“100MC *aktuell*“

Clubzeitung des 100MC – 3/2023

Jahreshauptversammlung am 24. Februar 24 in Bremen

1.000. Marathon Heinrich Schütte

100 Marathon Club Deutschland e.V.

Verein für Läufer und Läuferinnen mit mindestens 100 absolvierten Marathons | Ultramarathons

Adressen

1. Vorsitzender: Mario Sagasser: Greifswalder Str. 10, 24558 Henstedt-Ulzburg
Tel.: +49 4193 95212
E-Mail: mario.sagasser@t-online.de

2. Vorsitzender: Gerd Junker: Brunings Kamp 8 B, 49134 Wallenhorst
Tel.: +49 5407 39404
E-Mail: gerd.junker@osnanet.de

Vorstandsmitglieder:

Startpässe Gabriele Eisele: Berliner Ring 21, 24848 Kropp
Tel.: +49 4624 9649631
E-Mail: gabriele-eisele@t-online.de

Statistik Dr. Christoph Wenzel: Kühnstr. 8, 44225 Dortmund
Tel.: +49 231 75815525
E-Mail: 100MCStatistik@gmail.com

Sportwart Michael Kiene: Nordring 8, 37154 Northeim
Tel.: +49 5551 910406
E-Mail: kiene.michael@gmail.com

Kassenwart, Mitgliederwesen Wolfgang Kieselbach: Talweg 11 A, 21244 Buchholz
Tel.: +49 4181 31116
E-Mail: de-100mc-deutschland@outlook.de

Webmaster, Clubheft, Redaktion Michael Weber: Hildebrandstr. 9, 70191 Stuttgart
Tel.: +49 711 852754
E-Mail: weber.worldrunner@googlemail.com

Beirat:

Pressewart, Newsletter Redakteurin Jana Bieler: E-Mail: 100mc.presse@gmail.com

Webmaster, Administrator Peer Cavaleiro: Hindenburgstr. 132, 41749 Viersen
Tel.: +49 176 22853963
E-Mail: spassamlaufen@gmail.com

Änderungsmeldungen:
Bitte folgende E-Mail-Adresse in CC aufnehmen: Mitgliederwesen@100-marathon-club.de

Titelfoto: Heinrich Schütte nach dem Schloss Marienburg Marathon am 25.11. (Foto: Jana Bieler).
Foto auf der Rückseite: Sigrid Eichner liest das erste Clubheft (Foto: Jana Bieler).

Grußwort

Liebe Mitglieder,

der 100 Marathon Club Deutschland e.V. wurde am 24.04.1999 in Hamburg gegründet. Das bedeutet, dass unser Verein im kommenden Jahr sein 25-jähriges Bestehen feiert.

Anlässlich dieses Jubiläums möchte ich einmal zurückblicken und würdigen, was Mitglieder in den vergangenen 25 Jahren für den 100 Marathon Club auf die Beine gestellt haben:

Es wurden 26 Jahreshauptversammlungen quer durch die Republik geplant und durchgeführt. Zugeschickte Mitgliedsanträge wurden geprüft und in Summe 637 Mitgliedsnummern vergeben. Jahresbeiträge wurden per Lastschrift eingezogen und Kontaktdaten von Mitgliedern permanent aktualisiert. Statistiken wurden erfasst und in große Excel-Tabellen übernommen. Eine Zählordnung wurde erstellt und beschlossen. Arbeitsgruppen wurden gebildet, um neue Aspekte zu besprechen und die Zählordnung anzupassen. 80 Clubhefte wurden mit Inhalt gefüllt und den Mitgliedern per Post zugeschickt. Eine Webseite wurde erstellt und mit unzähligen Berichten, Fotos und Neuigkeiten gefüllt. Ein 100MC-Logo wurde entworfen und 25 Jahre lang in vielfältiger Weise genutzt. Vereinsbekleidung wurde designt und verkauft. Ideen zu Merchandise-Artikeln wurden entwickelt und umgesetzt. Pressemitteilungen wurden verfasst und Newsletter verschickt. Clubreisen (z. B. nach Indien, Westafrika und in die USA) wurden geplant und durchgeführt. Kleine und große Marathon-Veranstaltungen (wie z. B. der Elbtunnel-Marathon in Hamburg) wurden organisiert und durchgeführt. Jubiläumsurkunden wurden gedruckt und feierlich übergeben. Inzwischen haben 20 Mitglieder die 1.000-Marathon-Marke überschritten (Stand: 25.11.2023).

Diese Auflistung bleibt unvollständig und soll uns allen nur eine Vorstellung davon geben, wie viel Arbeit in unserer Vereinsgeschichte steckt. Viele Mitglieder haben sich in den vergangenen 25 Jahren ehrenamtlich für den 100 Marathon Club engagiert - manche von ihnen in einem gewählten Amt, manche ohne offiziellen Titel. Ich danke euch allen für euer Engagement, für Ideen und Diskussionen, für euren Sportsgeist und den Glauben daran, dass es sich lohnt, Teil eines deutschlandweiten Vereins zu sein.

Dass der 100 Marathon Club über einen Zeitraum von 25 Jahren so groß geworden ist, macht mich unheimlich stolz. Es macht mich stolz zu sehen, wie viele Menschen den Marathonlauf und das Sammeln von Zählern zur ihrem Hobby gemacht haben, wie viele Sportlerinnen und Sportler die 100 geknackt haben und Mitglied im 100MC geworden sind.

Stolz werde ich beim Lesen der „Japanischen Liste“, wenn von 1.085 Einträgen über 140 aus unserem Verein sind - und 17 der 49 Läufer mit mehr als 1.000 Marathons. Bei der Siegerehrung des Mauerweglaufs bekam ich eine Gänsehaut, weil so viele Mitglieder unseres Clubs dort auf der Bühne standen.

Ich wünsche euch viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe des Clubhefts „100MC aktuell“. Es ist zum Teil der Retrospektive "25 Jahre 100MC" gewidmet.

gez. Mario Sagasser
1. Vorsitzender
100 Marathon Club Deutschland e.V.

Ehrenmitglieder des 100 Marathon Club Deutschland e.V.

In seiner 25-jährigen Vereinsgeschichte hat der 100 Marathon Club Deutschland e.V. zehn seiner bisher 637 Mitglieder zu Ehrenmitgliedern ernannt. Anlässlich der Retrospektive „25 Jahre 100MC“ möchten wir an dieser Stelle einen Blick auf diese besonderen Mitglieder werfen. Wer waren bzw. sind unsere Ehrenmitglieder? Warum wurde ihnen die Ehrenmitgliedschaft verliehen? Und in welchem Clubheft kann man mehr über sie erfahren?
(Hinweis: Alle Clubhefte stehen auf der 100MC Webseite in digitaler Form zur Verfügung.
Link: https://www.100-marathon-club.de/de/clubhefte)

Werner Sonntag
Bei der Mitgliederversammlung am 23.04.2004 in Wernigerode wurde Gründungsmitglied Werner Sonntag zum ersten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt. Damals zählte der Club 144 Mitglieder. Werner, Autor des legendären Laufbuchs „Irgendwann musst du nach Biel“, galt als Marathon- und Ultramarathonpionier und wurde geehrt aufgrund seines Engagements zur Etablierung der modernen Laufbewegung in Deutschland. Beruflich als Journalist tätig, verfasste er so manche positive Pressemeldung gerade in den ersten Monaten des 100MC.
Über die Ehrung von Werner Sonntag ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2004 ab Seite 2 nachzulesen.
Ehrenmitglied Werner Sonntag erreichte das stolze Alter von 95 Jahren und verstarb am 24.10.2021. Die Traueranzeige ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 1 aus 2022 auf Seite 15 abgedruckt.

Barbara Szlachetka
Bei der Mitgliederversammlung am 13.08.2005 wurde Barbara Szlachetka zum zweiten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Barbara wurde geehrt aufgrund ihrer herausragenden sportlichen Leistungen. Innerhalb von knapp acht Jahren lief sie nicht nur 336 Marathons und Ultramarathons, sondern erzielte Spitzenleistungen insbesondere bei 24-, 48- und 72-Stundenläufen. Altersklassenweltrekorde, polnische Rekorde und sogar einen Europarekord (48 Stunden Straße) zählten zu ihren größten Triumphen.
Über die Ehrung von Barbara Szlachetka ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 3 aus 2005 auf Seite 4 nachzulesen.
Ehrenmitglied Barbara Szlachetka verstarb bereits wenige Monate nach ihrer Ehrung am 24.11.2005. Die Traueranzeige ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 4 aus 2005 ab Seite 3 abgedruckt.

Horst Preisler
Bei der Mitgliederversammlung am 22.04.2006 in Hamburg wurde Horst Preisler zum dritten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt. Zuvor war Horst kein Mitglied im 100MC.
Horst wurde geehrt aufgrund seiner beispiellosen Laufkarriere über mehrere Jahrzehnte, in denen er Unvergleichliches für unsere Art des Ausdauersports geleistet hat. Er setzte in Bezug auf die „Vielläuferei“ völlig neue Maßstäbe und führte die Weltrangliste der Marathonsammler von Ende 1995 bis zum Sommer 2011 an.
Über die Ehrung von Horst Preisler ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2006 ab Seite 4 nachzulesen.
Ehrenmitglied Horst Preisler verstarb im Alter von 86 Jahren am 23.02.2022.
Die Traueranzeige ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2022 auf Seite 16 abgedruckt.

Lothar Gehrke
Bei der Mitgliederversammlung am 11.09.2009 in Gardelegen wurde Lothar Oskar Gehrke zum vierten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Lothar wurde geehrt aufgrund seines Engagements für den 100MC und den Laufsport im Allgemeinen. Seit Januar 2001 war er Mitglied im 100MC und seit April 2006 gehörte er dem Vorstand an. Zusammen mit seiner Frau Rita engagierte er sich in unvergleichlicher Weise für das Gelingen einer Vielzahl von Laufveranstaltungen.
Über die Ehrung von Lothar Gehrke ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 3 aus 2009 ab Seite 20 nachzulesen.
Ehrenmitglied Lothar Oskar Gehrke verstarb ein halbes Jahr nach der Ehrung am 20.03.2010.
Die Traueranzeige ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2010 auf Seite 19 abgedruckt.

