen Staffel und als Letztes, der Gewinn der Herren Staffel, haben wir es geschafft mit 371 Punkten vor Russland 359,5 und Frankreich 295 Punkten zu gewinnen.

Wir sind Europameister und der LC Solbad war dabei! Vor der Siegerehrung gab's noch viele Laolawellen, das war cool.

Tja und dann ging's wieder zum Bahnhof und mit dem Zug nach Hause. Es war ein tolles Erlebnis, solche Spitzenleichtathleten einmal live zu erleben. Das Stadion war Klasse, eine tolle Atmosphäre durch die vielen Zuschauer.

Danke noch mal an Friedhelm und Antje die diese tolle Fahrt für uns organisiert haben.

v. Henri Stahnke



Henri Stahnke klatscht Robert Harting ab

Wir freuen uns auf Sie!

Hereinspaziert

in unser Café oder auf die Gartenterrasse mit besonderem Ambiente

- leckere Gebäck- und Lebkuchenspezialitäten
- ausgesuchte Torten
- herrlicher Kaffee und herzhaft westfälische Spezialitäten

- Läufer sind herzlich eingeladen

Bei Einkäufen in unserem Hause erhalten LC-Mitglieder bei Vorzeigen der Mitgliedskarte 5%-Rabatt.

Öffnungszeiten des Ladencafés: Montag bis Freitag 08.30 – 18.30 Uhr · Samstag: 08.30 – 13.00 Uhr · Sonntag: 14.00 – 18.00 Uhr
H. Schulze Ladencafé GmbH, Freistraße 23 in 33829 Borgholzhausen

LEICHTATHLETIK:

Marianne Niemann Klassensiegerin

Altkreis Halle (cwk). Bei den »Six-Days«, einem vom SV Teuto Riesenbeck veranstalteten Etappenlauf im nördlichen Münssterland, kamen nicht weniger als 558 Finisher in die Wertung – unter ihnen auch sechs Läuferinnen und acht Läufer aus dem Altkreis Halle.

Die insgesamt fast 140 km lange sportliche Herausforderung verteilte sich auf sechs Etappen ohne Ruhetag. Der erste Startschuss fiel vor einer Woche in Riesenbeck, wo am Himmelfahrtstag auch das Ziel erreicht wurde; weitere Startorte waren Ibbenbüren, Tecklenburg, Mettingen und noch mal zwei Ortsteile von Ibbenbüren.

Aus Altkreis-Sicht schnitten drei Frauen am erfolgreichsten ab: Die W35-Klassendritte Heike Schlüter vom Vermolder LiVe-Lauftreff unterbot mit ihrer Gesamtzeit von 9:34:13 das Zehn-Stunden-Limit deutlich und avancierte zur sechstbesten Läuferin. Auf Rang 8 folgte die W50-Zweite **Adelheid Grumbach** vom LC Solbad; ihre Vereinskollegin **Marianne Niemann** (W60) wurde Zehnte und sorgte für den einzigen Klassensieg im heimischen Aufgebot.

Im Feld der 417 gewerteten Männer erreichten zwei M50-Senioren eine zweistellige Platzierung und blieben auch unter zehn Stunden: **Jürgen Bischof** (LC Solbad, 9:28:21) und Ralf Häusler (LiVe-Lauftreff, 9:41:31). In ihrer stark besetzten Altersklasse belegten sie die Plätze 12 und 17.

Greshakes Neubeginn 1,95 m in Bad Oeynhausen

Altkreis Halle (cwk). Der Anfang ist gemacht, die größeren Höhen werden sicher noch folgen: Hochsprung-Altkreisrekordler Sascha Greshake (LC Solbad Ravensberg), den man in den Leichtathletik-Bestenlisten 2013 vermisste, trat jetzt beim traditionsreichen Pfingstmontag-Sportfest in Bad Oeynhausen an.

Dort traf er wie vor zwei Jahren auf den derzeit besten ostwestfälischen »Flopper« Nils Kappeller (LC Paderborn), der das damalige Duell mit persönlicher Bestleistung von 2,12 m und vier Zentimetern Vorsprung gewonnen hatte. Diesmal siegte er mit 2,07 m; als Zweiter musste sich Greshake noch mit vergleichsweise bescheidenen 1,95 m begnügen. Die Zwei vor dem Komma wird aber nur noch eine Frage der Zeit sein.

Zu einem Erfolgserlebnis kam Solbads Nachwuchsläufer **Robert Schmidtke**: In 2:08,81 Min. und mit fast drei Sekunden Vorsprung gewann er das 800-m-Rennen der Jugendklasse U18. **Jan Geisemeier** lief erneut die 1500 m, hatte in der U20 aber leider keinen Konkurrenten und blieb mit 4:41,28 Min. unter Wert.

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

Bäckerei · Konditorei



Genießer gesucht.

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

www.konditorei-welpinghus.de

- ✓ 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.

Liebe SportabzeichenteilnehmerInnen,

die Sportabzeichenaktion des LC Solbad geht in die 17. Saison. Wie gewohnt sind wir wieder bis zum **17. Oktober jeden Freitag von 17:15 Uhr bis ca. 19:00 Uhr im Ravensberger Stadion.**

Wie in den vergangenen Jahren auch, so haben wir für 2014 wieder eine Reihe von Sonderterminen für Aktivitäten ausserhalb des Ravensberger Stadions geplant. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer (gern auch schon zum Saisonstart).

Radfahren für alle Sportabzeichenanforderungen

Samstag, 30.08.2014 um 9:30 Uhr Treffpunkt Bostik-Verwaltung, Borgholzhausen

Samstag, 27.09.2014 um 9:30 Uhr Treffpunkt Bostik-Verwaltung, Borgholzhausen

Schwimmen für alle Sportabzeichenanforderungen

Freitag, 29.08.2014 um 19:30 Uhr Treffpunkt Lindenbad Halle/Westf.

Freitag, 26.09.2014 um 19:30 Uhr Treffpunkt Lindenbad Halle/Westf.

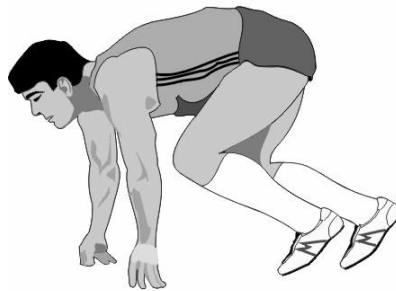
Änderungen vorbehalten!

Bitte meldet Euch zu den Sonderterminen an!!!

Auskünfte und Anmeldungen an Wilhelm Habighorst

Tel: 05428 929680

oder WilhelmHabighorst@t-online.de



Sportabzeichen ist Familiensache

45 Teilnehmer stellen sich beim Aktionstag im Stadion sportlichen Herausforderungen

■ Von Annika Burneleit

Borgholzhausen (WB). Ihre Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination haben die Teilnehmer des Sportabzeichen-Aktionstags des LC Solbad und des Stadtsportverbandes Borgholzhausen am Samstag im Ravensberger Stadion unter Beweis gestellt. Zwischen 14 und 17 Uhr ließen sich dort 45 Sportbegeisterte zwischen fünf und 80 Jahren das Sportabzeichen abnehmen.

»Der Spaß an der Bewegung in Gemeinschaft steht hier im Vordergrund«, erklärte Wilhelm Habighorst, Verantwortlicher für das Abzeichen in Bronze, Silber und Gold in Borgholzhausen. Seit 1998 gibt es den Aktionstag, an dem jeder teilnehmen kann – das Angebot wird rege genutzt. Habighorst: »Sportabzeichen ist Familiensache. Aus diesem Grund haben wir hier eine sehr heterogene Gruppe, die zusammen trainiert.«

Der Kreissportbund Gütersloh hat die Statistiken für die Sportabzeichenaktion in 2013 veröffentlicht. Borgholzhausen kletterte von Tabellenplatz zehn auf Rang sechs im Vergleich der ausgegebenen Sportabzeichen. Von den 12 259 im Kreis verteilten Abzeichen wurden 355 in Pium überreicht. »Leider wird das Sportabzeichen in Borgholzhausen nicht besonders von den Schulen unterstützt«, bedauert Habighorst. Dies erklärt, warum der LC Solbad in der Vereinswertung sogar den ersten Platz belegte.

Die Verleihung des Sportabzeichens findet immer im Februar des Folgejahres statt. Jeden Freitag ab 17.15 Uhr und jeden ersten Samstag im Monat von 10 Uhr bis 12 Uhr können Interessierte im Ravensberger Stadion an ihren Zeiten und Weiten trainieren und

sich die vier benötigten Disziplinen abnehmen lassen. Teilnehmerin Anika Ihlenfeld erzählte, dass sie ihr Sportabzeichen ablegt, da es Spaß macht, so viele Disziplinen gleichzeitig zu absolvieren und dabei relativ ungebunden an Uhrzeiten zu sein. Andere nutzen

diese Möglichkeit, um ihre Fitness zu testen. Passend zum 100-jährigen Bestehen des Sportabzeichens wurden im vergangenen Jahr die Regeln verändert. Nun werden laut Wilhelm Habighorst deutlich mehr Menschen ein Sportabzeichen schaffen.



