

Spiridon-Club Bad Oldesloe

Laufgemeinschaft Trave e.V.

Pressemitteilung



18.4.2016

18 Oldesloer Spiridonis beim Hamburger Marathon!

Beim Hamburg-Marathon am letzten Sonntag gab es eine Rekord-Beteiligung des Spiridon-Clubs Bad Oldesloe:

Insgesamt haben sich 18 laufbegeisterte Sportler des Oldesloer Spiridon Clubs am letzten Sonntag früh morgens auf den Weg gemacht, um auf dem grandiosen Rundkurs der Hamburger Marathonstrecke zu starten.

Gemeinsam mit über 12.000 anderen Läufern haben 18 Spiridonis die Marathon-Strecke von 42,2 Kilometern geschafft!

Fast alle trainieren in der Spiridon-Mittwochsgruppe von Peter Buchmann. Die meisten haben sich intensive 12 Wochen lang auf diesen Lauf vorbereitet mit vielen kurzen, schnellen und mit langen, dafür langsameren Trainingsläufen. Aber auch ganz neue Trainingsmethoden von Peter Buchmann wurden von einigen ausprobiert: Statt der lange Läufe gab es einen Schwerpunkt auf relativ kurze, aber intensive Läufe und Krafeinheiten, unterstützt durch eine kohlenhydratarme Ernährung.

Er hat auch die beste Zeit von allen Spiridonis erreicht: Nach 3 Stunden und 10 Minuten hat er das Ziel erreicht.

Am meisten hat er sich aber darüber gefreut, dass sich in diesem Jahr vier Läuferinnen und Läufer das erste Mal an diese lange Strecke gewagt haben und dabei gleich beste Zeiten hingelegt haben: Kathrin Perrone mit 3 Stunden und 43 Minuten, Torben Kusewehr mit 3 Stunden und 31 Minuten sowie Bujar Ahmeti (3:40) und Steve Gehlhaar (3:51)!

Aber auch alle anderen Läuferinnen und Läufer waren sehr zufrieden mit ihren Zeiten, häufig waren es beim Hamburger Lauf persönliche Bestzeiten!

Thorsten Radde hat bereits 25 Marathon-Läufe hinter sich, Angelika Köppler-Neas kommt zwar nicht ganz auf diese Zahl, kann auf insgesamt 20 Jahre Marathon-Lauferfahrung zurückblicken.

„Run the blue line!“ mit diesem Slogan wurde beim 31.Haspa Marathon Hamburg auf die blaue Linie hingewiesen, die als Markierung auf den Hamburger Straßen alle Läufer sicher über die Strecke von 42,2 Kilometer geführt hat: Start war bei den Messehallen, über die Reeperbahn ging's nach Altona, über die Elbchaussee wieder zurück zu den Landungsbrücken, vorbei an der Speicherstadt zur Binnenalster und Außenalster. In der Sierichstraße war Halbzeit mit 21,1 Kilometer. Anschließend führte die Strecke am Stadtpark vorbei, durch Barmbek nach Alsterdorf und Ohlsdorf. Über die Alsterkrugchaussee zum Klosterstern, durch Harvestehude und Rotherbaum dann zum Zieleinlauf wieder zurück zu den Messehallen.

Ein starker Fan-Block mit anderen Läufern, Familie und Freunden hat die Oldesloer Marathon-Läufer an der Strecke angefeuert: von den Landungsbrücken ging es per U-Bahn zum Klosterstern, um ein zweites Mal alle Läufer zu sehen und lautstark auf die letzten Kilometer zum Ziel zu schicken.

Statt der traditionellen Pasta-Party der Marathonis am Vorabend gab es dieses Jahr am Sonntagabend eine lange Tafel in einem italienischen Restaurant.