Sigrid Eichner
Bei der Mitgliederversammlung am 04.08.2012 in Dresden wurde Gründungsmitglied Sigrid Eichner zum fünften Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Sigrid wurde geehrt aufgrund ihrer einmaligen Läuferinnen-Karriere sowohl in sportlicher Hinsicht als auch aufgrund ihres Engagements für den 100MC. Zum Beispiel schaffte sie den „Transe Gaule“ 2004 innerhalb von 18 Tagen und erreichte damit nach 1.166 km und 13.000 Höhenmetern als einzige Frau das Ziel. 2005 finishte Sigrid den 216 km langen Badwater Ultra im „Tal des Todes“ (USA).
Sie gehörte von 2002 bis 2010 dem Vorstand an und war von 2004 bis 2010 die Statistikerin des Vereins. Auch die Vereinskleidung gehörte in ihre Zuständigkeit.
Über die Ehrung von Sigrid Eichner ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2012 ab Seite 19 nachzulesen.
Ehrenmitglied Sigrid Eichner ist mittlerweile 83 Jahre alt und immer noch eine aktive Läuferin und Veranstalterin. Mit 2.332 Zählern ist sie die erste Frau in der Weltrangliste.

Hans-Joachim Meyer
Bei der Mitgliederversammlung am 08.03.2014 in Hamburg wurde Gründungsmitglied Hans-Joachim Meyer zum sechsten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Hans-Joachim „Hajo“ wurde diese Ehrung aufgrund seiner sportlichen Verdienste und ehrenamtlichen Tätigkeit für den 100 Marathon Club verliehen. Als Vielläufer demonstrierte Hajo, dass man trotzdem schnell laufen kann. So lief er z. B. im Alter von 55 Jahren beim elften Marathon des Monats seine Bestzeit mit 3:03 Stunden. Zudem hat er seit der Gründung des 100 Marathon Club im Jahr 1999 unseren Verein bis Februar 2010 entweder als erster oder zweiter Vorsitzender geleitet.
Über die Ehrung von Hans-Joachim Meyer ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 3 aus 2013 ab Seite 25 sowie Nr. 1 aus 2014 auf Seite 24 nachzulesen.
Ehrenmitglied Hans-Joachim Meyer ist mittlerweile 84 Jahre alt und als Veranstalter und Läufer in der Marathonszene immer noch aktiv.

Michael Weber
Bei der Mitgliederversammlung am 20.06.2015 in Stüde wurde Michael Weber zum siebten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Michael wurde diese Ehrung aufgrund seines herausragenden Einsatzes für den 100 Marathon Club verleihen. Seit Mitte 2009 war Michael für die Administration der 100MC Webseite und die Redaktion unserer Clubzeitschrift zuständig.
Über die Ehrung von Michael Weber ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2015 ab Seite 23 nachzulesen.
Ehrenmitglied Michael Weber ist immer noch als Vorstandsmitglied im 100MC ehrenamtlich aktiv, veröffentlicht dreimal pro Jahr das Clubheft "100MC aktuell" und veranstaltet den Neckarufer Marathon in Stuttgart.

Dr. Jürgen Kuhlmey

Bei der Mitgliederversammlung am 07.03.2020 wurde Dr. Jürgen Kuhlmey zum achten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt.
Jürgen wurde diese Ehrung aufgrund seiner beispiellosen Laufkarriere verleihen, die ihn rund um die Welt auf alle sieben Kontinente in über 100 Länder führte. Darüber hinaus war er von August 2002 bis März 2014 unser Kassenwart und von August 2005 bis Februar 2010 bekleidete er das Amt des zweiten Vorsitzenden.
Über die Ehrung von Jürgen Kuhlmey ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 1 aus 2020 ab Seite 12 nachzulesen.
Ehrenmitglied Dr. Jürgen Kuhlmey verstarb als aktiver Läufer im Alter von 85 Jahren am 03.03.2023. Die Traueranzeige ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2023 auf Seite 29 abgedruckt.

Doris Sagasser und Till Probst

Bei der Mitgliederversammlung am 01.04.2023 wurden Doris Sagasser und Till Probst zum neunten und zehnten Ehrenmitglied unseres Vereins ernannt. Till ist kein Mitglied im 100MC, hat jedoch die Ehrenmitgliedschaft verliehen bekommen.
Doris und Till wurde diese Ehrung aufgrund ihres Engagements für den vom 100 Marathon Club durchgeführten Marathon am Öjendorfer See verliehen. Zwischen 2010 und 2023 führten sie 73 Wettläufe durch und ermöglichten rund 6.800 Finishern eine erfolgreiche Teilnahme. Während Till für den Bereich Technik zuständig war (raceresult, Anmeldung, Zahlungseingänge, Startnummern, Scheinwerfern, elektronische Zeitnahme, Urkunden), kümmerte sich Doris um das leibliche Wohl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer (Lebensmittel und Getränke eingekauft, Kuchen und Pizza-Brötchen backen, Kaffee kochen, Besteck und Geschirr bereitstellen und nach der Veranstaltung alles aufräumen und abwaschen).
Über die Ehrung von Doris Sagasser und Till Probst ist im Clubheft „100MC aktuell“ Nr. 2 aus 2023 auf Seite 3 nachzulesen. Die Laudatio wurde in diesem Heft (Nr. 3 aus 2023 auf Seite 3) abgedruckt.

Das Design der Ehrenurkunden variiert ein wenig im Laufe der Zeit.
Hier ein paar Beispiele:

Da die Laudatio zur Ehrung von Doris Sagasser und Till Probst noch nicht abgedruckt wurde, möchten wir auf der folgenden Seite dies nachholen. Wir gratulieren Doris und Till, die im April 2023 auf der Jahreshauptversammlung des 100 Marathon Club Deutschland e.V. die Ehrenmitgliedschaft erlangten.

Laudatio zur Ehrenmitgliedschaft von Doris Sagasser und Till Probst von Mario Sagasser

Ich danke dem Organisationsteam des Öjendorfer See Marathons, dass es noch ein letztes Mal den Lauf veranstaltet hat. Wenn man etwas nicht mehr hat, merkt man oft erst, wie sehr man es gemocht hat. Das ist mir bei der Planung dieser Mitgliederversammlung immer wieder durch den Kopf gegangen. Der 105. Öjendorfer See Marathon ist der letzte in diesem Format und von diesem Orgateam.
Nach den ersten beiden Läufen 2005 und 2006 von Thomas Radzuweit übernahmen Rita und Lothar Gehrke von 2007 bis 2009. Im Januar 2009 fand ein Treffen zur Rettung des Öjendorfer See Marathons statt. Daraus bildete sich ein siebenköpfiges Team, welches sich um die Organisation und Durchführung des Marathons kümmerte. Davon sind am heutigen Tag noch drei übrig.
Seit Februar 2010 hat das Team 73 Marathons durchgeführt und ohne die heutige Zahl 6.725 Finishern die erfolgreiche Teilnahme ermöglicht. Das sind durchschnittlich 97 pro Lauf.
Die letzten verbliebenen Organisatoren sind Till Probst und Doris Sagasser.
Till hat die Laufverwaltung auf raceresult, die Registrierung der Anmeldungen, die Zahlungseingänge und die Mahnung der säumigen Zahler durchgeführt. Er hat Läuferfragen beantwortet und Sonderstartnummern ermöglicht, die Startertüten gepackt, die Startnummern gedruckt, die PCs, die Zählanlage und das Notstromaggregat gewartet. Er hat Benzin und Gasflaschen eingekauft, am Veranstaltungstag die Zählanlage, der Generator, die Scheinwerfer auf- und abgebaut, die Zeitnahme und Rundenzählung durchgeführt, viele Fragen beantwortet, die Ergebnisse ausgewertet und Reklamationen bearbeitet. Er hat die Helferliste auf doodle eingerichtet, die Inventarliste erstellt und die Veranstaltungs- und Rücklagenkonten geführt inkl. Jahresabschluss für den Kassenwart. Er hat Auslagen erstattet und Rechnungen vom Rettungsdienst und Kiosk bezahlt und den Kontakt zu diesen gehalten. (Diese Informationen hat mir freundlicherweise Erika in Stichworten zur Verfügung gestellt.)
Bei Doris weiß ich es aus eigener Erfahrung: ab dem Wochenende vor dem Lauf die Meldezahlen sichten und ab Dienstagnacht die Lebensmitteleinkäufe planen. Früher wurde mittwochs das erste Mal mit Rita telefoniert, wie viele Läufer kommen, wie viele Kuchen gebraucht werden und wer von den beiden was backt. Das zweite Telefonat war dann freitags beim Backen. Später akquirierte und koordinierte Doris dann Kuchenspenden und spezialisierte sich auf Pizza-Brötchen. Ab mittwochs wurden dann Lebensmittel und Getränke eingekauft. Die wurden zuerst im eigenen Wagen, später mit dem Anhänger nach Öjendorf gebracht. Samstagmorgen steht Doris sehr früh auf, weil der Kaffee frisch gekocht wird. Nach der Ankunft wird der Verpflegungstisch aufgebaut, damit die Helfer alles am richtigen Platz finden – nicht nur die Lebensmittel, sondern auch die Messer, Teller, Schüsseln, Kannen, Becher, usw. Nach dem Lauf wird der Bestand aufgenommen, die Reste verteilt oder mitgenommen. Zuhause wird dann das Material abgewaschen und wieder eingelagert. Im Dezember war es übrigens noch ein bisschen früher, denn da wurden morgens beim Bäcker 150 bis 180 frischgebackene Berliner auf dem Weg nach Öjendorf abgeholt. Da gab es dann auch gern mal Kinderpunsch.
Das Orgateam hat die Veranstaltung übernommen, weiterentwickelt, Konzepte erstellt und tausenden Läufern ein tolles Laufevent bei Wind und Wetter ermöglicht.
Am Ende sind nur noch Doris und Till als Rumpf-Orgateam übrig, die dann ihre Urlaube nach den Laufterminen gerichtet, neue Helfer gesucht und eingewiesen, das Konzept weiter angepasst, damit die Veranstaltung auch mit so vielen Teilnehmern (der Höhepunkt lag bei 193 Finishern) bis zum Ende störungsfrei, pünktlich, mit höchster Qualität über viele Jahre exzellent stattfinden konnte. Der Marathon um den Öjendorfer See ist ein ehrenamtlich organisierter Lauf – VON LÄUFERN FÜR LÄUFER, der sieben Mal im Jahr durchgeführt wurde. Diese Veranstaltung ist neben dem Elbtunnelmarathon das Aushängeschild und die Visitenkarte des 100 Marathon Club Deutschland gewesen. Das Orga-Team wurde Laufveranstalter des Jahres 2019 im Hamburger Leichtathletikverband.
Der Vorstand schlägt der Mitgliederversammlung Till Probst und Doris Sagasser für die Ehrenmitgliedschaft vor.
Hinweis: Da Till kein Vereinsmitglied ist, ist es der Titel. Er verzichtet ausdrücklich und für das Protokoll auf eine Vereinsmitgliedschaft.