Das Sportabzeichen begeistert: Nika Grube und Juha Habighorst (von links) beweisen beim 30 Meter-Lauf im Ravensberger Stadion, dass sie die Auszeichnung verdient haben. Foto: Annika Burneleit

LEICHTATHLETIK: Janus eine Klasse für sich | 27-Jähriger gewinnt ungefährdet die Zehn-Kilometer-Distanz

Oesterweg. Mit einem imponierenden Solo-
lauf und der schnellen Zeit von 32:42 Minu-
ten rettete **Damian Janus** die leistungs-



Fotos: Reimering

sportliche Qualität des Oesterweger Zehn-
Kilometer-Hauptrennens, das insgesamt
nicht so stark besetzt war wie in den
meisten Jahren zuvor. **Elmar Remus** lag
mehr als zwei Minuten zurück, bezwang
aber den Vorjahrsieger Murat Bozduman
und komplettierte den Doppelerfolg des LC
Solbad. Bei den Frauen dominierte die Gü-
tersloherin Melanie Genrich. Schwüle Wit-
terung und überforderte Konkurrenz waren
die Gründe dafür, dass Damian Janus sein
hohes Ziel, **Dirk Strothmanns** Streckenre-
kord (32:02 Min./2004) zu brechen, an die-
sem Abend nicht realisieren konnte. „Ich bin
das Rennen zu schnell angegangen“, ana-
lysierte der 27-Jährige nach seinem Debüt
in Oesterweg, „leider fehlten mir auf der
Strecke auch Kilometerschilder zur besse-
ren Orientierung.“ Jedenfalls hatte der sym-
pathische Pole, der aus Waldenburg
stammt und seit vier Jahren in Dissen lebt,
eindrucksvoll signalisiert, welch erhebliche
Verstärkung er für seinen neuen Verein,
den LC Solbad Ravensberg, sein wird. Im
vergangenen Jahrzehnt hatte kein Oester-
weger Sieger einen so großen Vorsprung
herausgelaufen. Seine Einschätzung klingt
selbstbewusst, aber nicht überheblich: „Ich
bin sicher, dass ich noch viel schneller lau-
fen kann als heute.“ Als drittbester Altkreis-
Starter nach Janus und Remus behauptete
sich der Solbader **Henning Weßling** auf
dem siebten Gesamtplatz und unterlag in
der M 45 nur dem Wiedenbrücker Christian
Horn. Achter wurde der junge Überras-
chungssieger vom Marienfelder Kloster-
Run, Paul Moritz Hundeloh vom TuS
Brockhagen – ihm war der U 18-Klassen-
sieg erneut nicht zu nehmen. Auf den Plät-
zen neun und zehn folgten der Ex-Haller

Oliver Mußnug und ein weiterer M 45-Se-
nior des LC, **Udo Bonin**. Mitten im Feld
auch Ralf Gerke (41.), der im Solbad-Trikot
die Oesterweger Feuerwehrlauf-Premiere
vor 27 Jahren gewonnen hatte. Die dreima-
lige Frauenlaufsiegerin **Ilona Pfeiffer** nach
Verletzungsproblemen noch immer weit von
ihrer gewohnten Form entfernt, stellte sich
erneut und wurde immerhin mit einem un-
gefährdeten zweiten Rang belohnt – hinter
der diesmal fast anderthalb Minuten schnel-
leren Melanie Genrich (39:02 Minuten). Die
hatte schon 2014 hier gewonnen. „Das ist
bei mir gar nicht mehr im Kopf abgespei-
chert“, gab sie lächelnd zu. Eigentlich liege
ihr diese Strecke nicht, fügte die 36-Jährige
hinzu: „Es gibt zu wenige Orientierungsp-
unkte.“ Falsch orientiert war übrigens Vor-
jahrsiegerin Stefanie Vergin, die das
Rennen schon nach drei statt vier Runden
beenden wollte, es nach Zurufen dann aber
doch fortsetzte und den dritten Platz vertei-
digte. Einen Klassensieg für den LC Solbad
holte **Dr. Anne-Marie Calder**, wie im Vor-
jahr war sie beste W 55-Seniorin.



Geisemeier-Festival über Kilometer

Oesterweg (cwk). Der Feuerwehr- und
Mannschaftslauf stand fast ganz im Zei-
chen der Läuferfamilie **Geisemeier** mit
ihren 18-jährigen Vierlingen: **Jan** gewann
die Einzelwertung und war am souveränen
Sieg seines Teams beteiligt; Jessica avanci-
erte zur schnellsten Jugendlichen, wurde
mit zehn Sekunden Rückstand auf die
W35-Jungseniorin Heike Schlüter (LiVe-
Lauftreff in Versmold) Gesamtzweite und
führte die »Power-Ladies Geisemeier« zum
überlegenen Mannschaftssieg. Komplettiert
wurde er durch **Janna, Nina** und Mutter
Bettina Geisemeier, die früher zu den bes-
ten Marathonläuferinnen des Altkreises
zählte. Als Dritte lief in Katharina Kloppe
vom SC Peckeloh eine weitere U20-Ju-
gendliche ins Ziel; beachtlich auch der
siebte Rang von Youngster Lea Vahren-
horst (W 13). Das männliche Spitzenquar-
tett setzte sich aus Talenten des LC Solbad
zusammen. Unterwegs schien der noch 15-
jährige **Pascal Birke** gute Chancen auf den
Einzelsieg zu haben; am Ende aber entwi-
ckelte sich ein spannendes Duell zwischen
dem auch noch jugendlich wirkenden LC-
Neuzugang **Houcine El-Fakrouni** (24) und
seinem im Finish etwas stärkeren Team-
kollegen Jan Geisemeier. Auf den Plätzen
drei und vier ließen auch **Birke** und **Robert
Schmidtke** den Vorjahrsieger Christoph
Dingwerth hinter sich; Sechster wurde »Lo-
kalmatador« und Fußballer Nico Flottmann,
zuletzt beim SC Peckeloh und demnächst
wieder bei der SG Oesterweg.



Foto: HK

SCHAEFER

KURIERDIENST & LOGISTIC

33829 Borgholzhausen

24h Service 0171 / 9932580

Sonderfahrten • Messe Express • europaweit

info@kurierdienst-schaefer.de - www.kurierdienst-schaefer.de

LC Solbad Ravensberg präsentiert das

10.Piumer Sportabzeichen-Camp

Das Sportabzeichen einmal anders! Für Schüler und Schülerinnen
verwandelt sich das Ravensberger Stadion in Borgholzhausen

vom 8. auf den 9. August 2014



Programm:

Freitag, 08.08.2014

ab 15:30 Uhr Aufbau und Bezug der Zelte
ab 16:30 Uhr Sportabzeichentraining und Abnahme
ab 19:00 Uhr Abendessen
ab 21:00 Uhr Abendprogramm

Samstag, 09.08.2014

ab 8:30 Uhr Frühstück im Ravensberger Stadion
10:00-13:00 Sportabzeichentraining und Abnahme

14:00 Uhr Ende der Veranstaltung

Die Teilnahme am Sportabzeichencamp ist kostenfrei.
Es stehen je 15 Plätze für Mädchen und 15 Plätze für Jungen in einem Mannschaftszelt
zur Verfügung! Bitte rechtzeitig anmelden!!

Auskünfte und Anmeldungen: Cordula Reinhardt Mobil: 0157/79682446

*Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko, eine Haftung des Veranstalters ist
ausgeschlossen!*

Fr.4.7.	5000 m Stadion-Meeting Borgholzhausen
	800 m Schülerläufe u. Mä/Fr. 1500 m
6.7.	Citylauf Münster
11.7.	Abendsportfest Minden, Weserstadion
11.-13.7.	Deutsche Senioren-LA Meisterschaften I u. II Erfurt
Sa. 19.7.	Sudbracklauf Bielefeld
So. 20.7.	Volkslauf Bexterhagen, 5, 10 u. 15 km
25.7.	2. Abendsportfest Minden
26.7.	Bad Pyrmont Landschaftsmarathon mit 21,1 u. 10 km
	Vorankündigungen
1.8.	Ibbenbüren Aasee-Abendlauf
So. 3.8.	1. Trainingslauf Böckstiegel-Strecke Werther
9.8.	Beverlauf Ostbevern, 21,1 u. 10 km
14.08.	Kölken-Cup Einzel-Zeit-Radrennen Hesselteich
17.08.	10. Sparkassen-Triathlon Versmold

