



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 1/2018



Torsten Hirschberger beim Houffatrail in Belgien

100 Marathon Club Deutschland e.V.

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

Adressen

1. Vorsitzender: Mario Sagasser:

2. Vorsitzender: Gerd Junker:

Vorstandsmitglieder:

Startpässe Gabriele Eisele:

Statistik Michael Kiene:

**Kassenwart,
Mitgliederwesen** Wolfgang Kieselbach:

**Webmaster,
Clubheft, Redaktion** Michael Weber:

Änderungsmeldungen:

Bitte folgende Mailadresse in CC aufnehmen: Mitgliederwesen.Vorstand@100marathon-club.de

Titelfoto: Torsten Hirschberger beim Houffatrail in Belgien (Foto: Kauffoto sportograf).
Fotos auf der Rückseite: 4. Neckarufer Marathon in Stuttgart (Fotos: Johanna S., Ralph Schertlen).

Protokoll der Mitgliederversammlung 2018 in Stuttgart

Protokoll der Jahreshauptversammlung des 100 Marathon Club Deutschland e.V. vom 03.03.2018 im Haus am See (Nebenzimmer), Mühlhäuser Str. 311, D-70378 Stuttgart

Teilnehmer gemäß Liste: 23 Mitglieder plus 2 Gäste waren:

Michael Turzynski, Thorsten Stohldreier, Gerd Junker, Mario Sagasser, Doris Sagasser, Michael Kiene, Maria Rolfes, Sylvia Frühauf, Franz Schwengler, Michael Weber, Gabriele Eisele, Joachim Eisele (Gast), Klaus Neumann, Hans-Werner Rehers, Christoph Randt, Sigrid Eichner, Klaus Rohde, Sara Kortyka, Joachim Kortyka, Gerd Papcke, Christoph Wenzel, Hans-Jürgen Hetzel, Johanna Schumann (Gast), Ulrich Tomaschewski, Hans Petermann

TOP1 Begrüßung durch den Vorstand

- 17:10 Uhr – Mario Sagasser begrüßt die Teilnehmer und eröffnet die Sitzung
- 23 stimmberechtigte Mitglieder sowie drei Gäste nehmen an der Versammlung teil.
- Der 1. Vorsitzende stellt fest, dass die Versammlung form- und fristgerecht einberufen wurde und beschlussfähig ist.
- Alle Abstimmungen sollen per Handzeichen erfolgen
- Gerd Junker ist Protokollführer

TOP2 Ehrungen

- Die Versammlung erhebt sich zum Gedenken unserer Verstorbenen:
- Dagmar Liszewitz und Rita Gehrke

TOP3 Mitgliederausschluss

- Der Antrag wird zurückgenommen, weil das entsprechende Mitglied doch noch bezahlt hat.

TOP4 Bericht des 1. Vorsitzenden Mario Sagasser

- über Mitgliederzahlen des Clubs
- Aufgabenverteilung des Vorstands
- Vorstandssitzungen (Telefonkonferenzen)
- Rückblick auf das vergangene Jahr
- Weiteres
- Mario bedankt sich für die konstruktive und harmonische Vorstandsarbeit. Der ausführliche Bericht befindet sich im Anhang.
- Michael Kiene, Gabriele Eisele und Gerd Junker stellen ihre Aufgaben im Vorstand ausführlich vor.
- Michael Weber erklärt, dass die Wartungsintervalle für die Typo3 Software unserer Homepage immer kürzer werden. Da es immer schwieriger wird, neue Versionen zu installieren, werden wir zukünftig einige Funktionen, wie die Kommentarfunktion (wird nicht unbedingt benötigt) vermutlich weglassen müssen.

Michael Kiene richtet auf facebook eine Seite für den 100 Marathon-Club ein, wo Kommentare abgegeben werden können. Wer nicht bei facebook angemeldet ist, kann diese wohl lesen, jedoch nichts hineinschreiben.

TOP5 Kassenbericht

- Der Schatzmeister des 100 Marathon Club Wolfgang Kieselbach ist heute entschuldigt abwesend. Mario Sagasser verliest den Kassenbericht.
Unser Konto ist gut gefüllt. Wolfgang Kieselbach bucht Ein- und Ausgaben und versendet monatlich alle Kontobewegungen an Mario Sagasser und Gerd Junker.
Leider gibt es immer wieder unberechtigte Abbuchungen. Diese müssen aufwendig und kostenpflichtig zurückgebucht werden. Es fehlt ein professionelles Mitglieder- und Kas- senprogramm.

TOP6 Bericht der Kassenprüfer

- Sylvia Frühauf trägt vor:
- Die Kasse wurde am 14.01.2018 für das vergangene Jahr 2017 geprüft. Die Kasse wurde ordnungsgemäß geführt. Ausser unberechtigte Abbuchungen gab es keine Besonderheiten.