Mitgliederversammlung des 100MC am 24.02.2024

Hiermit lade ich satzungsgemäß zur Mitgliederversammlung des 100MC ein.
Termin: Samstag, 24.02.2024, 17:00 Uhr
Ort: Vereinsheim der SG Marßel-Bremen, Stader Landstr. 100, 28719 Bremen-Nord

(Nach dem Bremer Bergmarathon, der am 24.02.2024, 9:00 Uhr stattfindet. Frühstart möglich. Anmeldung über Race Result)

Tagesordnung:
TOP 1 – Begrüßung durch den Vorstand
TOP 2 – Ehrungen
TOP 3 – Antrag auf Ausschluss
TOP 4 – Bericht des Vorstandes
TOP 5 – Kassenbericht
TOP 6 – Bericht der Kassenprüfer
TOP 7 – Aussprache
TOP 8 – Entlastung des Vorstandes
TOP 9 – Wahl des Statistikers
TOP 10 – Wahl eines Kassenprüfers
TOP 11 – Weitere Anträge
TOP 12 – Ankündigung JHV 2025
TOP 13 – Verschiedenes

Anträge auf Ergänzung der Tagesordnung bitte ich bis zum 24.01.2024 an mich zu richten (mario.sagasser@t-online.de).

Die Anträge werden auf der Clubseite www.100-marathon-club.de veröffentlicht.

Um eine unverbindliche Anmeldung zur Teilnahme an der Mitgliederversammlung wird zwecks Vorbereitung bis zum 10.02.2024 gebeten (per mail an gerd.junker@osnanet.de).

Hinweis: Gemeinsames Essen wird für 17:00 Uhr bestellt, anschließend beginnt die Versammlung. Im Vereinsheim gibt es Duschen. Beim Vereinsgelände stehen Parkmöglichkeiten bereit.

Mario Sagasser, 1. Vorsitzender des 100MC

PS: Bitte beachtet kurzfristige Hinweise auf der Clubseite www.100-marathon-club.de wegen möglicher Änderungen.

Mitgliederversammlung 2023 Foto: Jana Bieler

Standorte bisheriger Mitgliederversammlungen des 100MC

In rot dargestellt, wo die Standorte von früheren Mitgliederversammlungen ungefähr liegen.

Berichte unserer Mitglieder

7. Freeden-Ultra 44,4 km am 30. Juli

von Hans-Werner Rehers

Nachdem schon die erste Hälfte des Jahres 2023 nicht so “gelaufen” ist, wie ich es mir vorgestellt hatte, machte mir Anfang Juli eine bei einem Fahrradsturz erlittene starke Rippenprellung mächtig zu schaffen, an ein Ausüben unserer Lieblingsbeschäftigung (Laufen) war nicht zu denken, und da ich schon die www.24-lauf.de knicken musste, wollte ich Ende Juli beim www.ultra-uwe-unterwegs.de in Bad Iburg antreten und dort zumindest einen Halben finishen.
Man konnte sich zwischen 6 und 12 Uhr am Wanderparkplatz “Zum Freeden” auf die Beine machen, um innerhalb von neun Stunden die 44,4 km incl. knapp 1000 HM abzuspulen, und beim Eintreffen gegen 6:30 Uhr stellte ich fest, dass unser Vize Gerd Junker, der es seit seinem Jubiläum (“1000”) langsamer angehen lassen will, und Kurt Gormanns schon unterwegs waren. Uwe Laig traf gerade letzte Vorbereitungen für seinen Start.
Also nichts wie los, die Strecke hatte ich noch einigermaßen im Kopf, vorbei am “Kleinen Freeden” und der Freedenhütte gelangt man über ein Teilstück des Hermannswegs zum höchsten Punkt der Route mit 231 HM bei einer Steigung von 15%. Das sind schon beinahe Werte, die mit der TdF mithalten können und die dazu beitragen, dass man für den Km schon mal 11 Minuten benötigt.
Auf dem Schau-ins-Land-Weg passiert man die Dütequelle, biegt an der Karussellplatz-Hütte scharf links ab, um endlich wieder Höhenmeter zu sammeln und dann über den Ahornweg sich zügig, weil man gut einen km zügig bergab rollen kann, Bad Iburg zu nähern.

Streckenfoto: Uwe Laig

Dabei werde ich von einem total entspannten Daniel Bugiel (M40) eingeholt, der als Einziger mit einer “4” vorn das Treppchen erklimmt und mir ganz begeistert kurz vom ZUT und vom Skymarathon Rosengarten Schlern berichtet, um sich dann locker nach vorn zu verabschieden.
Ein Stopp nach Runde 1 beim Auto wegen Verpflegung ist nicht nötig, ich hab‘ alles dabei und begrüße beim Durchlauf ganz kurz Heinz Nagel und Andreas Bremer, die sich nach dem Untergrund erkundigen, der im Verhältnis zum Mal davor allererste Sahne ist.
Mal schauen, ob ich meine 1:31 Std. in Runde 2 auch schaffe, die Prellung meckert nicht und ich bin guter Dinge, dass das machbar ist, zumal auch das Wetter (Runde 1 Sonne, jetzt bedeckt) Läuferfreundlichkeit beweist.
Ungefähr bei Km 20 läuft an der gleichen Stelle, wo mich in Runde 1 Daniel passiert hat, Heinz Nagel auf mich auf, der nach einem Smalltalk (soviel Zeit muss sein) seine Pace wieder forciert und sich aus meinem Blickfeld verabschiedet.
Beim Erreichen der langen Zielgeraden zeigt ein Blick auf die Uhr, dass ich hetzen müsste, um die Zeit der ersten Runde zu toppen - und das möchte ich in diesem Leben nicht mehr - mit dem Ergebnis, dass ich nach 3:04:03 Std. zufrieden DRIN bin.

Mühlenweg-Ultra Wallenhorst 23./24. September

von Gerd Junker

Gegen Ende der 80-er Jahre entwickelte der Heimat- und Wanderverein Wallenhorst, dessen Mitglied ich auch heute noch bin, den etwa 100 Km langen Mühlenweg am Wiehengebirge. Später übernahm unsere Gemeinde die Bekanntmachung und Vermarktung dieses Weges, der in einem großen Bogen bis hinein ins Westfälische um Wallenhorst führt und, wie sein Name schon sagt, an zahlreichen, nämlich neun Wassermühlen und zwei Windmühlen, entlangführt.
So wuchs im Laufe der Zeit die Idee, diesen allen Lauffreunden als Landschaftslauf anzubieten. Aufgrund der Streckenlänge teilte ich den Weg in zwei Etappen als Doppeldecker auf. Wem das zu viel erschien, der konnte sich mit einer Etappe begnügen.
So bat ich mal wieder meinen Lauffreund Uwe Laig, die Ausschreibung und die Anmeldemöglichkeit über race result ins Netz zu stellen. Uneigennützig, wie immer, kam er meiner Bitte nach, schon konnte es losgehen.
Start- und Zielort liegen im Zentrum von Wallenhorst, rund 150 Meter von meinem zu Hause entfernt. Mehrere Läufer nächtigen im Gasthaus Zur Post unmittelbar in Startnähe, ideal!
Etappe 1 am Samstag wird von Wallenhorst aus bis kurz nach der B 218-Überquerung in Ostercappeln-Venne gelaufen, die Streckenlänge beträgt 51,3 Km. Am 2. Tag, Sonntag, starten wir am Ziel des Vortages und laufen die Runde zu Ende bis zum Ziel nach Wallenhorst, Streckenlänge hier 50,7 Km.
Eine logistische Herausforderung gibt es: Alle Läufer müssen an Tag 1 natürlich vom Zielpunkt in Ostercappeln-Venne wieder zurück nach Wallenhorst und am 2. Tag, wo der Start am Ziel des Vortages ist, müssen erst einmal alle Starter dorthin gefahren werden. Natürlich bekommen wir alles ganz elegant hin.
14 Läufer wollen mitlaufen, für eine Premiere eine zufriedenstellende Teilnehmerzahl!

TAG 1: Fast alle Laufwilligen (fünf Frauen und neun Männer) treffen sich am Zielort am Wassertretbecken in Ostercappeln-Venne. Drei Autos fahren die Teilnehmer wieder zurück zum Startpunkt nach Wallenhorst. Wie eingeplant, starten wir pünktlich gegen 7:45 h.
Die Strecke führt zunächst in südlicher Richtung durch Wallenhorst, hinaus durch ein Waldgebiet ins ländlich gelegene Osnabrück-Pye über den Osnabrücker Stichkanal und das kleine Flüsschen Hase, auf dessen Brückenmitte wir Niedersachsen verlassen und nordrhein-westfälischen Grund und Boden belaufen. Auf dem Weg dorthin verlaufen sich bereits einige, weil Track und Wanderwegmarkierung (weißes M) nicht übereinstimmen. Das gehört bei einem Ultra (fast) immer dazu.
Durchs westfälische Büren führt der Weg an einem Industriegebiet vorbei, dann durch einen schönen

Wald zum Attersee nach Lotte-Wersen, wo wir die erste Mühle bestaunen dürfen. Niemand hat es eilig, es werden Bilder gemacht, mitgebrachte Snacks und Getränke verzehrt, dann geht es weiter. Es soll ein Genusslauf sein, das sehen Gott sei Dank alle so.
Immer noch in Wersen, jedoch schon wieder außerhalb, erblicken wir die Mühle Bohle, eine alte Wassermühle, sehr gut gepflegt und erhalten.
Kurz vor der Ortschaft Halen bei Km 20 bietet unser Lauffreund Uwe Laig tolle Verpflegung an. Er wollte mitlaufen, ist aber verletzt. Statt Trübsal zu blasen, versorgt uns Uwe mit tollen Getränken und Leckereien. Alle sind sehr dankbar. Klasse, Uwe!
Schon verlassen wir Nordrhein-Westfalen wieder und laufen noch einmal ins heimische Niedersachsen. Am Stichkanal geht es jetzt nach Norden, wo wir an Wallenhorst vorbei nach Bramsche in Richtung Fernsehturm kommen. Wir laufen über den Schulhof der Waldorfschule in Evinghausen, wenig später steht Uwe mitten im Wald bei Km 40 mit frischer Verpflegung. Jeder greift wieder beherzt zu und stärkt sich. Dann geht es am Kalkrieser Campingplatz vorbei, wir passieren die Schmittenhöhe und laufen etwas später bergab in Richtung norddeutsche Tiefebene fast am Schlachtfeld der Römer und Germanen entlang.
Der archäologische Fundplatz in der Senke von Kalkriese-Niewedde hat sich längst als Ort der Varusschlacht einen Namen gemacht. Im Jahre 9 n. Chr. besiegten germanische Stammeskrieger unter Leitung des Heerführers Arminius die römischen Legionen unter Varus vernichtend. Ein dazugehöriges Museum und das Schlachtfeld kann man als Dauerausstellung ständig besuchen.
Zweimal überqueren wir den Mittellandkanal und erreichen nach rund 51 Km und 530 Höhenmetern unser heutiges Ziel am Wanderparkplatz in Ostercappeln-Venne.
Läuferinnen und Läufer steigen in ihre Autos und fahren entweder nach Hause oder zum Übernachten nach Wallenhorst.