Nordseelauf: 7 Etappen in 8 Tagen, vom 21. bis 28. Juni

Auf sieben Etappen und insgesamt 73,5 Kilometern erleben die Teilnehmenden beim 13. EWE-Nordseelauf die besonderen landschaftlichen und kulturellen Reize dieser Region auf gesunde Art und Weise - und im eigenen Tempo. Denn in den vergangenen Jahren hat sich die mehrtägige Laufveranstaltung zu einem festen Termin in den Kalendern vieler Läufer und Walker jeglicher Leistungsstufen etabliert. Die vielen „Wiederholungstäter“, zu ihnen gehörte Ulrich Kansteiner, und auch jene, die zum ersten Mal am Nordseelauf teilnehmen, freuten sich auf abwechslungsreiche Etappen. Am 21. Juni ging es in Esens-Bensersiel los. Der „Achter'n Diek-Loop“ ist gleichzeitig die längste Etappe des 13. EWE-Nordseelaufs. In den darauffolgenden Tagen ging es über drei ostfriesische Inseln. Wangerooge, Norderney und Baltrum zeigen ihre natürlichen und schönsten Seiten. Über Dünenpfade und Wanderwege, durch weißen Sand und entlang der stattlichen Promenaden. Für alle weiteren Etappen überquerten wir dann die Weser. Der Lauf entlang der Wurster Nordseeküste ist geprägt von Marschlandschaften und Salzwiesen. Die Strecke in Bremerhaven führt durch die Havenwelten, vorbei an einigen geschichtsträchtigen Sehenswürdigkeiten, darunter viele alte Segelschiffe. Den Abschluss bildet der „Hamburger Watt-Lauf“. Die Traditionsetappe führt von der Insel Neuwerk nach Cuxhaven quer durch Watt und Priele. **Ulrich Kansteiner** bewältigte als einziger LC-er alle Etappen und wurde in der Altersklasse M 45 Fünfter. Beim abschließenden Wattleuf nach Cuxhaven waren am Start:

Wolfgang Neugrewe 5. M 65 1:07:31 Std.
Gabi Ortner 1:33:14 Std.

●●● 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

Bartling GmbH & Co. KG Haller Weg 4 33829 Borgholzhausen Telefon (05425) 9495-0 Telefax (05425) 7198

Aaron Thieß

Der 13-jährige Schüler Aaron Thieß aus Werther ist als vielseitiges Talent zu beobachten.

Aaron macht viele Leichtathletik-Wettkämpfe und möchte am liebsten alles ausprobieren. „Ich möchte mal Zehnkampf machen“, so Aaron. Angefangen hat alles mit einigen Volksläufen, wo er dann auch den „LC-Spähern“ aufgefallen ist.

Er hat sich in dieser Saison schon sehr stark gesteigert, u.a. in den Disziplinen Hochsprung und Stabhochsprung. Bei den Ostwestfälischen Schüler-Meisterschaften Anfang Juni schaffte er das Triple und wurde Meister im Hochsprung mit 1,54 m, im Diskus wurde er Sieger mit 25,14 m und im Stabhochsprung steigerte er sich von 2,00 m gleich auf 2,40 m. Aber er versucht sich auch mit gutem Erfolg an technischen Disziplinen wie Kugelstoß, (hier nähert er sich der 11 m Marke), Speerwurf, Hürdenlauf und Diskus, Weitsprung sowieso. Dazu kommt, dass er auch noch Triathlon-Wettkämpfe bestreitet, wo er besonders im Radfahren starke Leistungen zeigt.

Aaron hat seinen kleinen Bruder Til infiziert, der seit Anfang des Jahres im Verein trainiert und den er fürsorglich bei Wettkämpfen betreut. (Startpunkt für Weitsprunganlauf bestimmen; und als Aufwärmen für den eigenen Lauf nutzen).

Zu den Hobbys des Schülers der 7. Klasse der PAB-Gesamtschule gehört einfach nur Sport, damit ist Aaron auch gut ausgelastet. Im Winter fährt er noch zum Ausgleich Snowboard und im Sommer Downhill auf der gleichen Anlage des Skihanges in Willingen. Außerdem geht Aaron zum Schlagzeugunterricht (Taktgefühl fürs Laufen?) und spielt in der Band der Musikschule Bielefeld.



LEICHTATHLETIK: Thieß sammelt Titel | Erfolge in Bielefeld und Gütersloh

Borgholzhausen (cwk). Bei zwei am Wochenende ausgetragenen Meisterschaften wurde Nachwuchstalents **Aaron Thieß** (LC Solbad Ravensberg, M13) zum Titelsammler: Samstag siegte er im Bielefelder Stadion Rußheide dreimal bei den Wurf-Kreismeisterschaften; tags darauf gelang ihm auch ein »Triple« bei den OWL-Titelkämpfen der jüngeren Jugendklassen im Gütersloher LAZ Nord.

Hier steigerte er sich im Hochsprung um drei Zentimeter auf 1,54 m und wurde Ostwestfalenmeister vor dem höhengleichen Gütersloher Sven Führtjohann (Bestleistung 1,56 m). Im Stabhochsprung siegte er mit 2,40 m und im Diskuswurf mit 25,14 m; weitere Medaillenplätze belegte er als Kugelstoß-Zweiter mit 10,23 m und als Dritter mit 10,98 Sek. über 60 m Hürden.

In Bielefeld hatte er sich mit 10,87 m im Kugelstoß bereits der Elf-Meter-Marke genähert. Auch beim Diskuswurf (25,27 m) und Speerwurf (27,71 m) lag er vorn; im Ballwurf wurde er mit 49,5 m Zweiter. Die französische Austauschschülerin **Angéle Grandien** (U18) trat auch hier für den LC an – als Kugelstoßzweite mit 9,40 m.



SPEZIALITÄTEN AUS DEM RAVENSBERGER LAND



Glocken-Beune



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

www.glocken-beune.de

Die 39. Nacht von Borgholzhausen

Als Rebecca Partenheimer um kurz vor 23 Uhr die Ziellinie überquerte, da war die 39. Nacht von Borgholzhausen Geschichte. Als letzte von – inklusive Nachwuchsläufen – rund 1800 Startern kam die Rietbergerin ins Ziel. Kurz darauf erleuchtete das Abschlussfeuerwerk den Borgholzhausener Nachthimmel. Der Klassiker in der Lebkuchenstadt hat seinen sportlichen Neustart also bestanden. Beim Hauptlauf über die neue Distanz von zehn Kilometern war ein Detail wie in vielen Jahren zuvor: In dem Äthiopier Taye Damte siegte ein Läufer aus Ostafrika. Die regionale Konkurrenz um Hermannslaufgewinner Elias Sansar hatte das Nachsehen. Auch Frauensiegerin Sophia Salzwedel dürfte den meisten Zuschauern noch nicht bekannt gewesen sein. Die Recklinghausenerin debütierte beim ältesten deutschen Straßenlauf und sprang gleich ganz oben aufs Treppchen. Beste Altkreisläufer waren Damian Janus vom LiVe-Lauftreff in Versmold, der Dritte wurde, sowie die Solbaderin **Sabine Engels** als Zweite. Von der Nacht berichten **Claus Meyer, Heiko Kaiser und Alexander Heim vom Haller Kreisblatt**.

Als Streckensprecher Andreas Menz spät am Abend bei der Siegerehrung seinen Namen aufruft, tritt Taye Damte schüchtern aus dem Pulk der Zuschauer am Kirchplatz, verbeugt sich artig vor den Applaudierenden und steigt dann zu Menz und Nacht-Mitorganisator Andreas Stockhecke auf die Bühne. Hier strahlt er mit Frauensiegerin Salzwedel um die Wette.

Ganz so zurückhaltend ist Damte eine Stunde zuvor nicht ins Ziel gelaufen. Die begeisterten Zuschauer im Zielbereich tragen den Äthiopier förmlich zum Sieg. Als er die Linie überquert, explodiert ein vorbereitetes Feuerwerk und die Uhr zeigt 29:59. Laut offiziellem Ergebnis (30:00,2) ist die Schallmauer auf dem langsamen Borgholzhausener Stadtkurs zwar nicht ganz gefallen. Doch Damte hat auch so der Konkurrenz die Hacken gezeigt. Nach der ersten Runde ist der Vorsprung auf Elias Sansar an der Piumer Sparkassenfiliale schon respektabel. Im Ziel wird der Äthiopier dem Herrmannslauf-Dominator 100 Sekunden abgenommen haben. Der 24-jährige Damte sitzt nach der Zeremonie am Kriegerdenkmal und lässt sich die Fragen von einer Begleiterin ins Amharische übersetzen. Die Nacht von Borgholzhausen hat ihm gut gefallen. „Ich wollte aber etwas schneller laufen“, sagt Damte. Die überrundeten Teilnehmer hätten die Strecke eng gemacht und das Tempo ein wenig gedrosselt.

Damtes Bestzeit über 10 000 Meter steht bei 28:04 Minuten. Unlängst belegte er beim Elitelauflauf in Oelde den achten Platz. Große Ziele hat der Äthiopier für den Frankfurt-Marathon am 26. Oktober. „Den will ich gewinnen“, sagt Damte. Und damit eine Scharte auswetzen: Im vergangenen Jahr musste er in der Mainmetropole aussteigen. Nicht mehr bei der Siegerehrung dabei ist Elias Sansar. „Er trainiert wohl schon für den Münster-Marathon“, witzelt Andreas Menz. Der steht zwar erst in einem Vierteljahr auf dem Programm, gehört aber zu Sansars erklärten Lieblingen.