TOP7 Aussprache

- HaWe Rehers fragt nach unserem Elbtunnelmarathon.
- Hans-Jürgen Lange steht ständig in Kontakt mit der Hafengebörde. Die Reparatur der Ost- röhre soll im Herbst 2018 abgeschlossen sein. 2019 wird mit der Weströhre begonnen. Dazwischen hätte man theoretisch ein kleines Zeitfenster. Aber Theorie und Praxis stim- men ja bekanntlich nicht immer überein. Nichts Genaues weiß man nicht. Es kann eventuell noch Jahre dauern, vielleicht auch erst nach Fertigstellung der Weströhre.

TOP8 Entlastung des Vorstandes

- Der Vorstand wird einstimmig entlastet.

TOP9 Wahl eines Kassenprüfers

- Sylvia Frühauf und Rene Wallesch prüfen die Kasse. Rene, der nicht anwesend ist und dessen Amtszeit abläuft, hat sich vorab bereit erklärt, sein Amt für weitere 3 Jahre auszu- üben.
- Rene Wallesch wird für weitere 3 Jahre mit einer Stimmenenthaltung erneut zum Kas- senprüfer gewählt.

TOP10 Weitere Anträge

- Es wurden keine weiteren Anträge gestellt.

TOP11 Ausrichtung der Jahrreshauptversammlung 2019

Es wurden folgende Orte mit den dazugehörigen Marathonveranstaltungen vorgeschlagen:

- Franz Schwengler: Metropol-Marathon Fürth (2 Stimmen)
- Franz Schwengler: 6-h-Lauf Fürth (6 Stimmen)
- Mirko Leffler: Rennsteiglauf oder Oberelbe-Marathon (3 Stimmen)
- Gerd Junker: Wallenhorst mit Wallenhorst- Marathon. (5 Stimmen)
- Sigrid Eichner: Osterserie Berlin (1 Stimme)

Die Abstimmung gibt dem Vorstand zunächst ein Stimmungsbild. Die Entscheidung wird in den nächsten Monaten getroffen.

TOP12 Verschiedenes

- Es wurden keine Themen vorgeschlagen.

- Mario beendete um 19:25 Uhr die Jahreshauptversammlung und lud zum gemeinsamen Nudelbuffet ein.
- Danke; Mario

Protokoll erstellt Gerd Junker am 06.03.2018

Protokoll geprüft Mario Sagasser am 06.03.2018

Anlagen zum Protokoll

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht des Vorstands Mario Sagasser

TOP 4 Bericht des Vorstands

1. Mitgliederzahlen

1.1. Mitgliederzahl per 31.12.2017: 304 (davon 30 F, 19 Auslandsmitglieder)

Eintritte bis 31.12.2017: 21

Austritte bis 31.12.2017: 15 || aus Gründen der Gesundheit, nicht mehr laufen oder außereurop. umgezogen sind; aber auch einige ohne Angabe von Gründen

In diesem Zusammenhang stelle ich wieder fest, dass die passive Mitgliedschaft kaum genutzt wird, gerade beim Austritt aus Gesundheits- bzw. Altersgründen.

Und wir wachsen weiter! In diesem Jahr gibt es bislang 10 Eintritte (1 Wiedereintritt) zu vermelden, allerdings auch bereits 2 Austritte (diese werden erst zum Jahresende wirksam).

Informativ: zum 8.2.18 sind wir 314 Mitglieder. (22 Startpassinhaber, 7mal passiv)

2. Vorstand:

2.1. Aufgabenverteilung

2.1.1. Gerd Junker: Koordination der V-Sitzungen und JHV(seit letzter MV)

2.1.2. Michael Weber: Admin der Homepage, internet-Redakteur, Herausgeber und Chefredakteur des Clubhefts (unverändert)

2.1.3. Michael Kiene: Statistiker, Ehrenkunden (unverändert)

2.1.4. Gabriele Eisele: Geburtstagsgrüße, HLV (Startpässe) (seit letzter MV)

2.1.5. Wolfgang Kieselbach: Kassenwart (unverändert)

2.1.6. Mario: Eingangstor, u.a. für Mitgliedsanträge (Eingangsbestätigung an den Neuling), HLV allgemein (zB Sportversicherung), HSB, HASPA, allg. Anfragen

Sylke Kuhn: Vereinskleidung (seit 1.1.2018 – kein Vorstandsmitglied)

Unser Dank geht an Erika Köhn, die diese Aufgabe bis zum Jahresende 2017 erledigt hat.

Sara Kortyka: Redakteurin für Jubiläumsmeldungen (seit Novemer 2016 – kein Vorstandsmitglied)

2.2. Ich bedanke mit an dieser Stelle ausdrücklich für die Zusammenarbeit. Sie ist sehr harmonisch und immer sachlich. Es hat im vergangenen Jahr wieder Spaß gemacht mit euch zusammenzuarbeiten. Vielen Dank an euch. (BEIFALL)

3. 2 Vorstandssitzungen (per Telefonkonferenz), hier: Auszug einiger Themen bzw. Beschlüsse

3.1. _12.4.2017 (u.a.)