Läufergruppe auf dem Mühlenweg Foto: privat

TAG 2: Am Start sind heute fünf Männer sowie fünf Frauen. Drei Männer hatten sich für nur eine Etappe angemeldet, HaWe Rehers hat Knieprobleme und meldet sich ab. Trotzdem bringt er morgens noch einige Läufer zum Start nach Ostercappeln-Venne. Danke, Hans-Werner!
Es wird heute ein richtiges Laufabenteuer mit 700 Höhenmetern und über 50 Km Laufstrecke durch viel Wald, nasses Gras am Morgen und tollem Laufwetter. Nachdem sich der Himmel gestern meist bewölkt zeigte und die Temperaturen 16 Grad erreichten, scheint heute die Sonne mit Temperaturen bis 19 Grad.

Es geht los am Wassertretbecken in Ostercappeln-Venne leicht bergauf hinein in den Wald. Wir übersteigen umgestürzte Bäume, unterhalb plätschert ein Bach. Es scheint, wir laufen im Harz oder sonst einem Gebirge, super! Oben erreichen wir den Venner Aussichtsturm, der einen tollen Blick in die Ebene bietet. Früh am Morgen ist es noch diesig, ein Hinaufsteigen lohnt sich heute nicht.
Bergab erreichen wir Venne, einen kleinen Ort mit einer Mühle und einer Waffelfabrik, alles so früh noch ruhig und unscheinbar. Es läuft sich gut, die Berge werden hochgegangen, unterwegs steht Uwe und begrüßt uns. Dann beginnt das erste Abenteuer. An der nächsten Mühle vorbei nähern wir uns dem ehemaligen Herrenhaus Krebsburg. Es wurde 1347 errichtet und wechselte oft den Besitzer. Unser Weg führt direkt über das Gelände. Leider darf man seit Kurzem nicht mehr ohne Weiteres darüber laufen, das Tor ist geschlossen. Schon erreicht mich der erste Anruf: Wo soll ich herlaufen? Als Günter Liegmann und ich das Gut erreichen, kommen uns Ute, Martina und Lars entgegen. Wir laufen über Stock und Stein und versuchen, uns am Gut rechts vorbei durch das Unterholz zu schlagen. Dabei müssen wir zweimal einen Bach überqueren. Wir helfen uns mit Steinen und Holzstämmen. Bei der 2. Bachüberquerung rutscht Günter der Baumstamm weg und schon hat er Badetag. Er liegt im recht flachen Bach und nimmt es selbst humorvoll. Sein Spruch: „Ich bin gelenkig wie eine Bahnschranke‘‘ erzeugt Lacher, er läuft natürlich weiter. Es gilt, noch einen Stacheldrahtzaun zu überwinden, dann laufen wir 200 Meter über eine nasse Wiese, klettern einen Hang rauf und sind schon wieder auf der richtigen Strecke.

Jetzt wird es richtig schön. Durch herrliche Wälder erreichen wir Belm-Vehrte, bei Km 19 versorgt uns Uwe wieder. Unsere Fünfergruppe bleibt bis zum Ziel beieinander, es macht richtig Spaß. Die Stimmung ist locker. Es wird viel fotografiert und gelacht. Die Führenden sind schon weit voraus. Durch Waldgebiet geht es an den Buttersteinen vorbei, wir umrunden Belm und laufen in Richtung Nettetal. Gedankenverloren laufe ich so vor mich hin, als die anderen mich zurückpfeifen: Wir müssen hier links ab! Stimmt ja auch! Im Sommer habe ich den Weg mit meinem Fahrrad abgefahren und musste es hier über einen völlig zugewachsenen Wiesenweg schieben. Jetzt ist er leider noch zugewachsener, voller Brennnesseln und sonstigem Gestrüpp. Egal, alle kämpfen sich durch das Unterholz. Lars versucht, das Unkraut irgendwie umzuhauen, meist vergebens. Nach ungefähr 300 – 400 Metern endet das Elend, wir erreichen wieder festen Wegegrund. Alle haben sich die Beine an den Brennnesseln reichlich verbrannt, soll ja gut sein gegen Rheuma. Was für ein Laufabenteuer, später lächelt man drüber. Die Beine brennen am nächsten Morgen noch.
Bei Km 37 erreichen wir den Biergarten an Knollmeyers Mühle. Jetzt ist es auch egal. Wir trinken jeder einen halben Liter Bier, zwei Kilometer weiter steht Uwe wieder mit seiner Verpflegung. Bier macht Appetit, also schlagen wir nochmals zu. Danach sind es keine zehn Kilometer mehr bis ins Ziel nach Wallenhorst.
Obwohl die Laufstrecke rund 200 Meter unterhalb der Lechtinger Mühle vorbeiführt, nehmen wir den kleinen Umweg in Kauf und schauen uns die besterhaltene und sehr gepflegte Mühle in Wallenhorst-Lechtingen näher an.
Uwe macht ein Bild von uns, es geht die letzten Kilometer über den Bohlenweg an der alten Kirche vorbei zurück ins Wallenhorster Zentrum.
102 KM in 2 Tagen sind gelaufen.

Alle sind sich einig: Schön war es – und abenteuerlich. So etwas kann man nicht planen und erlebt es auch nicht jeden Tag.

Läufergruppe vor der Lechtinger Mühle in Wallenhorst. Foto: privat

Mein 200. Marathon beim 100. MMM in Kosice dem ältesten Marathon Europas

von Jürgen Reuter

Einmal im Leben einen Marathon zu laufen, das war vor vielen Jahren ein Wunsch von mir. Meinen 100. Marathon lief ich in Mendig beim Vulkan Marathon am 01.05.2018. Dass ich dann bereits in 2019 die Planung meines 200. Marathon beginnen sollte, kaum zu glauben. Die Wahl fiel nicht schwer, stand doch 2020 der 50. New York Marathon an. Also die Lauftermine fix geplant und gleich für den NY Marathon angemeldet. Die Startplätze dort sollten zum Jubiläum besonders begehrt sein. Die Zeiten einer Qualifikation für mich keine Option und das Losverfahren ebenfalls nicht. Bleibt also nur ein Reiseveranstalter. Soweit so gut, alles gebucht, Startplatz, Hotel, Flug und das anschließende Reiseprogramm durch die USA. Am 01.03.2020 lief ich meinen letzten Marathon beim Neckarufer Marathon. Dann kam Corona und machte alle Planungen zunichte. Die Folgen der Pandemie bedeuteten für mich eine 2-jährige Pause. Laufen mit Maske usw. kam für mich nicht in Frage. Ich kümmerte mich in dieser Zeit um alles, was in den letzten Jahren zu kurz kam, bzw. liegen blieb. Das Jahr 2022 brachte dann Aussichten auf eine Wende und es wurden Planungen wieder realistischer. Also begann ich Ende 2022 aufs Neue meinen 200. Marathon zu planen. Die Wahl war recht einfach, meinen 200. Marathon bei einer 100. Veranstaltung, klasse Vorstellung. Es sollte nach Kosice in der Slowakei gehen. Dort fand am 01.10.2023 der 100. MMM (Medzinarodny maraton mieru) übersetzt „Internationaler Friedensmarathon“ statt. Umgehend meldete ich mich an. Direktflüge ab Düsseldorf sofort gebucht. Doch ganz so einfach sollte es nicht werden, nach Kosice zu kommen. So wurden uns, meine Partnerin begleitete mich, die Flüge im Frühjahr 23 ersatzlos gecancelt. Also umbuchen. Nun sollte der Flug ab Luxemburg via Warschau nach Kosice gehen. Von wegen, auch dieser Flug wurde gecancelt und um einen Tag vorverlegt. Für uns aus persönlichen Gründen keine Option. Also den Hinflug wieder umgebucht. Nun sollte es ab Frankfurt Hahn via London Stansted nach Kosice gehen. Und so kam es auch, pünktlich am 28.09.23 um 20:05 Uhr landeten wir dann endlich in Kosice.

Das Warten auf den Bus (1,20 Euro) in die Stadt dauerte uns zu lange. Also mit dem Taxi, für knappe 20 Euro, direkt in die Stadt zum Hotel. Einchecken und zum Abendessen, so endete der erste Tag in Kosice. Am Freitag nach dem sehr guten Frühstück im Hotel ging es in die Stadt. Unser Hotel (Boutique Hotel Bristol) lag sehr zentral in der Altstadt, alles fußläufig erreichbar.

Die zweitgrößte Stadt Kosice ist mit 242000 Einwohnern nicht nur das Zentrum der Ostslowakei, sondern auch das Kernstück der Ostkarpaten. Die Stadt, zu Deutsch Kaschau, liegt nahe der Grenze zu Polen, der Ukraine und Ungarn. Kosice hat eine gut erhaltene Altstadt. Es gibt viele denkmalgeschützte Gebäude im gotischen, Renaissance, Barock und Secession Style. Das prächtigste und bekannteste Gebäude ist die größte Kirche der Slowakei, die St. Elisabeth Kathedrale. Die lange Hauptstraße ist gesäumt von Palästen, Kirchen und Bürgerhäusern. Eine florierende Fußgängerzone mit vielen Boutiquen, Cafés und Restaurants. Es gibt einen Stadtpark zwischen Altstadt und Hauptbahnhof sowie einen Zoo. Kurz und knapp zusammengefasst, eine sehr schöne und vor allem sehr saubere Stadt. Wir fühlten uns hier sehr wohl.

Wir nutzten den Freitag um die Startunterlagen abzuholen. Das erweist sich als sehr gut, da sich am Samstag lange Schlangen bei der Ausgabe bildeten. Die Jubiläumsausgabe beschert dem Veranstalter (Kosice Marathon Club) Rekorde bei der Teilnehmerzahl. Auch den Ansturm bewältigt der Veranstalter mit Bravour, hier wirkt alles sehr gut vorbereitet und organisiert.