Für den Dritten Damian Janus vom LiVe-Lauftreff in Versmold bringt die Nacht von Borgholzhausen eine neue persönliche Bestzeit. Nach 32:54,4 Minuten ist der Pole im Ziel. Für die Nightcup-Serie mit fünf Läufen in der Region bedeutet die Bronzemedaille, dass Janus hier nun gute Chancen auf den Gesamtsieg hat. Allerdings braucht er noch ein Ergebnis beim abschließenden Oesterweger Feuerwehrlauf am 27. Juni. Bei der Frauenkonkurrenz hält einmal mehr



Lammerschmidt

QUALITÄT AUS DEM OSNABRÜCKER®



Familienfleischerei seit 1898

jährlich prämiert durch die deutsche
Landwirtschaftsgesellschaft



Hauptstr. 27 • 49326 Melle-Neuenkirchen • Tel: 0 54 28/9 41 50
info@lammerschmidt.de • www.lammerschmidt.de

Sabine Engels vom LC Solbad die heimischen Farben hoch. Ihr zweiter Platz hinter Sophia Salzwedel bedeutet Platzziffer eins in der Nightcup-Serie. Engels ist der Gesamtsieg nun nicht mehr zu nehmen, da sie bei bisher allen vier Läufen in Isselhorst, Harsewinkel, Marienfeld und Borgholzhausen vorne lag und sich jeder Teilnehmer ein Streichergebnis leisten darf. Ihrer Konkurrentin Stephanie Vergin, Dritte bei der Nacht, bleibt der inoffizielle Titel „schnellste Postbotin im Kreis“. Den verleiht ihr Streckensprecher Menz bei der Siegerehrung. Einen Termin sollten sich die Lauffans in der Umgebung schon einmal vormerken: Am 20. Juni 2015 feiert die Nacht von Borgholzhausen runden Geburtstag. Dann geht der Straßenlaufklassiker zum 40. Mal über die Bühne. Und vielleicht wird dann auch wieder Taya Damte auf der Strecke jede Zurückhaltung ablegen – um sich anschließend artig zu verbeugen und den Applaus entgegenzunehmen.

FIRMENLAUF ÜBER 5 KILOMETER

Fußballerin Katharina Kloppe gewinnt / Vereinskollege Nico Flottmann Dritter bei den Herren.

Borgholzhausen (clam). Sie läuft und läuft und läuft. Meistens durchkämmt Katharina Kloppe beim SC Peckeloh das Mittelfeld. Der Fußball-Bezirksligist kann auf die 18-Jährige als feste Größe bauen. Nun feierte Katharina Kloppe bei der 39. Nacht von Borgholzhausen einen Sieg, der keine drei Punkte brachte: Sie gewann die Frauenwertung beim Firmenlauf über fünf Kilometer. Das gelang ihr so überzeugend, dass Solbads Leichtathletiktrainer **Horst Hammer** schon im Zielraum einen Abworbungsversuch startete. „Du spielst nicht mehr lange Fußball“, rief er ihr gut gelaunt zu. Kloppe indes konnte ihre Kolleginnen vom SCP beruhigen: Sie bleibt dem runden Leder treu, was sie kleidungstechnisch mit dem Deutschland-Trikot unterstrich.

Dabei hat sich Kloppe durchaus auch als Langlauftalent entpuppt. In Borgholzhausen hängt sie sämtliche Spezialistinnen ab. Mit ihrer Zeit von 21:02,8 Minuten lag sie 37 Sekunden vor der zweitplatzierten Solbaderin Janna Geisemeier, mit der Kloppe zusammen im Team E+S Softwarelösung antrat. Ein bis zwei Mal pro Woche läuft

Kloppe neben dem Fußballtraining. „Es macht einfach Spaß“, sagt sie zur Begründung. Peckelohs Trainer Erwin Medjedovic lässt sie gewähren. „So lange ich es nicht übertreibe“, sagt Kloppe. Schon in Harsewinkel war sie beim Nachtrennen am Start und wurde über fünf Kilometer Zweite – mit einer etwas schwächeren Zeit als in Borgholzhausen. „Die zehn Kilometer sind mir etwas zu lang“, sagt Kloppe. Als Nächstes steht der Feuerwehrlauf in Oesterweg am 27. Juni auf ihrer Agenda. Ein Noch-Vereinskollege aus Peckeloh rundete den Fußballer-Erfolg beim Fünfkilometer-Lauf ab. Nico Flottmann, in der vergangenen Halbserie Rechtsverteidiger des Landesligisten, wurde bei den Männern in 18:17,8 Minuten Dritter. Im Gegensatz zu Kloppe musste er zwei Spezialisten den Vortritt lassen. Die Solbader **Pascal Birke** und **Jan Geisemeier**, der für E+S Softwarelösung startete, waren jeweils eine knappe Minute schneller als Flottmann, der für das VBG Team 2 lief. Gemein ist allen vier Genannten das jugendliche Alter. Kloppe und Geisemeier starten in der Jugendaltersklasse U 20. Sieger Birke ist als U 18-Läufer sogar noch etwas jünger. Auch Flottmann könnte, sollte er mal die Lust am Fußball verlieren, noch einige Zeit als Leichtathlet angreifen: Er gewann über fünf Kilometer die Altersklasse M 20.



LAUFSPLITTER:

Norbert König muss kurzfristig passen

Ein prominenter Name fand sich nicht in der Ergebnisliste. ZDF-Moderator Norbert König musste seine Teilnahme kurzfristig absagen. In Halle hatte er am Nachmittag noch das Tennis-Habfinale bei den Gerry Weber Open kommentiert, anschließend bekämpfte er eine Infektion mit einem Antibiotikum und hütete das Bett. „Für nächste Woche beim ZDF muss er wieder fit sein“, sagte Nacht-Macher Friedhelm Boschulte.

Wie der Opa, so die Enkeltochter.

Julia Speckmann, Enkelin der Altkreis-Lauflegende **Werner Ahlemeyer**, siegte im Schoolrunning (Altersklasse W 8). Opa Werner, der einst die 10 000 Meter in 30:35 Minuten lief, hatte selbst zu diesem Erfolg beigetragen. Der heute 65-Jährige unterstützte das Lehrerkollegium der Grundschule Gräfin-Maria-Bertha beim Vorbereitungs- und Training auf den Lauf.

Beinahe zu Tränen gerührt

war nach eigenem Bekunden **Hubert Kaiser** bei seiner Ankunft an der Rennstrecke. Der Vorsitzende des LC Solbad Ravensberg machte dem Organisationsteam um **Antje Strothmann** und **Andreas Stockhecke** ein Riesenkompliment: „Sie und die mehr als **100 Helfer** haben eine ganz tolle Arbeit gemacht.“

Tolle Arbeit haben auch wieder die »Klockis« geleistet. Die Nachbarschaft am Klockenbrink organisierte zur 39. Nacht wieder ein Straßenfest, bei dem bis in den frühen Morgen gefeiert wurde. Der Trubel kommt seit mittlerweile 15 Jahren auch den Läufern zugute, die sich neben verbaler Unterstützung auf erfrischende nasse Schwämme am Klockenbrink freuen dürfen. **Eckhard Kleine-Tebbe** vom LC Solbad überreichte zum Dank ein Präsent.



**Mulden- und
Baustoffservice**

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

⇒ **Muldenservice von 3 m³ bis 20 m³**

⇒ **keine Standgebühr bis zu 6 Wochen**

⇒ **kostenlose Schrottsortierung**

⇒ **Minibaggerverleih**

⇒ **schnell und**

⇒ **zuverlässig**

Friedrich Elbracht
Kleekamp 137a · 33829 Borgholzhausen

Die „Nacht von Borgholzhausen“ lebt!

Es war die 39. Auflage der Veranstaltung und doch auch ein Neuanfang. Mit rund 1700 Läufern, 100 Helfern aus eigenen Reihen und viel Begeisterung entlang der Strecken fällt das Fazit positiv aus und richtet sich der Blick schon auf die 40. Austragung am 20. Juni 2015. Der Schritt hin zu einem amtlich vermessenen 10-Kilometer-Hauptlauf hat sich bewährt. Gerade hier erreichten wir steigende Teilnehmerzahlen.

Erst einmal ein herzliches „Danke schön“ an alle (Teilnehmer, Helfer, Sponsoren, die Stadt Borgholzhausen, Anlieger und Zuschauer), die zum Gelingen dieser Lauf-Veranstaltung beigetragen haben! Es war schön zu spüren, dass vielen Menschen in Borgholzhausen die „Nacht“ am Herzen liegt. Alle Sportler, Helfer und Zuschauer, die bis zum Ende durchgehalten haben, wurden mit einem spektakulären Feuerwerk überrascht. Wer das nicht mehr gesehen hat, hat definitiv etwas verpasst!