3.1.1. Gründungssitzung des neuen Vorstands

3.1.2. Aufgabenverteilung

3.2. _1.11.2017

- 3.2.1. Ausschreibung Presse- und Sportwart im Clubheft No. 3-2017
- 3.2.2. Vorschlag Vereinsausschlussverfahren
- 3.3. 8.2.2018
- 3.3.1. Keine Resonanz auf Ausschreibungen
- 3.3.2. Halstücher Neubestellung
- 3.3.3. Vorbereitung MV)
- 3.4. 1.3.2018 (bilateral)
- 3.4.1. ab sofort muss jedes Mitglied die Veränderung seiner persönl. Daten dem Verein als Kopie-Empfänger an folgende Adresse senden: mitgliederwesen-vorstand@100marathon-club.de
Erfolgt das nicht, gilt diese Veränderung nicht als gesendet.

4. Weiteres:

- 4.1. Dezember 2017: säumiges Mitglied zahlt nun doch.
- 4.2. Februar 2018: ein Mitglied tritt „sehr emotional“ aus, weil seine Kontoänderung zu einer Mahnung führte.
- 4.3. zum Jahresbeginn wieder 14 Rücklastschriften

->Folge: s. 3.4.1

Diese Punkte und Reaktion zeigen leider auch, dass Dankbarkeit nicht immer zu den gängigen Währungen bei allen Clubmitgliedern gehört.

Wir Vorstandsmitglieder machen unsere Aufgaben alle ehrenamtlich, in unserer Freizeit, unentgeltlich und aus Verbundenheit zum Verein. Das könnten sich diese Kandidaten bitte gern vor Augen führen.

4.4. Anregungen Keule Neumann:

Meldung mit Vereinsnamen (s. Empfehlung auf JHV 2015)

- 4.5. Anfrage erhalten, ob wir einen 50 Marathon Club als Unterabteilung gründen wollen, so wie es ihn in GB auch gibt. Das haben wir „dankend“ abgelehnt, denn schließlich haben wir die A-Mitgliedschaft – und auch so schon viel Arbeit für wenig Mensch.

Dazu kommen bilaterale Gespräche und Abstimmungen zwischen Gerd Junker und mir.

5. Berichte aus den einzelnen Ressorts:

- 5.1. Bericht Michael Weber (Clubheft, Webseite)
- 5.2. Bericht Michael Kiene
- 5.3. Bericht Gaby
- 5.4. Bericht Gerd
- 5.5. Bericht Wolfgang: (Präsentation)
- 5.6. Ergänzung Öjendorf:
 - 5.6.1. 679 Teilnehmer in 2017
 - 5.6.2. Neukauf der Zählmatten im vergangenen Jahr

6. Weiteres:

6.1. Country Club: Mehrwert Homepage

- 6.1.1. Bei dem CC-organisierten Marathon in Gibraltar waren 8 Clubmitglieder dabei- hier findet ein gelungener Austausch mit den Mitgliedern der anderen 100 Marathon Clubs (SF, NL, DK, USA, GB, F) statt

- 6.1.2. Manchmal frage ich mich, ob so etwas wohl auch unter unseren Mitgliedern in Deutschland

- 6.2. Ende Januar 2018 organisierte Jürgen Kuhlmeier wieder eine Kreuzfahrt ab Florida mit mehreren Marathonläufen in und um Florida

- 6.3. Rene Wallesch informiert, dass die Afrika-Reise von dem Freiburger Schulprojekt im Februar des kommenden Jahres evt. auch den Senegal und Gambia umfasst.
7. last but not least:
- 7.1. Ruhe im Club stabilisiert! Positive Außendarstellung. Es herrscht eine harmonische Grundstimmung intern.
- 7.2. Wir behalten seit 2010 eingeschlagenen Weg bei – er ist erfolgreich und konsequent.
- 7.3. Wir behalten uns weiterhin vor, Kommentare zu löschen, wenn diese nicht der Netiquette entsprechen. (Die Forenhaftung ist weiterhin gültig, wurde durch den EuGH bestätigt.)
8. Für unsere Arbeit habe ich persönlich wieder positive Rückmeldungen erhalten. Ein Mitglied (Beitritt im Jahr 2000) sagte im November, dass die „positive Ruhe“ dankenswerterweise weiterhin besteht – zu seiner großen Freude.
9. Kurz vor Weihnachten per mail aus Sachsen zu meinem Bericht aus San Marino:
*„Hallo liebe Lauffreunde,
 der tragische Zwischenfall 2000 in San Marino war der Tod unseres Vaters! Er war genau so „irre“ wie Ihr! Keiner weiß warum das damals passiert ist. Es gab nur wenige Infos und der Veranstalter hat sich nie bei uns gemeldet.
 Unser Vater war u.a. 2x in New York, in L.A, Athen und Tokio zum Marathon. Den Rennsteiglauf hat er 16x bestritten... Als Kinder haben wir es manches mal gehasst mit zu den Läufen mit zu müssen, aus heutiger Sicht hat es uns unheimlich viel gegeben. Ich finde es Klasse was Ihr da auf die Beine stellt.
 Eine Schöne Weihnachtszeit und immer genug Puste bis zum Ziel
 LG aus Sachsen“*

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht des 2. Vorstands Gerd Junker

Tätigkeitsbereich des 2. Vorsitzenden beim 100 Marathon Club Deutschland e.V.