Auf der Starterliste des Marathons findet man nur wenig Deutsche Teilnehmer, etwa 20 finde ich in der Liste. Den Rest des Tages nutzen wir zum Bummeln, Shoppen und um das reichhaltige kulinarische Angebot zu nutzen. Das Wetter meint es besonders gut mit uns und so ist auch die Außengastronomie sehr gut besucht.

Der Samstag, die Stadt wird voller und voller. Immer mehr Läufer und Besucher säumen die Straßen und Gaststätten. Wir kreuzen die Strecke des Familien Laufs und schauen den Läufern zu, bevor wir uns zur offiziellen Eröffnungsfeier begeben.
Diese findet auf einer großen Bühne am Museum statt. Im Museum selbst ist eine Ausstellung zu den „100 Jahre Marathon in Kosice“ zu sehen. Pünktlich zum Beginn der Eröffnung um 17 Uhr beginnt es, leicht zu regnen. Das stört aber hier Niemanden, nicht mal die geladenen Gäste aus Sport und Politik, die im Freien sitzen dürfen. Nach der Eröffnungsfeier wird es schon schwer noch einen Platz zum Abendessen zu bekommen. Selbst die Gastronomie ist hier sehr gut auf dieses Event vorbereitet, mit eigens für den Marathon zusammengestellten Speisekarten.
Wir finden Platz im „Leutschauer Haus“ eines der bedeutendsten Denkmäler der Stadt. Gastronomiebetrieben seit 1569. Heute ein Brauhaus (Hostinec Pivovar).
Am Sonntagmorgen bleibt genügend Zeit für ein Frühstück im Hotel. Das Hotel ist ausgebucht, das merkt man, es wird eng beim Frühstück. Zum Start sind es nur wenige 100 Meter, also alles völlig stressfrei. Wir machen uns gegen 8:10 Uhr auf den Weg zum Start. Die Startblöcke füllen sich so langsam, nachdem die Handbiker gestartet sind. Ich verabschiede mich von meiner Lebensgefährtin und gehe in meinen Startblock. Der Marathon wird hier in zwei identischen Runden gelaufen. Die erste Runde biegt ca. 200 Meter vorm Ziel ab auf die zweite Runde. Der Startschuss fällt pünktlich um 9 Uhr. Nach knappen 3 Minuten darf ich über die Startlinie laufen. Bei der Anmeldung musste eine Zielzeit angegeben werden. Trotz fehlendem Training möchte hier unter 5 Stunden bleiben und habe 4:45 als Zielzeit angegeben, mal schauen. Die Strecke führt über die „Hlavna“ (Hauptstraße) stadtauswärts am Museum vorbei, wo am Tag zuvor die Eröffnungsfeier stattfand. Von der Bühne nichts mehr zu sehen, alles in der Nacht abgebaut. Heute spielt dort eine Band. Bei Km 12/13 und 34 ein Wendepunkt rückseitig dem Start/Ziel. Ich laufe hinter den 4:30 Pacern im Abstand und versuche, diese nicht aus den Augen zu verlieren. Ich laufe einen 6er Schnitt, eigentlich zu schnell für mich, fühlt sich aber gut an. Aber auch die Pacer für 4:30 Std. sind meines Erachtens viel zu schnell unterwegs. Ich lasse die Pacer laufen.
Bei Km 19/20 überrunden mich die beiden Führenden. Der Kenianer Cherop gewinnt mit einer Sekunde vor dem Äthiopier Wami und stellt den Streckenrekord mit 2:06:55 ein.
Beim Wendepunkt zur zweiten Runde bin ich wieder bei den Pacern 4:30. Ich überhole diese, scheinbar ist ihnen aufgefallen, dass sie zu schnell waren. Ich bleibe bis Km 25 vor ihnen, bevor ich das erste Mal mir was zu Trinken am VP nehme. Bis Km 30 kann ich den Pacern noch folgen, dann merke ich, die 4:30 Std. sind für mich heute nicht machbar. Ich nehme etwas Tempo raus, die Kraft lässt ja auch nach und ich will doch die 4:45 halten. Der Himmel klart immer mehr auf und die Sonne brennt nun. Die letzten 6-7 Km werden da schon schwer für mich, ich kämpfe mich durch. Zum zweiten Mal

durch die Altstadt, dieses Mal aber ins Ziel und immer noch unglaublich viele Zuschauer an der Strecke, das motiviert nochmal.

Mit 4:40:39 Std. Netto (4:43:10 Brutto) erreiche ich glücklich und völlig zufrieden das Ziel. Mein 200. Marathon ist „eingetütet“ Die Medaille und das Finisher-Packet mit Erfrischungen gibt’s im Anschluss, bevor mich meine Partnerin in Empfang nimmt… und wie es sich gehört, mit einem Bier.

Der Tag findet bei einem leckeren Abendessen und dem anschließenden Besuch in einer Cocktailbar sein Ende.
Am darauffolgenden Montag geht für uns die Reise weiter via Warschau nach Berlin. Dort darf ich meine Partnerin am Tag der Einheit beim Berlin Marsch bei ihrem ersten 50 Km Marsch begleiten. Auch das schaffen wir zusammen in 9:50 Std.
Ihr erster 50er und mein 201. Finish.
Eine wunderschöne Woche geht zu Ende und nach der Rückkehr steht für mich direkt der Megamarsch in Frankfurt (100 Km) als Schlussläufer auf dem Programm. Fotos: privat

BOTSCHAFTER

Pater Tobias präsentiert Marke DUISBURG IST ECHT weltweit

von Pater Tobias Breer

Als Pater Tobias Breer jüngst beim "Marathon des Royaumes, Aného/Togo am 4.11.2023 startete, ging er auch als Botschafter auf die Strecke. Der Schriftzug DUISBURG IST ECHT prangte auf seiner Sportkleidung. Mit dem Slogan auf T-Shirt, Jacke und Hose lief der Marathon-Pater durch die Küstenstadt Aného in Togo. "Duisburg ist meine zweite Heimat geworden", sagt der 60-Jährige. "Für mich ist es eine Riesenehre, als Botschafter für diese tolle Stadt zu laufen."

DUISBURG IST ECHT erzählt Geschichten

Bei DUISBURG IST ECHT handelt es sich um einen Slogan der Kampagne, die zur Imageverbesserung der Stadt beitragen wird. Die Duisburg Kontor GmbH hat die Marke 2019 eingeführt und erzählt seitdem auf ihren Kommunikationskanälen authentische Geschichten der Bewohner aus ihrer Stadt.

Pater Tobias lebt seit rund drei Jahrzehnten in Duisburg. Er wohnt in der Abtei Hamborn, arbeitet in der Neumühler Herz-Jesu-Gemeinde als Pfarrer und sammelt als Spendenläufer Geld für bedürftige Menschen. Insgesamt 190 Marathons und Ultra-Marathons hat er schon absolviert. Dabei kamen mehr als 1,9 Millionen Euro an Spendengelder zusammen.

Sechs-Sterne-Medaille in Tokio erlaufen

Dabei startet Pater Tobias auch bei extremen Läufen auf der ganzen Welt. Er quälte sich 172 Kilometer durch die glutheiße Wüste des Oman. Er holte sich die Sechs-Sterne-Medaille durch seine Starts bei den Marathons in Berlin, New York, Boston, Chicago, London und Tokio.

Uwe Kluge und Christoph Späh, die Geschäftsführer der Duisburg Kontor GmbH, sahen in dem Ausdauersportler mit dem großen Herz einen perfekten Botschafter für die Stadt und vereinbarten eine Partnerschaft mit ihm. So wird Pater Tobias auch bei den kommenden internationalen Laufsport-Aktionen DUISBURG IST ECHT auf seiner Sportbekleidung tragen und die Marke weltweit repräsentieren.

Mit seinem jüngsten Marathonstart unterstützt Pater Tobias erneut den Verein "Togo-Projekte". Deren Gründerin Brigita Trzeczak lernte Pater Tobias kennen, als sie beim Rotary Club "Antony-Hütte" ihr Engagement in dem westafrikanischen Land vorstellte. "Da die Projekte nur mit Spendengeldern umgesetzt werden können, habe ich versprochen, mich einzubringen", sagt der Prämonstratenser aus der Abtei Hamborn, der in Togo eine Spende in Höhe von 12.000 Euro überreichen konnte.

Bau von Kindergärten mitfinanziert

Brigita Trzeczak macht sich für den Bau und die Erweiterung von Kindergärten stark. Dort lernen die Kinder Französisch, damit sie später in der Schule dem Unterricht folgen können. Außerdem finanziert der Verein für Kinder aus ärmeren Familien die Materialien für den Schulstart wie Bücher, Stifte oder Tornister.

Während seines Togo-Aufenthalts 2022 war Pater Tobias selbst bei der Eröffnung eines Kindergartens dabei: "Zu sehen, wie sehr sich die Kinder freuen, war einmalig. Bildung ist der Schlüssel zum Weg aus der Armut – und ich freue mich, dass ich mit meinem Engagement etwas für die Kinder in Togo tun kann."

Start in der Antarktis

Derweil beginnt für ihn die Vorbereitung auf den nächsten Extremlauf: Anfang 2024 startet der Prämonstratenser beim "White Continent Marathon" in der Antarktis. 50 Läufer aus der ganzen Welt nehmen am Rennen auf King George Island teil – bei extremen Temperaturen.

Der Marathon-Pater ist der einzige Starter aus Deutschland. "Wir laufen über Eis und Schnee", sagt der Botschafter Duisburgs. "Um diese Strecke zu bewältigen, muss ich wieder über meine Grenzen hinaus gehen." Das passende Outfit hat Pater Tobias dabei. Ein Satz Laufkleidung mit dem Schriftzug DUISBURG IST ECHT ist auch für Temperaturen bei zweistelligen Minusgraden geeignet.

Fotos: privat

Marathon Athen 2023

Kurzfassung von Manfred Steckel

Drei Marathonis

Der Ruf des Authentischen
Die Spuren des Phaidippides
Der flache Anfang

Die hügelige Mitte
Das abschüssige Ende
Der Marmor von Panathinaiko

Die güldene Medaille
Die heiligen Ölzweige
Der Blick der geweihten Akropolis

Drei Marathonis (Jürgen Binias, Gerd Junker, Manfred Steckel) Foto: privat

Gründung des 100 Marathon Clubs Deutschland am 24.09.1999

von Christoph Wenzel

Die alte Homepage des 100 MC berichtete, dass 10 Mitglieder und 3 Anwärter am 24. April 1999 in Hamburg den Verein gegründet haben.
Hans-Joachim Meyer aus Hamburg ist ein Gründungsmitglied und erinnert sich gut an diese Zeit. Er hat viel im Telefon-Interview berichtet.