Bei aller Arbeit, die in der Durchführung einer solchen Großveranstaltung steckt, waren die positive Stimmung schon bei der Vorbereitung, am Veranstaltungstag selbst und auch viele lobende Rückmeldungen ein Lohn für die Mühen. Es hat Spaß gemacht, mit dem neuen Team an der „neuen Nacht“ zu arbeiten und dank der Unterstützung durch unsere „Routiniers“ mussten wir auch nicht komplett bei Null anfangen. Auch seitens der Stadt Borgholzhausen haben wir gute Unterstützung erfahren. Wir haben einen Schritt in die richtige Richtung getan und doch werden wir nicht müde, an weiteren Verbesserungen zu feilen.

Am Samstag, 5. Juli 2014, steigt im Ravensberger Stadion ab 18 Uhr eine Helfer-Fete als spontanes „Danke schön“. Dort gibt es auch noch Gelegenheit, Lob und Kritik anzubringen und Ideen weiter zu entwickeln. Wem noch etwas einfällt, was uns die Vorbereitung für's kommende Jahr erleichtert, was wir einfacher oder besser

v. Antje Strothmann

machen können, kann dies auch gerne per Mail an **Andreas Stockhecke** (Stockhecke.Andreas@freenet.de) richten.






**Montag bis Samstag
von 7:00 bis 21:00 Uhr**

Niehoff

Jammerpatt 2 • Borgholzhausen



Jetzt kostenlos Prospekte anfordern.



Honolulu Marathon 08.12.2013
Reisezeitraum: 04.12. – 11.12.2013
(Ankunft in Deutschland am 13.12.2013)

Weitere Reisettermine möglich!

Üppige Regenwälder mit einmaligen Wasserfällen, palmengesäumte Strände und kristallklares Wasser; in dieser atemberaubenden Umgebung lädt der Honolulu Marathon Sie zu einem der schönsten Marathonläufe der Welt ein.

DIE SCHÖNSTEN LAUFREISEN 2013/14



2013

Rio de Janeiro	07.07.2013	Barcelona	23.03.2014
Gold Coast	07.07.2013	Rom	23.03.2014
Berlin ausgebucht	29.09.2013	Mallorca 1/2	23.03.2014
London 1/2	06.10.2013	Paris	06.04.2014
Chicago	13.10.2013	Wien	13.04.2014
Mallorca	20.10.2013	Two Oceans	19.04.2014
New York City	03.11.2013	Boston	21.04.2014
San Francisco 1/2	03.11.2013	Edinburgh	25.05.2014*
Athen	10.11.2013	Stockholm	31.05.2014*
Istanbul	17.11.2013	San Francisco	15.06.2014*
Florenz	24.11.2013	St. Petersburg	29.06.2014
Honolulu	08.12.2013	Rio de Janeiro	06.07.2014
		Gold Coast	06.07.2014
		Quebec	24.08.2014

2014

Houston	19.01.2014	Laufseminar Runners' World Camp Termine voraussichtlich im Februar/ März 2014. Gerne merken wir Sie dafür schon vor!
Dubai	24.01.2014*	
Marrakesch	26.01.2014	
Malta	23.02.2014*	
New York City 1/2	16.03.2014	
Jerusalem	21.03.2014	

* voraussichtliche Termine

Weitere Reisen
auf gro-co.de

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

Schullauf der Nacht von Borgholzhausen

Borgholzhausen (felix). Wer glaubt, derzeit würden nur in Brasilien sportliche Höchstleistungen gezeigt, der wurde bei der 39. Auflage der Nacht von Borgholzhausen am Samstag eines Besseren belehrt.

Tausende Zuschauer zog es an die Strecke, zu der erstmals seit zehnjähriger Pause wieder der Jammerpatt und die Ravensberger Straße gehörten. Sehr zur Freude der Fans, die sich in Sachen Anfeuerung nicht lumpen ließen und eine Kullisse lieferten, die auch die Teilnehmer des School Runnings motivierte. Und irgendwie gab es bei allen sportlichen Highlights auch schon die Begegnung von Brasilien und den Niederlanden. Wie schon seit vielen Jahren, gab sich nämlich auch bei der 39. Nacht die Band Tapwacht die Ehre und erfreute die Besucher mit ihren launig dargebotenen Arrangements. Doch erstmals erhielten die Niederländer dabei Verstärkung. Denn wann immer Tapwacht Pause machte, griffen die Les Benitas aus Bielefeld zu ihren Trommeln. Sambarhythmus in Pium? Ja, das geht. Und was bereits vor ein paar Wochen die Gäste beim Carnival der Kulturen in Bielefeld erfreute, schuf sich am Samstag auch weitereneue Fans in der Lebkuchenstadt. Erstmals hatte auch Ron van Zijp seinen Stand mit holländischen Spezialitäten auf dem Kirchplatz aufstellen können. Klar, dass sich hier die ein oder andere Leckerei erstehen ließ. Und ebenso klar, dass ein Schildim Stand noch einmal deutlich auf das Geschehen in Salvador gegen Spanien hinwies. Klar im Mittelpunkt aber standen am Nachmittag die sportlichen Aktivitäten, zu denen die Kindergarten- und Schulkinder beitrugen. Ob Bambini, Grundschüler oder ältere Jugendliche – sie alle trafen am Samstag auf rundherum optimale Bedingungen. Ging es für die Bambini dabei vor allem um Erfahrung und Ehre, gab es für die älteren Jungen und Mädchen tolle Preise. Dementsprechend spannend wurde es, als Friedhelm Bo-



schulte gemeinsam mit Jürgen Höcker von der Kreissparkasse und Andreas Stockhecke die erfolgreichsten fünf Klassen im Grundschulbereich ausrief. Mit 20 Teilnehmern hatte da die 4 b der Gräfin-Maria-Bertha-Grundschule die Nase vorn. Auf Platz zwei freute sich die 3 b der Grundschule Künsebeck über den Preis des Haller Kreisblattes, einen Scheck in Höhe von 100 Euro für die Klassenkasse. Platz drei ging an die Klasse 3 a, Platz vier an 13 Kinder der LG B der Grundschule Fünfte wurde die 4 a der Gräfin-Maria Bertha-Grundschule.



ZUM
4. MAL

GANZ
VORN!

**Olafs Laufladen
auf Platz eins**

Kundenfreundlichkeit beim Einkaufen im Test

Quelle: NW, 29. März 2013

8

JAHRE
2005 - 2013

Kompetenz · Beratung · Service · Marken

Münsterstraße 25 | 33330 Gütersloh | Telefon: 0 52 41- 40310 44 | Telefax: 0 52 41- 40310 45
info@olafs-laufladen.de | www.olafs-laufladen.de | Mo. – Fr. 10.00 – 19.00 Uhr · Sa. 9.30 – 17.00 Uhr



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

LAUFEN: Eine seligmachende Tortur

Matthias Landwehr aus Werther läuft am Pfingstwochenende fast 37 Stunden am Stück

Altkreis Halle. Unter seinen Zehen haben sich Bläschen gebildet, in den Oberschenkeln verspürt er auch jetzt noch ein Ziehen. Doch das ist für Matthias Landwehr, Extremsportler des LC Solbad Ravensberg, „kaum der Rede wert, denn das ist ja schon bald wieder weg“. Etwas anderes wird dagegenbleiben: der Stolz, am Pfingstwochenenden den 230 Kilometerlangen Ultramarathon »TorTour de Ruhr« ohne größere Probleme absolviert zu haben.

Monatelang hatte der Wertheraner für das Rennen trainiert. Die intensive Vorbereitung zahlte sich aus: Trotz großer Hitze fühlte sich Landwehr während der 36:55 Stunden, die er für die Strecke von der Quelle der Ruhr bei Winterberg bis zur Mündung in den Rhein bei Duisburg benötigte, immer wohl. Platz 17 unter 76 Startern erreicht zu haben, sei „Wahnsinn“, findet er: „Ich habe nicht eine Sekunde an Aufgeben gedacht und konnte auf den letzten 14 Kilometern sogar noch mal richtig Gas geben.“