- Planen der Jahreshauptversammlung
 - Datum und Ort
 - Geeigneter Tagungsraum
 - Essen
 - Verfügbarkeit des Vorstands ermitteln
 - Erstellung eines Protokolls
 - Nach Absprache mit dem 1. Vorsitzenden Versenden an alle Vorstandsmitglieder
- Planung und Einberufung von Telefonkonferenzen
 - geeigneten Konferenzanbieter ermitteln
 - Einwahldaten und PINS vorbereiten
 - Zeitpunkt festegen
 - Einladungen an alle Vorstandsmitglieder elektronisch versenden
 - ggfls Termin verlegen
 - Erstellen eines Protokolls
 - Nach Absprache mit dem 1. Vorsitzenden Versenden an alle Vorstandsmitglieder
- Bei Bedarf: Vereinsregeln bei Änderungs- bzw. Ergänzungsbedarf betreuen
 - formulieren
 - abstimmen
 - optische Gestaltung

- vorbereiten für die Abstimmung in der JHV
- Kontaktpflege und Vertretung des 100 Marathon Club in der Aussendarstellung
 - Gespräche mit Clubmitgliedern
 - Beobachten der Laufszene und Gewinnung von neuen Mitgliedern
 - Jubiläen besuchen
 - ggfls. Urkunden überreichen

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht des Schatzmeisters Wolfgang Kieselbach

In 2017 konnten wir wiederum eine erfreuliche Zunahme von Anträgen zur Aufnahme in unseren Verein, den 100 Marathon Club Deutschland e. V., verzeichnen.

Insofern konnten die Beitragseinnahmen um ca. 5% gesteigert werden. Auch das Jahr 2018 lief erfreulich bzgl. der Neumitgliederanträge an.

Korrespondierend stiegen auch die Verbandsabgaben um ca. 15%.

Auch haben wir erfolgreich in 2017 rückständige Beiträge beigetrieben, was teilweise auch mit erheblichen Zeitaufwand verbunden ist.

Es sind unberechtigte Lastschriftabbuchungen vorgekommen, die umgehend retourniert wurden. u. a € 89,00 in den Verwaltungskosten enthalten, die Rückgabe wurde Anfang Jan. d. J. verbucht.

€ 768,40 für das Clubheft wurde nach Rechnungseingang im Jan. 2018 berichtet.

Dieser Betrag ist bei den € 1.469,00 Ausgaben in 2017 mit zu berücksichtigen. Da aber im Jan. 18 berichtet, kann buchhalterisch keine Zuordnung im Dez. 2017 erfolgen.

Mit in unserer Übersicht ist einhergehend mit den steuerlichen Meldungen auch die Öjendorf Veranstaltung mit aufgeführt, die analog unserer Satzung ausgerichtet wird.

Wie auch auf uns. Homepage ersichtlich, verantwortet Sylke Kuhn den Bereich Laufbekleidung/ Accessoires. Auch dieses wird separat in der Übersicht Z D F Zahlen Daten Fakten mit ausgewiesen.

Weitere wesentliche Erwähnungspunkte ergaben sich m. E. nicht im Zahlenbereich für 2017.

Ein erheblicher Zeitaufwand bedeutet für mich als Schatzmeister die Pflege der Mitgliederliste sowie der Beitragseinzugsübersicht -jeweils in Excel bzw. Libre Calculation-, und von Starmoney. Alle Programme müssen bei Neuanträgen und / oder Änderungen bearbeitet werden

Daher werden nicht umhinkommen im Vorstand über eine eine professionelle Lösung zu befinden und diese zu implementieren.

Hier gibt es das Programm „Mein Verein“ von Buhl Data. Mit diesem Programm habe ich schon umfangreiche Erfahrungen sammeln dürfen im Förderverein Computertraining für Senioren.

Dieses auch vor dem Hintergrund, dass wir kein kleiner Verein mehr sind.

Hierzu müsste oder sollte für ein Jahr für das 3 Platzsystem ein Betrag von approximativ von € 100,00 investiert werden und die Gebühren für Starmoney entrichtet werden von € 7,26 p.M. derzeit. Somit ist sichergestellt, dass wir verteilt über ein Jahr das ganze entsprechend verarbeiten können.