HaJo begann im Alter von 48 Jahren mit dem Marathonlaufen. Seine Bestzeit lief er im Alter von 56 Jahren mit 3:03:30 Std., alterskorrigiert 2:35:52 Std. Seine Serien schneller Marathonläufe über viele Jahre sind legendär. Er schaffte 20 Jahre lang bis zum 70. Lebensjahr alterskorrigierte Marathon-Jahresbestzeiten unter 3 Stunden! Ein Vielläufer mit vielen schnellen Zeiten. Mit 1622 M/U steht das Ehrenmitglied im 100 MC Deutschland auf Platz 4 und im WMMR 300+ auf Platz 11.
Ende der 1990er Jahre gab es einige Marathon-Sammler in Deutschland. Das Angebot an Marathon-Läufen war aber klein und so mussten weitere Anfahrtsstrecken bewältigt werden. Zwei Läufe am Wochenende - „Doppeldecker“ - waren z.B. am ersten Februar-Wochenende in Apeldoorn und Bad Füssing möglich. Über Jahre war daher eine Hamburger Fahrgemeinschaft von Marathon-Vielläufern unterwegs.
Es kam der Wunsch nach einem Verein auf, der die Marathon- und Ultramarathonläufe zählt. Ziele waren, sich kennenzulernen, sich gegenseitig bei der Organisation und bei Fahrten zu Läufen zu unterstützen. Der erste 100 Marathon UK in Großbritannien war Vorbild.
Hans-Dieter Weißhaar bot in Kassel viele Marathonläufe auf verschiedenen Strecken an. Dort gab es einen ersten Versuch einer Vereinsgründung (u.a. mit Horst Preisler, HaJo Meyer, Christian Hottas). Es konnte aber in wesentlichen Punkten keine Übereinstimmung über das weitere Vorgehen gefunden werden.
Beim Hamburg Marathon 1999 wurde ein neuer Anlauf gemacht. Neben Ideen für Aktivitäten des neuen Vereins gab es den Wunsch nach Integration von Vielläufern in den 100 MC.
Die Hamburger Marathonläufer Christian Hottas und HaJo Meyer hatten am Vortag des Marathons einen Nebenraum in der Messe Hamburg gemietet und luden andere Starter zum Treffen ein. Sie hatten den Entwurf einer Vereinssatzung mitgebracht. Die Gründung des 100 Marathon Clubs Deutschland klappte. Die meisten Läufe am Gründungstag war Sigrid Eichner gelaufen (342 M + 217 UM = 559 Läufe), HaJo Meyer hatte 395 M + 155 UM = 550 Läufe geschafft.
Die 10 Vollmitglieder mit mindestens 100 M/U erhielten die Mitgliedsnummern 1 bis 10:
1 Christian Hottas, Hamburg 2 Hans-Joachim Meyer, Hamburg 3 Werner Sonntag, Stuttgart
4 Sigrid Eichner, Berlin 5 Kurt Felle, Memmingen 6 Rolf Frank, Itzehoe 7 Heinz Lorber, Seelze
8 Karl-Ernst Rösner, Haan 9 Patrik Schmidt, Hamburg 10 Michael Turzynski, Hannover
Die 3 Anwärter bekamen damals noch keine Mitgliedsnummer; in der Liste 9-1999 wurden fünf Anwärter mit „A1“ bis „A5“ statt mit einer Mitgliedsnummer gezählt. Deshalb haben die 3 Anwärter, die bei der Gründung dabei waren, höhere Mitgliedsnummern:
12 Rene Wallesch, Geesthacht 34 Hartmut Feldmann, Hamburg 35 Ingo Schmidt-Dumont, Hamburg.

Der erste Marathon des 100 MC war der 1. Elbtunnel-Marathon in Hamburg am 30.01.2000.
Von den Gründungsmitgliedern ist Werner Sonntag gestorben; Kurt Felle, Heinz Lorber, Karl-Ernst Rösner, Patrik Schmidt, Hartmut Feldmann (Hamburg) und Ingo Schmidt-Dumont sind nicht mehr aktiv.
Weiter aktiv sind Sigrid Eichner, Christian Hottas, HaJo Meyer, Rolf Frank, Michael Turzynski und Rene Wallesch.
Einzelne Gründungsmitglieder sind aus dem 100 MC ausgetreten und später wieder eingetreten.
Seit der Gründung sind ununterbrochen Mitglied: Sigrid Eichner, Hans-Joachim Meyer, Kurt Felle, Heinz Lorber, Patrik Schmidt, Michael Turzynski und Rene Wallesch.

HaJo Meyer war 1999-2002 und 2005-2010 der 1. Vorsitzende des 100MC. Foto: privat

Diese 7 Dauerläufer haben zusammen 9094 M/U geschafft.
Der 100 MC ist groß geworden und bietet ein vielfältiges Laufangebot.
Von 444 Mitgliedern (Stand: 30.06.2023) haben 420 Mitglieder zusammen 125932 M/U gemeldet.

Gründungsversammlung 100 Marathon Club am 24.04.1999

Kurt Felle, Ingo Schmidt-Dumont, Sigrid Eichner, Karl-Ernst Rösner, Christian Hottas, Hans-Joachim Meyer, Rolf Frank, Michael Turzynski, Werner Sonntag, Heinz Lorber, René Wallesch (von links nach rechts).
Das Gründungsfoto wurde in der Clubzeitung „100MC aktuell 2/2000“ verwendet.

25 Jahre 100MC – Marathonläufe am Jahrestag

Liebe Lauffreunde,

der 100 Marathon Club Deutschland e.V. wurde am 24. April 1999 in Hamburg gegründet. Das 25-jährige Bestehen am Mittwoch, 24. April 2024 wollen wir feiern - natürlich mit einem Marathon. Wir rufen daher zu einer Aktion auf und hoffen auf rege Beteiligung unserer Mitglieder.

Die Idee: Wie bei der "Eskorte 3000" für Christian Hottas im Juni 2021 werden am 24.04.2024 Marathonläufe in Deutschland durch unsere Mitglieder organisiert.
Davor Bendin hat bereits in Kiel Holtenau einen Marathon am Mittwoch, 24.04.2024 ausgeschrieben.
Und auch Bernd Neumann plant, einen Marathon an diesem Tag in Bad Lippspringe zu veranstalten.
Ausschreibungsdetails wie Streckenführung, Startzeit, Teilnehmerlimit, Teilnahmegebühr etc. werden jedem Veranstalter selbst überlassen.
Allerdings würden wir uns freuen, wenn ihr in eurer Ausschreibung dazu aufruft, 100MC Vereinskleidung (soweit vorhanden) am 24.04.2024 zu tragen.

Eine Finisher-Medaille wurde zu diesem Anlass kreiert.
Die Bestellung der Medaillen ist über folgenden Kontakt möglich:

WIPO Sport
Ansprechpartner: Karsten Pieper
Anschrift: Lockweg 54, 59846 Sundern/Sauerland
Telefon: 02933-846363
Fax: 02933-846365
E-Mail: pieper@wipo-sport.de
Homepage: www.wipo-sport.de

Preis pro Medaille: etwa 2 €
Versandgebühren: 8 € (bei weniger als 50 € Bestellwert)
keine Mindestabnahme

Wir freuen uns, wenn möglichst viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer am 24.04.2024 bundesweit laufen und gemeinsam das 25-jährige Bestehen des 100MC feiern.

Die Veranstalter dieser Wettläufe werden gebeten, das Gruppenfoto der Teilnehmenden vor dem Start (soweit vorhanden) an unsere Pressewartin Jana Bieler (E-Mail: 100mc.presse@gmail.com) zu schicken. Eingereichte Fotos werden ggf. später auf der 100MC Webseite veröffentlicht.

Weitere Informationen werden zeitnah auf der 100MC Webseite veröffentlicht.

25 Jahre 100MC – Mitgliedertreffen in Hamburg

Liebe Mitglieder,

das 25-jährige Bestehen des 100MC fällt auf einen Mittwoch. Vier Tage später findet der Hamburg Marathon statt, zu dem jedes Jahr viele 100MC Kameradinnen und Kameraden angemeldet sind.
Wir nutzen daher diese Gelegenheit zu einem zeitnahen Treffen in der Hansestadt und laden alle 100MC Mitglieder herzlich ein, hieran teilzunehmen.

Das Mitgliedertreffen in Hamburg anlässlich des 25-jährigen Bestehens des 100 Marathon Club Deutschland e.V. findet statt:

- Datum: Samstag, 27.04.2024
- Anschrift: Haus des Sports, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg
- Raum: Alexander-Otto-Saal (1. OG)
- Uhrzeit: 15:30 bis 19:30 Uhr

Es steht ein großer Saal inkl. Garderobe zur Verfügung. Hier habt ihr die Möglichkeit, euch mit Vereinskameraden auszutauschen, Pasta zu essen und an einer Foto-Aktion teilzunehmen.
Ihr könnt einen Gast mitbringen.
Bitte meldet euch bis zum 10.04.2024 bei Gerd Junker (gerd.junker@osnanet.de) an, damit Bestuhlung und Verpflegung geplant werden können.

Ein Hinweis für alle, die an diesem Tag auch die Hamburger Marathonmesse besuchen: Das Haus des Sports ist etwa elf Gehminuten von der Messe entfernt.

Für Mitglieder, die am Hamburg-Marathon am 28.04.2023 nicht teilnehmen können oder wollen (bspw. wg. dem Zeitlimit), wird ein Alternativmarathonlauf von Stephan Barz in Hamburg angeboten. Dieser Lauf wird über die Lauftermine auf unserer Club-Homepage ausgeschrieben.

Presseberichte

Mensch läuft

Jobst von Palombini steht vor einem besonderes sportlichen Jubiläum. Am Sonntag will der 54-Jährige seinen 900. Marathon-Plus laufen. Dabei soll es nicht bleiben.

Mindener Tageblatt am 09.11.2023 von Marcus Riechmann

Minden. Sein Stil ist unverwechselbar und auf jeder Strecke gleich. Den Oberkörper leicht nach vorn geneigt arbeitet sich der ganze Mensch voran. Jobst von Palombini geht es nicht so sehr um Zeiten, sondern um Meter. Und so zuckelte der Marathon-Mann am Sonntag beim Robert-Hannemann-Gedächtnislauf im gewohnten Rhythmus über die 5.030 Meter zählende Kurzstrecke. Für den Bückeburger Ultra-Läufer waren die zwei Runden durch das Mindener Glacis eine Art Sprint, den er im Feld der 77 Läuferinnen und Läufer nach 21:15 Minuten als Gesamt-17. und Zweiter der Altersklasse M50 beendete. Keine Frage: Er ist in Form.