Glücklich und stolz ist Landwehr nun. Er staunt aber auch. Der 43-Jährige hatte zuvor bei anderen Ultralangläufen schon vielfältige Erfahrungen gesammelt. Doch die Teilnahme an der »TorTour« hat ihm auf besonders eindrucksvolle Weise verdeutlicht, „was für unglaubliche Kapazitäten wir Menschen haben. Es ist alles eine Frage des Willens“. Am Samstagmorgen um acht Uhr, kurz vor Beginn seiner bis dato größten sportlichen Herausforderung, verspürte Landwehr noch Nervosität. Die legte sich aber schnell, als er mit seinem Laufpartner Sascha Horn aus Melle die ersten Meter hinter sich gebracht hatte. „Gegen Mittag wurde es dann richtig heiß“, berichtet Landwehr von Temperaturen um 35 Grad. Das Team, das die beiden anfeuerte und per Fahrrad begleitete, bewahrte sie mit Wasser, Salzttabletten und Energy-Gel vor dem Dehydrieren. Außerdem gab es mal eine Pellkartoffel, ein Schmalzbrot und etwas Gouda-Käse. Landwehr achtete sehr genau darauf darauf, sich seine Kräfte gut einzuteilen: „Wir sind schön piano gelaufen, so dass der Puls nicht über 140 ging. Aber es waren doch mehr Höhenmeter, als wir gedacht hatten, und deshalb sind wir bergauf



gewalkt.“ So war Landwehr nicht zu stoppen. Weder von den Radfahrern, die in großer Zahl entlang der Ruhr unterwegs waren und zwischenzeitlich für ein ziemliches Gedränge sorgten. Noch von einer Biene. Etwa bei Kilometer 30 verspürte der Wertheraner ein Piekosen am Schienbein. Bei genauerem Hinsehen identifizierte Landwehr an einem der Kompressionsstrümpfe, die er bei seinen Läufen trägt, einen Stachel. Alles halb so wild, denn „ich habe ja auf den Bienenstich nicht allergisch reagiert“. Schlaf gönnte sich Landwehr nicht. Er legte sich an Versorgungspunkten höchstens mal für ein paar Minuten auf eine Isomatte, um seinen Beinen eine kurze Pause zu verschaffen. Dann ging es aber auch schon weiter durch die Nacht, in die er mit einer Stirnlampe etwas Licht brachte. „Zum Glück kam das Unwetter erst in der Nacht danach, sonst hätte das Rennen wohl abgebrochen werden müssen“, sinnierte er. Als Landwehr am Sonntagabend um kurz vor 21 Uhr das Ziel erreichte, siegte das Adrenalin über die Müdigkeit. „Ich war unheimlich glücklich, aber eigentlich ist das, was man da spürt, unbeschreiblich“, sagte er. Schon auf der Heimfahrt im Auto schlummerte Landwehr dann aber selig. Vielleicht hat er dabei ja schon von seinem nächsten sportlichen Abenteuer geträumt: Am 5. Juli will Landwehr bei Groningen in den Niederlanden laufen. Und zwar drei Marathons.



Kurze Pause: Matthias Landwehr und sein Laufpartner Sascha Horn verschrauben bei ihrem Begleiteteam. FOTO: HK

Restaurant
Haus Hagemeyer
Singenstroth

Tanztee

Live mit der Tanzband SUNNYS

Telefon (0 54 25) 9 20 23, Borgholzhausen
www.haushagemeyersingenstroth.de

Trainingstermine Walkinggruppe des LC Solbad Ravensberg

Laufsplitter aus dem Haller Kreisblatt

Zwei Medaillenplätze Halbmarathon in Salzkotten

Altkreis Halle (cwk). Zwei heimische Langstrecklerinnen auf dem Altersklassen-Siegertreppchen des Salzkottener Halbmarathons: Die nicht vereinsgebundene Hallerin Petra Köhne beendete das 21,0975 km lange Rennen nach 1:43:01 Std. als zweitbeste W45-Seniorin; wenig später erreichte **Dr. Anne-Marie Calder** (LC Solbad Ravensberg, 1:43:57) das Ziel. Die 57-Jährige kam bis auf eine knappe Minute an ihre Vorjahrsleistung heran und wurde Klassendritte in der W55.

Schnellste Frau in Gütersloh

Altkreis Halle (cwk). Bei den Laufveranstaltungen des langen Pfingstwochenendes sah man keine Riesenfelder. Auch der Alt-kreis beteiligte sich nur sporadisch; aber es gab doch das eine oder andere interessante Ergebnis. So avancierte Jela Esselmann (LiVe-Lauftreff in Versmold) zur schnellsten Frau beim 46. Gütersloher Pfingstlauf.

Die Hitze sorgte für erschwerte Bedingungen, an Bestzeiten war nicht zu denken. Jela Esselmann reichten 43:35 Minuten, um das Rennen mit großem Vorsprung vor der Gütersloherin Claudia Reimering (44:47) zu gewinnen. Die Versmolder W35-Jungseniorin behauptete sich auf dem 12. Gesamtrang, hatte also nur elf Männer vor sich – unter ihnen der Solbader **Mijo Harambasic** (43:19 Min./10.) als M50-Klassenvierter. Fünf Plätze vor ihm lief der für den TSVE Bielefeld startende Steinhagener Robert Rohregger (40:16/2.M50) ein; auf Rang 17 folgte Jürgen Dieckmann (LiVe-Lauftreff, 2.M45) mit 44:31 Min.

Schon am Freitagabend ging der Oelder Citylauf über die Bühne. Im sogenannten Hauptrennen über 10 km (die afrikanische Elite startet hier immer separat) war der Solbader **Elmar Remus** dabei und belegte als M35-Klassenzweiter den 19. Platz – in 34:31 und mit rund vier Minuten Rückstand auf den Sieger Amanal Petros (30:25).

		Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion
05.08.		Pakrplatz Schützenberg, Halle
02.09.	9.00 Uhr	Parkplatz Tatenhausen (Schloß)
		Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion
07.10.	9.00 Uhr	Wanderparkplatz Bergfrieden, Werther
		Fahrgemeinschaften 8.45 Uhr ab Stadion

		Mittwoch
09.07.2014	19.00 Uhr	ab Parkplatz Tatenhausen gegenüber Schloss-Gaststätte
16.07.2014	19.00 Uhr	Parkplatz am Parkbad Versmold, Caldenhofer Weg
		Fahrgemeinschaften 18.30 Uhr ab Stadion
23.07.2014	19.00 Uhr	ab Parkplatz Gasthaus Bergfrieden, Werther
30.07.2014	19.00 Uhr	Parkplatz Gasthaus Röwekamp, Dissen
		Fahrgemeinschaften 18.45 Uhr ab Stadion
06.08.2014	19.00 Uhr	Parkplatz am Freizeitheim, Hesseltal
13.08.2014	19.00 Uhr	Parkplatz Friedrichshöhe, Steinhagen-Amshausen
20.08.2014	19.00 Uhr	Wanderparkplatz, oberhalb der Hautklinik, Bad Rothenfelde
		Fahrgemeinschaften 18.30 Uhr ab Stadion
27.08.2014		Abschluß des Sommerprogramms
		Ort und genaue Zeit werden noch bekanntgegeben!
03.09.2014	19.00 Uhr	reguläres Training ab Stadion Borgholzhausen

- 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

Kley

Stöwe

Sanitär- und Heizungstechnik



Gas- und Wasserinstallateurmeister

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

Ergebnisse Mai/Juni zusammengestellt von Friedhelm Boschulte

29.5.	Volkslauf Oetinghausen		
	10 km		
6. M 45	Torsten Baltrusch		42:16 Min.
31.5.	Ender Matjes Lauf 10 km		
35 M 50	Detlef May		52:50 Min.
31.05. Isselhorster Nacht 9,2 km			
Fakrouni Houcine	3. M20		32:12 Min.
Strothmann Jörn	2. M40		32:12 Min.
Weßling Henning	3. M45		32:39 Min.
Bonin Udo	6. M45		33:52 Min.
Lambrecht Oliver	5. M20		34:14 Min.
Engels Sabine	1. W45		35:42 Min.
Flottmann Wolfgang	3. M55		38:55 Min.
Stockhecke Andreas	26. M45		39:01 Min.
Deßaules René	16. M20		39:20 Min.
Niemann Ralf	33. M45		41:34 Min.
Diekmann Reimund	23. M50		41:37 Min.
Potthoff Doris	2. W50		41:44 Min.
Oldemeyer Frank	32. M40		41:35 Min.
Kemper Siegfried	4. M60		41:51 Min.
Landwehr Matthias	34. M40		41:55 Min.
Niemann Marianne	1. W60		42:19 Min.
Glück Daniel	34. M50		42:44 Min.
Pfeiffer Ilona	8. W35		43:18 Min.
Schneider Katrin	10. W35		44:12 Min.
Fimmel Jörg	41. M50		45:21 Min.
Deßaules Detlef	5. M60		45:22 Min.
Diekhaus Christine	5. W50		45:54 Min.
Wolf Christopher	41. M20		46:13 Min.
Furtmann Heiko	50. M40		46:15 Min.
Walter Dominik	46. M20		46:47 Min.
Schlie Michael	17. M55		47:01 Min.
Kemper Katharina	14. W20		47:43 Min.
Kreie Daniela	20. W35		47:38 Min.
Ellermann Wilhelm	2. M65		48:43 Min.