Da es gilt über 300 umfangreiche Datensätze, aus den vorerwähnten Listen usw., zu übertragen, bedeutet dieses einen erheblichen Zeitaufwand, der nur über einen entsprechenden Zeitraum bewerkstelligt werden kann. Ich selber rechne mit einem Zeitaufwand von geschätzt ca. 30 Minuten pro Datensatz -I.v.-. Das schaffe ich nur über einen längeren Zeitraum.

Ich habe aber auch in einer Großbank aktiv die Umstellung der EDV Anlage als Abteilungsanwender als First Contakter und Day One Manager begleitet und mussten dieses im lfd. Geschäftsbetrieb bewerkstelligen. Auch hier liefen das Alt- und Neusystem nebeneinander.

Es kostet eben Zeit und Nerven in der Hoffnung, dass es dann besser abläuft. Rückschläge und Frust sind leider nicht zu vermeiden.

Nachfolgend in Stichworten die auszuübenden Tätigkeiten und Schritte:

1. Neumitglieder mit Begrüßungsschreiben und Prüfung IBAN
2. Versand, Wertmarken erwerben sowie abrechnen
3. Eingabe in verschiedene Exceltabellen wie
 - 3.1.- Mitgliederliste incl. Kommunikationsdaten und div. Auswertungsmöglichkeiten
 - 3.2.- incl. Änderungen bspw. Austritt, Änderung Anschrift, E Mail
 - 3.3.- Beitragsübersicht für die Überprüfung der Zahlungen
4. Eingabe Starmoney für Beitragseinzug, auch
 - 4.1. bei Änderungen von Zahlungsverkehrsdaten
 - 4.2. sowie Jahresbeitragseinzug
 - 4.3. Bearbeitung von Zahlungsstörungen
5. Abwicklung OnlineBanking
6. Datensicherungen
7. Steuererklärungen
8. Monatliche Erstellung Einnahmen/Ausgabenübersicht
9. HSB Mitgliederbestandserhebung
10. Schriftverkehr bei Kündigungen/Änderungen usw.
11. Aufkleber

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht des Redakteurs Michael Weber

Vorstandsbericht zum Thema Clubheft

- Erfreulicher Weise bekam ich für die Clubhefte 2 und 3/2017 ausreichend interessante Berichte, so dass ich meiner Meinung nach lesenswerte Clubhefte erstellen konnte. Für das kommende Clubheft liegen mir auch schon einige Berichte vor. Da ja in der nächsten Ausgabe die Statistiken 2017 und das Protokoll dieser Mitgliederversammlung ebenfalls erscheinen, brauche ich mir keine Sorgen zu machen.
- Wenn ich mir aber etwas wünschen dürfte, so wäre dies, dass die Berichte breiter aus der gewachsenen Mitgliederschaft kommen, es ist aktuell nur ein überschaubarer Kreis derer, die mich mit Berichten versorgen.

Vorstandsbericht zum Thema Webseite

- Wie schon auf der Mitgliederversammlung im letzten Jahr berichtet, endete bereits Ende März 2017 die Wartung für die eingesetzte Typo3 Version 6. Unser Hostingpartner jweiland.net äußerte sich wie folgt zu den offensichtlich immer kürzer werdenden Wartungszyklen: *„Guten Tag Herr Weber, ein Upgrade auf TYPO3 CMS 7 LTS ist aufwändiger als bei bisherigen Versionen. Somit können wir im Voraus ohne die Installation untersucht zu haben, keine Kostenschätzung vornehmen. Bitte beauftragen Sie hierfür einen Upgrade Check Ihrer Website formlos als Antwort auf diese E-Mail. Wir analysieren dann die Struktur der Website, prüfen den eingesetzten TypoScript Code, welche TYPO3-Erweiterungen verwendet werden, welche nicht genutzte installiert sind und ob alle Erweiterungen upgradefähig sind. Ausgehend von dieser Analyse können wir beurteilen ob sich die Installation aktualisieren lässt und eine Schätzung des Zeitaufwands für das Upgrade vornehmen. Sollte ein Upgrade auf TYPO3 7 möglich sein, können Sie uns damit per E-Mail an hosting@jweiland.net beauftragen. Bitte beachten Sie: Extensions, die nicht im TYPO3 Extension Repository (TER) zur Verfügung*

stehen, oder TER-Extensions, die manuell verändert oder angepasst wurden, sind vom Upgrade ausgenommen. Ebenso können wir kein Upgrade durchführen, sollten die TYPO3-CoreDateien manuell verändert worden sein.“

- Da für unsere derzeitige Webseite in der Tat Extensions angepasst werden mussten, weil seinerzeit im Vorstand gefordert wurde, die Funktionalität der alten Webseite zu erhalten, sprich vor allem auch die Kommentarfunktion mit einem vorgeschalteten Login (was die neuen Extensions so nicht leisten konnten) ist ein zukünftiges Upgrade, der dann sehr wahrscheinlich jährlich nötig wird, kaum durchführbar.