Abfahrt morgens am Oldesloer Bahnhof



Trainer Peter Buchmann: „Toll, dass sich vier Sportler erstmals an diese lange Strecke gewagt haben und es bei unseren 18 Läufern keinen Einbruch gab!“



Claudia Richter: „Die Vorbereitung war super! Schöner Lauf mit persönlicher Bestzeit!“



Udo Schop: „2. Marathon für mich, und dann 13 Minuten schneller!!“



Erich Steenbeck: „Die letzten Kilometer waren ganz schön schwer....!“



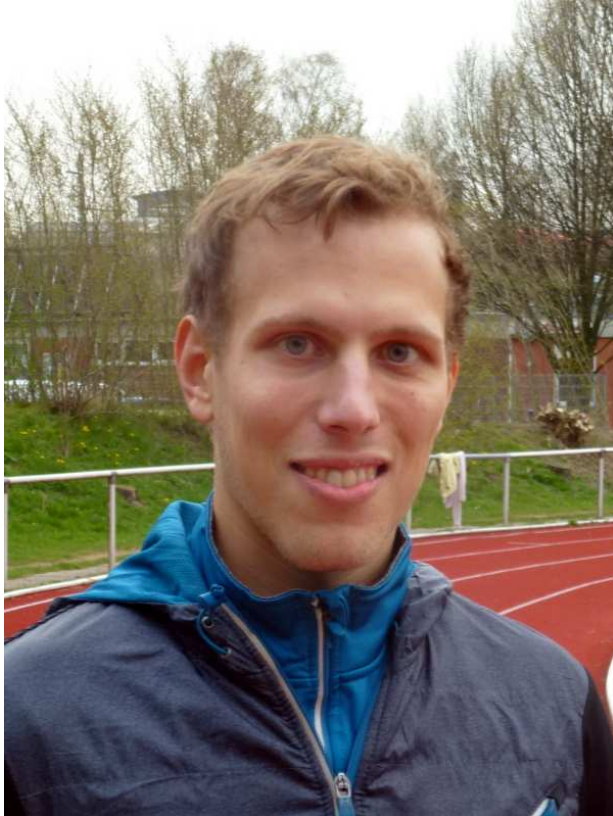
Anke Ehlers-Rowlin: „ Persönliche Bestzeit erreicht! Und damit ein besserer Platz in der Spiridon-Gesamtliste!“



Heike Rittmeier-Lehning: „Mega-Event! Dabei sein ist alles!“



Kathrin Perrone: „1. Marathon und dann auch gleich Vize-Meisterin bei der Hamburger Polizeimeisterschaft!“



Torben Kusewehr: „Nach dem Marathon habe ich mir erst einmal 4 Kugeln Eis gegönnt!“



Mira Buchmann: „Bin super zufrieden mit meinem Lauf!“



Andreas Hamm: „Es hat einfach Spaß gemacht!!“

Hamburg Marathon 2016 Ergebnisse

Name	Netto	Platz	AK	Pl.AK	Startnr.
» Ahmeti, Bujar (RKS)	03:40:28	3269	M/W 20 1987-1996	361	7233
» Böttger, Christine (GER)	03:56:13	730	M/W 50 1962-1966	77	F2507
» Buchmann, Mira (GER)	03:32:47	221	M/W 40 1972-1976	33	F1194
» Buchmann, Peter (GER)	03:10:55	911	M/W 45 1967-1971	157	2154
» Ehlers-Rowlin, Anke (GER)	03:38:51	314	M/W 55 1957-1961	7	F1540
» Gehlhaar, Steve (GER)	03:51:44	4444	M/W 30 1982-1986	585	10640
» Hamm, Andreas (GER)	03:26:05	1821	M/W 40 1972-1976	327	6633
» Köppler-Neas, Angelika (GER)	04:06:41	1072	M/W 50 1962-1966	122	F2430
» Kusewehr, Torben (GER)	03:31:28	2364	M/W 20 1987-1996	280	6516
» Lucka, Helmut (GER)	03:14:45	1121	M/W 55 1957-1961	35	3065
» Perrone, Kathrin (GER)	03:43:08	395	M/W 35 1977-1981	73	F2010
» Radde, Thorsten (GER)	04:18:18	6982	M/W 45 1967-1971	1322	10713
» Richter, Claudia (GER)	04:10:12	1184	M/W 50 1962-1966	134	F4502
» Rittmeier-Lehning, Heike (GER)	04:17:05	1373	M/W 45 1967-1971	243	F3294
» Schönefeld, Thies Olaf (GER)	03:32:17	2446	M/W 45 1967-1971	458	6262
» Schop, Udo (GER)	04:12:48	6540	M/W 55 1957-1961	473	14015
» Steenbeck, Andrea (GER)	04:36:40	1930	M/W 55 1957-1961	110	F4392
» Steenbeck, Erich (GER)	03:38:07	3019	M/W 55 1957-1961	153	5182