Toben Ludger	72. M45	48:40	Min.
Kahl Andrea	17. W50	53:51	Min.
Schlie Katrin	27. W20	54:37	Min.
Grippentrog Kristin	34. W20	57:45	Min.
Oldemeyer Kerstin	38. W40	1:09	Std.
4,2 km			
Stahnke Henri	1. MKU12	17:55	Min.
31.5.	Kreismeisterschaften Bielefeld		
	Aaron Theiß M13		
1.	Ballwurf	49,50 m	
1.	Kugel	10,87 m	
1.	Speer	27,71 m	
1.	Diskus	25,27 m	
1.6.	OWL-Schülermeisterschaften		
	Gütersloh		
	Aaron Thieß M 13		
1.	Hürden	10,98 sek.	
1.	Stabhoch	2,40 m	
2.	Kugel	10,23 m	
1.	Diskus	25,14 m	
8.	Speer	25,19 m	
1.6.	Münsterlandmeisterschaften		
	1500 m mJU18		
2.	Pascal Birke	4:29,31 Min.	
3.	Robert Schmidtke	4:35:92 Min.	
	1500 m MJ U 20		
3.	Jan Geisemeier	4:35,79 Min.	
	1500 m wJ U 20		
3.	Jessica Geisemeier	5:15,53 Min.	
1.6.	Volkslauf Hiddesen		
	10 km		
8. M 45	Torsten Baltrusch	42:49 Min.	
1.6.	Halbmarathon Salzkotten		
1. W 55	Anne-Marie Calder	1:43:57 Std.	



Wir bedrucken, beflocken:



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

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

4. 06. Klosterlauf Marienfeld				
1.	6.	Bonin Udo	3.M45	27:31 Min.
1.	7.	Lambrech Oliver	1.M20	27:45 Min.
1.	8.	Flaschel-Steiniger Lars	5.M45	28:25 Min.
1.	1.	Engels Sabine	1.W45	28:41 Min.
1.	2.	Pfeiffer Ilona	1.W35	28:43 Min.
1.	3.	Bowenkamp Heidi	2.W35	29:33 Min.
1.	34.	Deßaules René	3.M20	30:29 Min.
1.	45.	Stockhecke Andreas	12.M45	31:19 Min.
1.	49.	Flottmann Wolfgang	1.M55	31:32 Min.
1.	51.	Beck Holger	15.M45	31:45 Min.
2.	8.	Niemann Marianne	1.W60	32:15 Min.
2.	81.	Oldemeyer Frank	18.M40	33:07 Min.
2.	85.	Kemper Siegfried	1.M60	33:23 Min.
2.	90.	Glück Daniel	18.M50	33:46 Min.
2.	16.	Potthoff Doris	3.W50	34:13 Min.
2.	110.	Deßaules Detlef	2.M60	34:49 Min.
3.	120.	Fimmel Jörg	23.M50	35:28 Min.
3.	19.	Schneider Katrin	6.W35	35:44 Min.
3.	131.	Furtmann Heiko	23.M40	36:38 Min.
3.	134.	Wolf Christopher	11.M20	37:15 Min.
3.	136.	Walter Dominik	12.M20	37:26 Min.
3.	29.	Kemper Katharina	6.W20	38:05 Min.
3.	31.	Ewert Gina	2.WJU18	38:34 Min.
3.	149.	Ewert Andreas	29.M50	38:34 Min.
3.	150.	Toben Ludger	37.M45	38:43 Min.
3.	159.	Ellermann Wilhelm	2.M65	39:32 Min.
4.	170.	Schwab Günter	1.M75	40:54 Min.

9.6.	Sportfest Bad Oeynhausen	
1500 m		
U 20	Jan Geisemeier	4:41,28 Min.
800 m		
1. U 18	Robert Schmidtke	2:08,1 Min.
Hochspr.		
2.	Sascha Greshake	1,95 m
10 km		
4. M 50	Mijo Harambasic	43:19 Min.
5 km		
37. M 20	Christopher Wolf	26:02 Min.
3. M 65	Friedhelm Boschulte	29:16 Min.
15.6.	Westfälische Senioren- Meisterschaften Gladbeck	
1500 m		
1. W 60	Marianne Niemann	6:12,92 Min.
800 m		
2. W 40	Siemke Lüdorff	2:33,54 Min.
Kugel		
3. W 60	Karin Brodt	8,22 m
Weitspr.		
3. W 60	Karin Brodt	2,60 m
200 m		
4.	Günter Hartke	36:34 sek.
14.6. Nacht von Borgholzhausen		
5 km Walking		
	Renate Willsch	46:37 Min.
5 km Firmenlauf/Einsteigerlauf		
1.	Pascal Birke	17:18 Min.
2.	Jan Geisemeier	17:25 Min.
4.	Maximilian Köhne	18:47 Min.
14.	Dominik Kinner	19:41 Min.
	Niels Beckwermert	19:45 Min.
1. M 35	Dominik Watty	20:02 Min.
3. M 45	Thomas Schürmann	20:22 Min.
	Bernd Heilmann	20:42 Min.

Momente zum Anfassen.



Fotobalance steht für:

Die Leidenschaft zur Sportfotografie. Wir rücken sportliche Leistungen ins rechte Licht und erhalten da durch sportliche Momente zum Anfassen - einen dynamischen Sekundenbruchteil eines Moments, auf den wir sonst nie einen so langen Blick werfen könnten, technisch perfekt eingefroren.

	Frank Dorn	20:28 Min.
	Hermann Koop	21:22 Min.
2.WJU20	Janna Geisemeier	21:40 Min.
	Andreas Husemann	22:30 Min.
	Ansgar Steinnökel	24:24 Min.
	Nina Geisemeier	24:57 Min.
1. W 50	Bettina Geisemeier	24:57 Min.
	Detlef May	25:05 Min.
	Beatrix Akkermann-Mohns	25:40 Min.
4. W 45	Claudia Gutknecht	25:25 Min.
	Ruth Stahnke	26:16 Min.
	Jens Meyer	26:33 Min.
	Heinrich Schengbier	26:28 Min.
	Vanessa Meyer zu Eissen	27:50 Min.
1. W 55	Marion Marten	27:54 Min.
1. W 60	Karin Brodt	28:07 Min.
	Nadja Klennert	28:23 Min.
	Franz Dammann-Kölsch	28:35 Min.
	Hayo Becker	28:40 Min.
	Peter Knaust	29:59 Min.
1. M 70	Manfred Bensieck	30:58 Min.
	Uwe Constabel	31:27 Min.
	Volker General	31:53 Min.
	Christine Godt	32:14 Min.
	Doris Kleine-Tebbe	34:43 Min.
	Simon Koop	41:12 Min.

Schülerlauf Mädchen				
(2)	W10	Bruhns, Malin	06:22,5	Min.
(1)	WW9	Strothmann, Sarah	06:30,6	Min.
(3)	W10	Kapp, Antonia	06:39,8	Min.
(1)	W11	Kobusch, Ausma	06:40,7	Min.
(3)	WW9	Kempmann, Liv	07:05,1	Min.
(9)	W10	Stockhecke, Greetje	07:11,9	Min.
(9)	WW9	Steiniger, Finja	07:29,5	Min.
(10)	WW8	Urban, Romy	08:14,1	Min.
(19)	W10	Supply, Lisa Marie	08:18,0	Min.
(17)	WW9	Drees, Ida	08:20,1	Min.
(21)	WW9	Heilmann, Pauline	08:27,9	Min.
(3)	WW7	Heilmann, Emilie	08:39,0	Min.
(30)	W10	Theuner, Celina	08:44,7	Min.
(25)	WW9	Scheidel, Natalie	08:45,0	Min.
(43)	W10	Mardilli, Dima	09:56,4	Min.
(30)	WW8	Theuner, Jolyne	10:00,3	Min.
(16)	WW7	Zimmermann, Maylin	11:40,3	Min.
Jungen				
(1)	M10	Stahnke, Henri	05:55,3	Min.
(7)	M10	Windmann, Lasse	06:32,8	Min.
(7)	MM9	Heidner, Bjarne	06:39,7	Min.
(14)	M10	Urban, Ben	06:49,2	Min.
(17)	MM9	Haase, Alexander	07:09,4	Min.
(5)	MM7	Mardilli, Fadi	07:20,4	Min.
(4)	MM8	Rüter, Eric	07:21,3	Min.
(8)	M11	Engelhardt, Nick	07:22,7	Min.
(39)	M10	Zimmermann, Max	08:19,3	Min.
(45)	MM9	Engelhardt, Finn	09:47,0	Min.
3000 m				
(1)	M14	Thieß, Aaron	12:02,2	Min.
(3)	M14	Kapp, Aurelius	12:21,9	Min.
(4)	M18	Remmert, Florian	12:27,0	Min.
(2)	M12	Säuberlich, Michel	13:16,4	Min.

(3)	M12	Kleine, Timon	13:53,8	Min.
(4)	M12	Gräsner, Simon	13:55,6	Min.
		Mädchen		
(1)	W16	Lampe, Charlotte	12:57,6	Min.
(1)	W14	Strothmann, Lisa	13:36,6	Min.
(2)	W16	Husmann, Zora	13:44,7	Min.
(2)	W14	Ahnen, Tabea	14:12,8	Min.
(6)	W14	Remmert, Lara Celine	16:11,0	Min.
(8)	W14	Remmert, Lena Christin	17:17,7	Min.