Deshalb suchen wir, wie letztes Jahr schon betont, jemanden, der das vielleicht berufsmäßig macht, ansonsten müssen wir uns am Standard orientieren und eine abgespeckte Webseite akzeptieren.

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht des Statistikers Michael Kiene

Aufgaben:

- Prüfung der Lauflisten beim Eintritt
- Anfragen zur Zählbarkeit von Läufen
- Erstellen der Statistiken
- Erstellen von Jubiläumsurkunden (kommissarisch)

Statistiken:

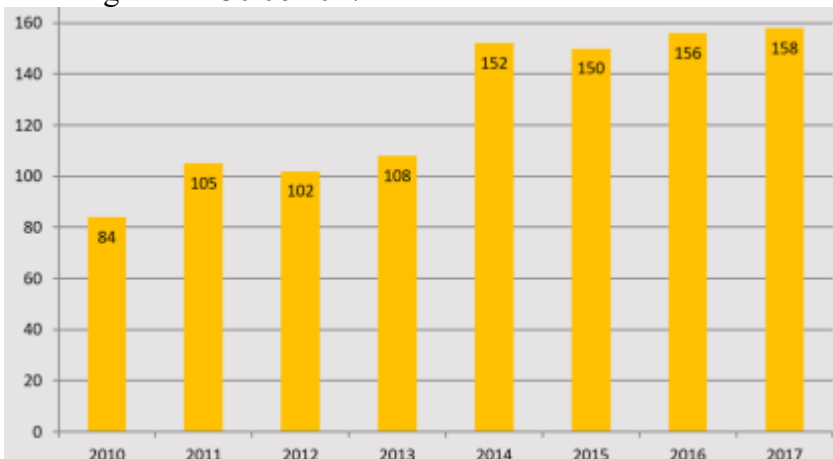
2 Mal in 2017 (30.06. und 31.12.2017)

- Jahresstatistik
- Gesamtstatistik
- Statistik zur Statistik

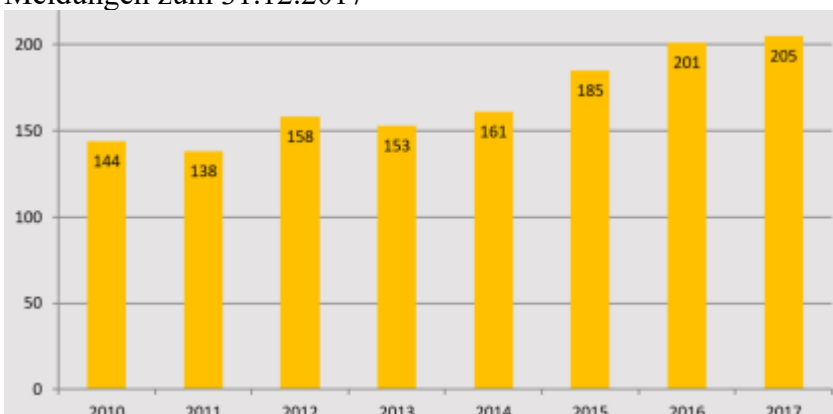
Zusätzlich zum 31.12.2017

- TopFive
- TopFive altersbereinigt
- LastFiveYear

Meldungen zum 30.06.2017



Meldungen zum 31.12.2017



Meldeschluss

- Im Herbst 2017 wurde eine neue Regelung für den Meldeschluss beschlossen.
- Wie schon im Clubheft 3/2017 angekündigt, ist der Meldeschluss zukünftig immer 14 Tage nach dem Stichtag.
- Grundsätzlich nehme ich Meldungen auch schon gerne vor dem Stichtag entgegen.

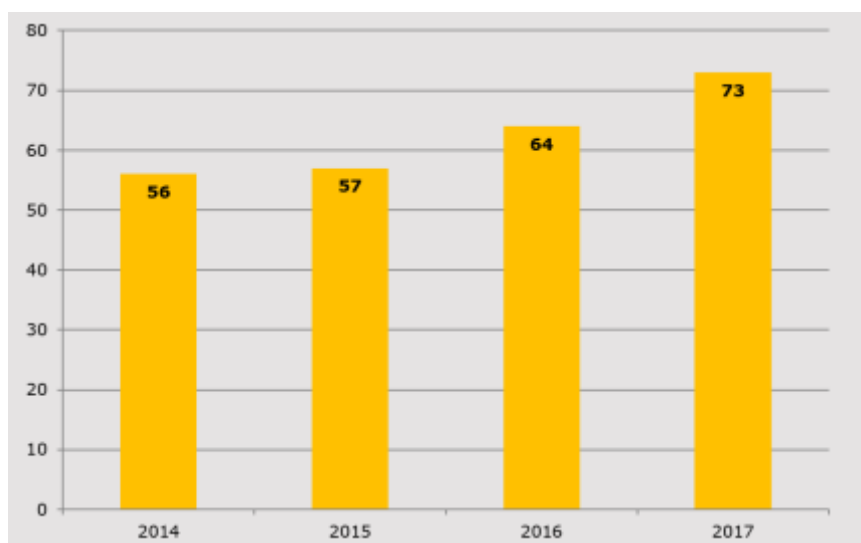
Grundsätzlich muss die Zählordnung eingehalten werden, aber was ist ein Marathon oder Ultra?