Immer in Bewegung. Jobst von Palombini läuft hier beim Hannemann-Gedächtnis-Lauf im Mindener Glacis. Am Sonntag will er seinen 900. Marathon-Plus absolvieren. MT-Foto: Marcus Riechmann

Grund zu guter Laune hatte er bereits vor dem Start im Mindener Stadtwald. Beim Lauftag des SV 1860 Minden hatte sein Sohn Amadeo, wie der Vater im Trikot des VfL Bückeburg unterwegs den Jugendlauf über 2.000 Meter in 8:03 Minuten souverän gewonnen. Nur der gemeinsame Höhepunkt des Vater-Sohn-Fünferlaufs fiel aus. Von Palombini-Junior, der beim Fußball sportlichen Ausgleich findet, war nach seinem Rennen etwas angeschlagen und brauchte Ruhe.

Wie der Vater, so der Sohn: Amadeo von Palombini gewann beim Hannemann-Lauf das Rennen über zwei Kilometer. MT-Foto: Marcus Riechmann

Am kommenden Sonntag wird die Strecke länger. Dann richtet Jobst von Palombini im Schaumburger Land den Idaturm-Marathon aus. Es soll in kleiner und erlesener Runde mit just zwei Dutzend Ausdauersportlern ein besonderer Tag werden, vor allem für ihn selbst. Denn der 54-Jährige Gymnasiallehrer will am Sonntag seinen 900. Lauf über die Marathon- oder Ultra-Distanz bestreiten.

„Ja, das bedeutet mir etwas. Da steckt unheimlich viel drin“, sagt der Dauerläufer. Im Altewr von 25 Jahren nahm er im März 1994 in Springe seinen ersten Marathon in Angriff – und scheiterte. „Es hagelte und stürmte und ich war viel zu schnell unterwegs. Ich hatte mich übernommen und musste aussteigen“. Eine Erfahrung fürs Leben, die von Palombini nur einmal machte. Bereits zwei Monate später stand er wieder am Start. Er beendete den Marathon in Hasede in bemerkenswerten 3:05 Stunden. Sein dritter Langlauf war bereits der prestigeträchtige Berlin-Marathon, den der Bückeburger in 3:00:24 schaffte.

Berlin lässt ihn seitdem nicht mehr los. „Das ist schon besonders. Da war ich 22 Mal“, erzählt er am Rande des Hannemann-Laufs. Auch im September nahm er am größten deutschen Lauffest mit knapp 50.000 Ausdauersportlern teil. Nach 3:24:22 lief er auf Platz 6.847 am Brandenburger Tor ein. „So schnell, wie seit

siebeneinhalb Jahren nicht mehr“, meint er lächelnd.

Seit den Anfängen vor rund 30 Jahren istr der Dauerlauf zur Leidenschaft des Lehrers geworden, der am Gymnasium Petershagen Latein, Englisch und Italienisch unterrichtet. In Turnschuhen verschwimmen die Grenzen. Unterwegs sind alle gleich. Das gefalle ihm, sagte er einst. „Dieser Gleichheitsgedanke hat mich immer schon fasziniert. Egal, wo einer herkommt oder was er macht – er kann beim Laufen zeigen, was er kann“. Das tut er seit knapp 30 Jahren rund 30 Mal pro Jahr. „So ungefähr kann man rechnen“, meint er und lacht. Die klassischen Volksläufe der Region kommen noch obendrauf. So nebenbei.

„Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft.“ Dieses Zitat der tschechischen Lauflegende Emil Zatopek machte sich von Palombini zu eigen. Er läuft und läuft. 42,195 km reichten da nicht immer. 1997 bewältigte er den Deutschland-Lauf. 21 Tage in Folge fast 60 Kilometer. Im tschechischen Brünn läuft er 257,389 Kilometer binnen 48 Stunden – auf einer Laufbahn aus Beton. Beim Lauf am Lago d’Orta in Italien absolviert von Palombini zehn Marathonläufe in zehn Tagen. Den Transe-Gaule, einen Lauf über 1.200 Kilometer durch Frankreich, hat der Lehrer bereits dreimal gemeistert.

Längst gehört er einer elitären Gruppe an: Dem 100 Marathon Club, für den man 100 Läufe mit mindestens 42,195 Kilometer bewältigt haben muss. Das sind in Deutschland mit gut 400 Athleten einige, doch wenige handvoll sin in von Palombinis Regionen unterwegs, in denen Christian Hottas aus Hamburg mit mehr als 3.200 Marathon-Plus-Läufen eine einzigartige Sonderstellung einnimmt. „Wir verschieben Grenzen“, sagt von Palombini über diese ungewöhnliche Szene von Menschen, die die Extreme suchen.

Im Februar 2020 meisterte von Palombini im gewohnten Revier in Bad Eilsen seinen 800. Lauf in einer Zeit von 4:13:42 Stunden. Nun, rund dreieinhalb Jahre später, steht die 900 auf der Uhr. Er freut sich darauf. „Wir starten um zehn Uhr an der Kaffeemühle in Bad Eilsen. Dann laufen wir sieben Mal am Idaturm vorbei. Das sind rund 800 Höhenmeter, das ist anspruchsvoll“, berichtet er wohlgemut. Anspruchsvoll. Man merkt, dass ihm das gefällt.

Die Ziele gehen ihm nicht aus. „Wenn man die 900 hat, will man die 1.000 auch schaffen“, nimmt der 54-Jährige eine magische Marke ins Visir. Wenn er seinen Rhythmus beibehält, dürfte es in drei bis vier Jahren soweit sein. Wahrscheinlich wieder vor der Haustür.

Nach dem Rekord gibt es Kuchen

Der Bückeburger Jobst von Palombini läuft seinen 900. Marathon

Mindener Tageblatt am 18.11.2023 von Marcus Riechmann

Minden/Bückeburg. Die nächste Marke ist geschafft. Am Wochenende lief Jobst von Palombini seinen 900., Lauf über die Marathondistanz oder länger. Den von ihm selbst ausgerichteten Idaturm-Marathon legte der Bückeburger in 4:24:48 Stunden zurück. Kein heimischer Läufer hat mehr Läufe über 42,195 Kilometer oder mehr bestritten als „Mister Marathon“ von Palombini.

Rund 800 Höhenmeter waren auf dem anspruchsvollen Rundkurs durch den Schaumburger Wald, der sieben Mal am namensgebenden Turm vorbeiführte, zu bewältigen. An der Seite von Björn Bünermann lief der 54-jährige Ultra-Läufer auf Gesamtplatz 2 unter 21 Finishern ins Ziel und war rundum zufrieden. „Es war ein wunderschöner herbstlicher Lauftag mit vielen Lauffreunden. Es hat alles wunderbar geklappt“, berichtete der Petershäger Gymnasiallehrer, der das Jubiläum noch lange in der Kaffeemühle in Bad Eilsen bei Kaffee und Kuchen ausklingen ließ.

Dort nahm er auch die Urkunde zum 900. von Ingo Kloss, wie von Palombini Mitglied im exklusiven Club der 100 Marathon-Plus-Läufer, entgegen.

Das Dokument ist Beleg bewegter 29 Jahre des bekanntesten Marathon-Manns der Region und zugleich Ansporn für die nächsten 100 Läufe.

„Wenn man die 900 hat, will man die 1.000 auch schaffen“, hatte der 54-jährige bereits vor dem Idaturm-Marathon angekündigt.

Im Alter von 25 Jahren lief der Mittelstreckler einst in Hasede in 3:05 Stunden seinen ersten Marathon. 22 Mal ist er bereits beim Berlin-Marathon, seinem Lieblingslauf, gestartert. Durchschnittlich 30 Marathon- und Ultra-Läufe bewältigte er seitdem pro Jahr. Wenn er diesen Rhythmus beibehält, sollte er die magische 1.000er-Marke in drei bis vier Jahren schaffen.

Daumen hoch für die 900: Gemeinsam liefen Björn Bünermann (links) und Rekordmann Jobst von Palombini ins Ziel und posierten hernach für das Erinnerungsfoto. Foto: privat

Im Rahmen der Retrospektive 25 Jahre 100MC wurde nicht nur viel recherchiert, sondern auch mit Gründungsmitgliedern gesprochen. Christian Hottas hat den folgenden Zeitungsartikel zur Verfügung gestellt mit dem Hinweis, dass es sich seiner Kenntnis nach um den ersten Presseartikel handelt, in dem der frisch gegründete 100 Marathon Club Deutschland e.V. erwähnt wurde. Der Veröffentlichung in unserem Clubheft nach über 24 Jahren hat die Davoser Zeitung mit freundlichen Grüßen zugestimmt.

Ein ganz besonderer Klub

Deutschlands Extrem-Ausdauerläufer haben sich zu einem Verein zusammengefunden

Davoser Zeitung am 30.07.1999 von wb

wb. Er heisst «100 Marathon Club Deutschland» und stellt eine höchst aussergewöhnliche Forderung an seine Mitglieder: Sie müssen mindestens 100 Marathonläufe absolviert haben.

Wie Christian Hottas, der 2. Vorsitzende, gegenüber der «DZ» erklärte, umfasse der Verein bisher lediglich etwa 20 Mitglieder. «Aber wir sind ja noch ein junger Klub. Unsere Gründung fand erst am 24. April dieses Jahres statt.» Wer Mitglied werden möchte, muss nachweisen können, dass er in seinem Leben mindestens 100 Marathonläufe (also 42 km oder länger) zu Ende gelaufen hat. Hottas: «der oder die Kandidatin muss uns eine genaue Liste aller Wettkämpfe in chronologischer Reihenfolge einreichen.

Natürlich können wir nicht alle Daten nachprüfen. Aber wir machen Stichproben.»

Wie eine Statistik zeigt, haben die Mitglieder bisher fast schwindelerregende Leistungen erreicht. Der Rekordhalter des Klubs, und zwar ist es bezeichnender Weise eine Frau (!), nämlich Sigrid Eichner, steht mit nicht weniger als 350 Marathons und 219 Ultra-Marathons (Rennen über eine Distanz von mehr als 42 km) zu Buche. Christian Hottas kann bisher auf 246 Marathons und 115 Ultras zurückblicken. Er steht damit auf Platz vier der Vereinsrangliste.