Nacht, 10 km				
(1)	M45	Strothmann, Dirk	35:05,5	
(3)	M20	El Fakrouni, Houcine	36:03,4	
(3)	M45	Weßling, Henning	37:05,1	
(8)	M20	Lambrecht, Oliver	38:59,2	
(5)	M45	Flaschel Steiniger, Lars	39:42,0	
(18)	M20	Deßaules, René	43:05,2	
(1)	M55	Flottmann, Wolfgang	43:07,3	
(14)	M45	Kansteiner, Ulrich	43:54,9	
(27)	M40	Oldemeyer, Frank	45:34,5	
(25)	M50	Glück, Daniel	48:12,6	
(2)	M60	Kemper, Siegfried	48:25,4	
(50)	M20	Brüggeshemke, Simon	48:30,0	
(26)	M50	Lange, Jörg	48:38,3	
(19)	M30	Wannke, Dirk	49:08,9	
(4)	M60	Deßaules, Detlef	49:58,4	
(74)	M20	Wolf, Christopher	52:07,4	
(31)	M50	Fimmel, Jörg	52:15,2	
(11)	M55	Godt, Hans	52:52,0	
(42)	M45	Niemann, Ralf	52:54,2	
(33)	M50	Diekmann, Reimund	52:54,6	
(53)	M40	Furtmann, Heiko	53:06,5	
(92)	M20	Walter, Dominik	54:59,6	
(49)	M45	Toben, Ludger	55:11,2	
(2)	M65	Ellermann, Wilhelm	55:27,4	
(2)	M75	Schwab, Günter	58:08,0	
(50)	M50	May, Detlef	58:50,3	
(1)	W45	Engels, Sabine	40:34,8	
(1)	W35	Bowenkamp, Heidi	41:05,3	
(2)	W40	Willcox Heidner, Victoria	41:19,3	
(1)	W60	Niemann, Marianne	44:40,1	
(2)	W50	Potthoff, Doris	46:56,7	
(9)	W35	Schneider, Katrin	51:31,7	
(11)	W20	Kemper, Katharina	55:18,4	
(19)	W20	Grippentrog, Kristin	58:54,3	
(25)	W20	Schlie, Katrin	02:00,5	



18.6.	Sternchenlauf Sende	
	10 km	
6.	Houcine Fakrouni	35:24 Min.
38. M 20	Christopher Wolf	51:57 Min.
9. M 65	Friedhelm Boschulte	56:56 Min.
	2,5 km	
5. U 14	Aaron Thieß	10:37,1 Min.
19.6.	LA-Sportfest Rheine	
	Aaron Thieß	
1. M 13	Weit	4,30 m
1. M 13.	Ballwurf	41,50 m
2. M 13	75 m	11,27 sek.
2. M 13	800 m mit Hindernisgraben	2:54,68 Min.
	Till Heienbrok M 6	
1.	50 m	11,08 sek.
	800 m	4:27,09 Min.
2.	Schlagb.	8,50 m
21.6.	Lauf im Stadtpark Gütersloh	
	9,2 km	
1.	Damian Janus	29:42 Min.
2. M 55	Reinhard Stricker	41:56 Min.
	5 km	
1.	Elmar Remus	15:06 Min.
13. M 20	Christopher Wolf	21:12 Min.
1. MU12	Henri Stahnke	21:14 Min.
9. W 50	Christiane Holt	34:11 Min.
22.6.	Running-Day Gelsenkirchen	
	10 km	
23. M 50	Detlef May	56:24 Min.
22.6.	Westfälische Jugend-Meisterschaften Kreuztal	
	1500 m	
6. M U 18	Pascal Birke	4:18,66 Min.
	800 m	
13. U 18	Robert Schmidtke	2:09:31 Min.
	1500 m	
4. W U 20	Jessica Geisemeier	5:17,46 Min.

27.06. Oesterweger-Feuerwehrlauf 6 km				
Geisemeier	Jan	1.	M20	20:35
Elfakrouni	Houcine	2.	M20	20:36
Birke	Pascal	1.	MJU18	20:56
Schmidtke	Robert	2.	MJU18	21:14
Rostek	Peter	1.	M40	23:25
Harambasic	Mijo	2.	M50	24:38
Geisemeier	Jessica	1.	WJU20	25:04
Kinner	Dominik	3.	MJU18	25:42
Beck	Holger	3.	M45	26:11
Schneider	Guido	7.	M50	26:42
Lohmann	Lars	5.	M40	27:07
Geisemeier	Janna	3.	WJU20	27:07
Husemann	Andreas	3.	M55	27:38
Böhme	Mechthild	1.	W45	27:52
Winter	Elisabeth	1.	W50	28:03
Siltmann	Jürgen	4.	M55	28:07
Wolf	Christopher	28.	M20	28:34
Geisemeier	Nina	4.	WJU20	29:19
Geisemeier	Bettina	2.	W50	29:20
Siltmann	Marlies	3.	W50	30:02
Gutknecht	Claudia	4.	W45	30:17

Geisemeier	Fritz	14.	M50	30:37
May	Detlef	17.	M50	33:51
Meyer zu	Eissen Va-	2.	WJU18	33:51
Rostek	Sandra	1.	W30	36:00
	10 km			
Janus	Damian	1.	M20	32:42
Remus	Elmar	1.	M35	34:48
Weßling	Henning	2.	M45	38:10
Bonin	Udo	3.	M45	38:36
Lambrecht	Oliver	2.	M20	40:02
Pfeiffer	Ilona	2.	W35	40:30
Flottmann	Wolfgang	1.	M55	42:29
Deßaules	René	6.	M20	43:55
Stockhecke	Andreas	18.	M45	45:00
Lüdemann	Bernd	5.	M55	46:39
Kemper	Siegfried	4.	M60	47:00
Glück	Daniel	23.	M50	48:48
Anne-Marie	Calder	1.	W55	48:58
Deßaules	Detlef	5.	M60	49:27
Wessel	Dieter	7.	M60	53:07
Toben	Ludger	34.	M45	54:03
Walter	Dominik	8.	M20	55:15
May	Detlef	29.	M50	55:15
Ellermann	Wilhelm	2.	M65	55:26
Kemper	Katharina	4.	W20	55:51
Schwab	Günter	1.	M75	55:51
Klein	Wolfgang	3.	M65	56:30
Dr.	Hermann	2.	M75	57:20
Schlie	Katrin	6.	W20	57:56
Grippentrog	Kristin	7.	W20	59:50
	1 2 km			
Heidner	Bjarne	1.	MKU10	5:03
	2 5 km			
Kapp	Aurelius	2.	MJU14	0:09
Stahnke	Henri	1.	MKU12	0:09

Walking					
1.	Weber	Günther	1.	M-WA	48:35:00

27.6. Sommerlauf Schiedersee 10km		
6. M 45	Torsten Baltrusch	31:58
28.6. Dorpsloop De Lutte		
2,5 km 7- 9 J.		
1.	Sarah Strothmann	11:40
W 12 J.		
6.	Lisa Strothmann	11:56
10 km		
4. M 40	Dirk Strothmann	34:50
13.	Frank Dorn	42:41
24.	Peter Bollmeyer	46:54
Frauen		
1.	Antje Strothmann	44:39
Remmers Hasetal Marathon		
4. M 40	Frank Oldemeyer	3:49:00

Antje Strothmann Siegerin beim Dorpsloop De Lutte

Eine kleine Gruppe von LC-Läufern stattete der befreundeten Loopgroep De Lutte in den Niederlanden erneut einen Gegenbesuch ab. Dabei überraschte Antje Strothmann mit dem Gesamtsieg im 10 km Lauf der Frauen in 44:39 Min.

Tochter Sarah Strothmann legte aber schon vorher vor und gewann den 2,5 km-Lauf der 7-9 jährigen Schülerinnen in 11:40 Min.

M
Graf
Metternich
QUELLEN

Natürlich-
GLASklarer
Genuss!



Reich an wertvollen
Mineralstoffen –
für eine gesundheits-
bewusste 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. 05233/9405-0



www.aok.de/nw/reise



Fernweh? Aber sicher!



**Mit der AOK
in die weite Welt.**

Und dem Rundum-Schutz für Ihre Reise.

AOK NORDWEST – Gesundheit in besten Händen.

www.C14-bikes.co



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



**C14 Speed Pro "C"
Carbon Monocoque**



Genossenschaftliche Beratung



Wir machen den Weg frei.

Gute Beratungsqualität ist keine Frage der Größe einer Bank.

Unsere Kunden vertrauen uns, weil sie uns kennen und wir uns für ihre Wünsche und Ziele interessieren.

Erfahren Sie mehr von unserer genossenschaftlichen Beratung!

Wir sind für Pium.



**Volksbank
Borgholzhausen**

Zweigniederlassung der Volksbank Halle/Westf. eG

Telefon 05201 181-0 · www.vb-halle.de