Wikipedia: Ein **Ultramarathon** ist eine Laufveranstaltung über eine Strecke, die länger als die Marathondistanz von 42,195 km ist.

DUV: Kriterien für die Aufnahme eines Laufes: Die Strecke muss mindestens 45 km lang sein.

Jubiläumsurkunden

- Keine eigenständige Recherche nach Jubiläen
- Frühzeitige Anmeldung
- Erwähnung auf der Webseite



Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht von Gabriele Eisele

- Startpässe
 - Derzeit gibt es 24 Startpassinhaber (im Vorjahr 24).
 - Neu ist, dass es keine gedruckten Startpässe mehr gibt, sondern nur noch eine Nummer
 - Die evtl. noch vorhandenen alten Pässe können als Andenken behalten werden. Die Nummern behalten ihre Gültigkeit.
 - Eine Beantragung über mich ist auch sehr kurzfristig möglich.
- Runde Geburtstage
 - Ab 70 in 5er Schritten habe ich im vergangenen Jahr 12 Glückwunschkarten verschickt. In diesem Jahr werden es nach aktuellem Stand 11 sein.

Mitgliederversammlung 03.03.2018, Stuttgart. Hier: Bericht der Kassenprüferin Sylvia Früh-auf

Kassenprüfung vom 100 Marathon Club

Am 14. Januar 2018 wurde die Kasse vom 100 Marathon Club Deutschland e.V. geprüft. Es lagen der Kassenordner 2017 mit sämtlichen Kontoauszügen und Rechnungen vor.

Der Kassenordner wurde wie immer sehr übersichtlich angelegt und die Belege monatsweise abgeheftet. Es wurden keine Ausgaben ^gefunden, die den Zielen des Vereins widersprechen.

Aufgefallen sind:

Es gab mal wieder unberechtigte Lastschriften. Die Zugriffe von Fin Tech Group Bank AG und Friend Scout 24 GmbH auf das Kapital vom 100 Marathon Club konnten vom Kassensführer abgewehrt werden. Im Kassenbuch findet sich eine Bestätigung der Haspa vom 2. Januar 2018 über eine Lastschriftrückgabe. Eine Kope davon sollte auch ins neue Kassenbuch für 2018 eingelegt werden, damit die Gutschrift auf einem Kontoauszug im Januar 2018 mit Wertstellung Dezember 2017 später auch nachvollzogen werden kann.

Auf der Notarabrechnung vom 18. Juli 2017 sollte noch kurz notiert werden warum die Ausgabe erfolgte.

Die Erhöhung der Kontoführungsgebühren in 2016 ist bei der letzten Kassenprüfung schon aufgefallen. Nun gibt es noch eine neue Gebühr. Seit Januar 2017 zahlen wir 7,26 Euro für Starmoney. Darin ist auch ein Steueranteil von 1,16 Euro enthalten. Clubchef Mario Sagasser erklärte dazu telefonisch, dass der Kassenswart bisher ein Onlineprogramm nutzte, von dem die Haspa angeblich nichts wusste. Dieses ist aber bei einem Computerabsturz leider verloren gegangen.

Wenn wir schon ein Onlineprogramm haben, kann man sich die Kontoauszüge nicht auch online zusenden lassen und dann auf die 3 Euro monatlich für den Kontoauszugsversand verzichten?

Till hatte die Belege der Öjendorfsparte zugemailt. Diese wurden auf CD gebrannt und liegen jetzt ebenfalls im Kassenordner. Diese Belege wurden stichprobenartig überprüft. Es fiel nichts Negatives auf.



Mitgliederversammlung in Stuttgart

Foto: Thorsten Stohldreier

Berichte unserer Mitglieder

Jahresauftakt in Kevelaer

von Werner Kerkenbusch

Seit Jahren ist diese Veranstaltung bei Läufern aus dem gesamten Bundesgebiet sehr beliebt und fand jetzt bereits in der 16. Auflage statt. Auch in diesem Jahr hatten sich wieder fast 500 Laufbegeisterte angemeldet. Läufer aus den Niederlanden, Belgien, Schweiz und sogar Indien gaben dem Lauf ein internationales Flair. Klar, dass auch 16 Mitglieder des 100 MC dabei waren. So konnte ich vor dem Start noch einige Mitglieder begrüßen und ein erfolgreiches neues Jahr wünschen.