90 Marathons in einem Jahr

Es sei überhaupt nicht so, dass die Mitglieder auf «Biegen und Brechen» an jedem Wochenende einen Wettkampf bestritten. «Der Lübecker Hartmut Ehrlich brauchte ganze 21 Jahre, 11 Monate und 13 Tage vom 1. bis zum 100. Marathon.» Ein Läufer habe die Hundert vollendet, ohne jemals mehr als sieben Läufe pro Jahr absolviert zu haben, andere dagegen liefen mehr als 90 Marathons im Jahr! «Einige starteten fast nur an Marathons, während etwa Kurt Felle aus Memmingen allein 153 Hundertkilometerläufe aufzuweisen hat.»
Ebenfalls rekordverdächtig ist wohl die Leistung von Günther Brass aus Singen, welcher von seinen bisher 119 deren 110 unter drei Stunden beendet hat. Hottas: «Einmal lief er innerhalb von 22 Tagen mit 2.37.22, 2.33.47 und 2.33.15 dreimal hintereinander persönliche Bestzeit.»

Die Jagd nach der Bestleistung

Am morgigen Swiss Alpine PostMarathon ist der Klub mit fünf Mitgliedern vertreten. Man habe aber nicht etwa eine Vereinsreise nach Davos gemacht. «Wir sind alles Individualisten und gehen unsere eigenen Wege.» Christian Hottas ist dieses Jahr bereits zum fünften Mal am Start, und für ihn sei der Lauf etwas Besonderes: «In Davos verbringe ich jeweils meinen zentralen Jahresurlaub. Hier trainiere ich ausgiebig und bereite mich auf diese Weise auf die Wettkämpfe von Spätsommer und Herbst vor.» Barbara Szachletka wird entweder den K42 oder den K78 laufen. Damit hofft sie, ihrem grossen Ziel einen Schritt näher zu kommen: «Ich möchte in neuer Rekordzeit, nach Möglichkeit innerhalb von zwei Jahren, vom 1. zum 100. Marathon kommen. Die bis-

Christian Hottas und Barbara Szachletka: Der «Alpine» von morgen wird ein weiterer Ausdauerlauf in ihrer grossen Sammlung sein.

Foto: wb

Personalien

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

629 **Lars Koppmann** aus Leopoldshöhe
630 **Gabriele Fliege** aus Lünen
631 **Nicole Sasse** aus Bad Münder
632 **Nico Swart** aus Groningen, NED
633 **Michaela Wiemers** aus Hövelhof
634 **Jürgen Beck** aus Gelsenkirchen
635 **Petra Niemeyer** aus Frankfurt/Main
636 **Dr. Dirk Theisges** aus Hemer
637 **Carolina Agabiti** aus Montecastrilli, ITA

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras (Vollmitgliedschaft)
Rabea Reinhold (Nordstrand) am 05.08.23 beim Individual-Marathon in Kiel-Holtenau.
Nicole Sasse (Bad Münder) beim Running-Paule Marathon.
Lars Koppmann (Leopoldshöhe) am 03.10.23 beim Hörster Egge Ultra.
Petra Niemeyer (Frankfurt/Main) am 29.10.23 beim Frankfurt Marathon.
Dr. Dirk Theisges (Hemer) am 18.11.23 beim Georgsmarienhütte Null - Ultra Trail.
Michaela Wiemers (Hövelhof) am 25.11.23 beim Schloss Marienburg Marathon in Adensen.
Jürgen Beck (Gelsenkirchen) und **Michael Scheele** (Essen) am 03.12.23 beim Rhein-Herne-Kanal-Marathon in Essen.

200 Marathons/Ultras
Thomas Berkmann (Hannover) am 03.08.23 beim KAT 100 Endurance Trail in Fieberbrunn (AUT).
Christoph Jaekel (Hamburg) am 05.08.23 beim Individual-Marathon in Kiel-Holtenau.
Thorsten Habedank (Warburg) am 05.08.23 beim Heilwald Marathon in Bad Lippspringe.
Madeleine Hamburger (Rostock) am 14.09.23 bei der 20. Etappe des Deutschlandlaufs von Grafenau nach Passau.
Jürgen Reuter (Lebach) am 01.10.23 beim Košice Peace Marathon (SLO). Siehe Bericht in diesem Heft.
Gerhard Loger (Oldenburg) am 17.10.23 beim Schlosspark Rastede Marathon.
Jörg Lüdtke (Hamburg) am 10.11.23 an den Teichwiesen in Hamburg.

250 Marathons/Ultras
Tanya Ostapenko (Landolfshausen) am 26.08.23 auf der 9. Etappe des Jubiläumslaufs Schönebeck.
Jürgen Bultmann (Asendorf) am 17.09.23 beim Panorama Marathon in Bad Münder.

300 Marathons/Ultras
Kurt Gormanns (Bramsche) am 09.08.23 beim Brochterbecker Bergmarathon.

300 Marathons/Ultras
Katrin Neugebauer (Stadthagen) am 01.10.23 beim Bremen Marathon.
Mukir Gluhic (Hamburg) am 03.10.23 beim herbstliche Heideschleife Marathon in Scharlbarg.
Dehen Isman (Köln) am 29.10.23 beim Frankfurt Marathon.
Matthias Kröling (Köln) am 11.11.23 beim Karneval Marathon in Köln.

400 Marathons/Ultras
Annette Bruns (Bad Dürkheim) am 05.08.23 beim Gondo Event (SUI).
Günter Liegmann (Wallenhorst) am 06.08.23 bei den 24 Stunden van Halen.
Bernd Neumann (Vellmar) am 28.10.23 beim Lippesee Marathon in Paderborn.

700 Marathons/Ultras
Prof. Dr. Wolfgang Gieler (Bad Neuenahr) am 28.09.23 in Augusta (USA).
Ulrich Heitfeldt (Hohenhameln) am 14.10.23 beim Brocken Marathon in Wernigerode.

750 Marathons/Ultras
Prof. Dr. Claudia Cavaleiro (Viersen) am 05.11.23 beim New-York-City Marathon (USA).
Sivabalan Pandian (Mumbai, IND) am 12.11.23 beim Sülldorfer Feldmark Marathon in Hamburg.

800 Marathons/Ultras
Ingo Kloss (Bremen) am 17.09.23 beim Sparkassen Küstenmarathon in Otterndorf.
Manfred Steckel (Köln) am 29.10.23 beim Frankfurt Marathon.

900 Marathons/Ultras
Michael Turzynski (Hannover) am 09.09.23 beim Jungfrau Marathon in Interlaken (SUI).
Jobst von Palombini (Bückeburg) am 12.11.23 beim Idaturm Marathon in Bad Eilsen (siehe Presseberichte in diesem Heft).

1.000 Marathons/Ultras
Heinrich Schütte (Nordstemmen) am 25.11.23 beim Schloss Marienburg Marathon in Adensen. Siehe Titelbild.

1.100 Marathons/Ultras
Michael Kiene (Northeim) am 09.09.23 beim Südtühringentrail in Suhl.

Geburtstage

Der 100 Marathon Club Deutschland gratuliert zum „runden“ Geburtstag:

Dieter Sandelmann aus Wilhelmshafen feierte im September seinen **70.** Geburtstag.
Manfred Huget aus Dornhan feierte im Oktober seinen **70.** Geburtstag.
Peter Kummer aus Hamburg feierte im November seinen **70.** Geburtstag.

Detlef Korioth aus Bad Salzuflen feierte im August seinen **75.** Geburtstag.
Gerd Müller aus Havelberg feierte im November seinen **75.** Geburtstag.
Hans Petermann aus Riedlingen-Zwiefaltendorf feierte im November seinen **75.** Geburtstag.
Kurt Laube aus Gifhorn feierte im November seinen **75.** Geburtstag.

Rainer Scherer aus Wien feiert im Dezember seinen **80.** Geburtstag.

Gottfried Schäfers aus Altenberge feierte im November seinen **85.** Geburtstag.

Trauer um Günter Tewes

Viel zu früh und ohne einen Abschied
hast Du uns verlassen.
Schwer ist es diesen Schmerz zu ertragen,
denn ohne Dich wird alles anders sein.
In unseren Herzen wirst du immer bei uns sein.

Dipl. Ing.

Günter Tewes

* 31. Mai 1957 † 21. August 2023

Wir sind sehr traurig.

In Liebe, Deine Marion

Familie Helga Tewes
Familie Andreas Tewes

Inhalt

Adressen 2
Grußwort 3
Ehrenmitglieder des 100 Marathon Club Deutschland e.V. 4
Laudatio zur Ehrenmitgliedschaft 7
Mitgliederversammlung des 100MC am 24.02.2024 8
Standorte bisheriger Mitgliederversammlungen des 100MC 9
Berichte unserer Mitglieder 10
7. Freeden-Ultra 44,4 km am 30. Juli 10
Mühlenweg-Ultra Wallenhorst 23./24. September 11
Mein 200. Marathon beim 100. MMM in Kosice 15
Pater Tobias präsentiert Marke DUISBURG IST ECHT weltweit 17
Marathon Athen 2023 19
Gründung des 100 Marathon Clubs Deutschland am 24.09.1999 21
25 Jahre 100MC – Marathonläufe am Jahrestag 23
25 Jahre 100MC – Mitgliedertreffen in Hamburg 24
Presseberichte 25
Mensch läuft 25
Nach dem Rekord gibt es Kuchen 26
Ein ganz besonderer Klub 27
Personalien 28
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe 28
Jubiläen 29
Geburtstage 30
Trauer um Günter Tewes 30
Inhalt 31
Impressum 31

Impressum

Veröffentlichung: “100MC *aktuell*“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck: WirmachenDruck Backnang
Auflage: 500 Exemplare
Nächstes Heft: “100MC *aktuell*“ 1/2024 erscheint ca. Mitte März 2024
Redaktionsschluss: 25.02.2024
Zuschriften an die Redaktion (siehe Adressen) per E-Mail oder Post
Beiträge geben nicht die Meinung des Vorstandes wieder
Urheberrecht: Nachdruck nur nach Rücksprache mit dem Autor gestattet
V.i.S.d.P.R. Mario Sagasser

Bankverbindung: Hamburger Sparkasse Konto 1254 122 805 / BLZ 200 505 50
IBAN DE66 2005 0550 1254 1228 05 / BIC HASPDEHH

Im Rahmen der Retrospektive 25 Jahre 100MC wurde nicht nur viel recherchiert, sondern auch mit Gründungsmitgliedern gesprochen. Sigrid Eichner trug zum Interview ihr erstes Vereinshirt. Es handelt sich um ein gelbes T-Shirt mit rot-schwarzem Einsatz seitlich – in Anlehnung an die Farben der deutschen Flagge. Das Funktionsshirt passt unserem 83-jährigen Ehrenmitglied immer noch. Auf diesem Bild sieht man, wie Sigrid in Erinnerungen schwelgt und das erste Clubheft aus dem Jahr 1999 aufblättert. Im Laufe unserer 25-jährigen Vereinsgeschichte hatte Sigrid viele Funktionen im 100MC.