Neu ist in diesem Jahr, dass die Strecke auch als Staffel gelaufen werden konnte. 2 bis max. 7 Läufer teilten sich dann die 42,195 km. Allerdings ist die Anzahl der Staffeln begrenzt. Um den Marathonlauf nicht zu behindern, wurden in diesem Jahr dann 27 Staffeln zugelassen.

Um 10 Uhr erfolgte der Start vor der Sportanlage im Ortsteil Twisteden. Die Staffelläufer folgten uns 15 Minuten später. Bei trockenem Wetter um die 3 Grad waren die äußeren Bedingungen für einen Lauf im Winter gut. Nur der am Niederrhein wohl unvermeidliche Wind machte den Lauf gelegentlich etwas schwierig.

Mit einer langen Linkskurve ging es zunächst auf den Gerberweg, wo uns eine ausgelassene Zuschauergruppe empfing. Hier hatte sich auch eine Blaskapelle aufgebaut und feuerte uns bis zum Schluss an. Nach 1,5 km bogen wir scharf links ab und liefen dann parallel zur Deutsch/Niederländischen Grenze. Nach 2,5 km erreichten wir ein Gartencenter, vor dem sich eine Verpflegungsstelle aufgebaut hatte. Hier konnte man zwischen kalten und warmen Getränken wählen und als Besonderheit waren auch Honigkuchenstücke im Angebot. Hoch im Kurs stand heute aber süßer, warmer Tee.



Peer (53) und Claudia (52)

Am Ende der Runde kam dann ein 800 m langes Begegnungsstück, auf dem man seine Mitläufer immer wieder beobachten konnte. Auch hier war wieder eine üppige Verpflegungsstelle eingerichtet.

An der Sportanlage werden wir durch Laurenz Thissen begrüßt. Er trägt zu Recht den Beinamen „Stimme des Laufsports“. Unzählige Veranstaltungen hat er kommentiert und kennt sich wie keiner Zweiter in der Laufszenen aus. Zu fast jedem Läufer kennt er eine kleine Geschichte und hält so die Zuschauer immer auf dem Laufenden.

So verging die Zeit für mich sehr kurzweilig. Es machte richtig Spaß, hier auf der flachen, asphaltierten Strecke zu laufen. Zwar wurde ich mit jeder Runde etwas langsamer, aber ich war mit dem Durchschnittstempo sehr zufrieden. Ich bin halt in der M70 und muss einige Abstriche machen. Das ist der Vorteil bei einer Rundenstrecke. Man muss nicht hinter dem Feld herhecheln, sondern schwimmt immer im Feld mit, auch wenn man bereits überrundet wurde.

Besonders gefreut hatte ich mich als ich auf der Strecke Sigrid Eichner und HaWe Rehers traf. Beide siegten sogar am Ende in ihrer Altersklasse. Die Mitglieder des 100 MC schlugen sich überhaupt sehr gut und konnten insgesamt 4 Podiumsplätze erringen.

Immer wenn ich das Gefühl hatte, ich wäre vielleicht doch zu warm angezogen, merkte ich im Gegenwind hinter der nächsten Kurve, dass es schon genau richtig war, sich etwas wärmer anzuziehen. Nur der Sieger Nikki Johnstone sauste im kurzen Trikot und Hose an uns vorbei. Er hat dann auch den Lauf mit 2:31:53 gewonnen.

Motiviert durch meine Fans, bestehend aus meiner lieben Inge und unserer Freundin Christiane, konnte ich dann die 6. und 7. Runde sogar wieder etwas schneller werden. Das ist ja immer ein gutes Zeichen.

Dann kam auch schon zum letzten Mal die Sportanlage in Sicht. Diesmal durfte ich rechts ins Ziel abbiegen und erreichte dies nach 5:21:20. Hier gab es eine schöne Medaille und ein alkoholfreies Weizenbier vom Sponsor. Das schmeckt auch im Winter.



Sigrid in Kevelaer. Fotos: Werner Kerkenbusch

Das Duschwasser war noch schön warm, da blieb ich gleich ein wenig länger. Im Zelt war dann noch die Siegerehrung. Zu meiner Überraschung hatte ich heute mit meiner Zeit sogar Platz 3 in der M70 erreicht. Dafür durfte ich aufs Podium und erhielt einen Blumenstrauß und einen großen Fotokalender der Folkwangschule. Den Blumenstrauß konnte ich als Dankeschön gleich an meine Inge weitergeben. Den hatte sie sich redlich verdient.

Ein toller Auftakt für mich in 2018. Da muss ich wohl 2019 wieder nach Kevelaer.

Houffatrail über 51 km und 1930 HM in Belgien - 28.01.2018

von Torsten Hirschberger

Meine lieben Laufkollegen, ich muss euch etwas Wichtiges mitteilen, die spinnen die Belgier! Vielleicht denkt jetzt der eine oder andere von Euch, ach der schon wieder, hat wohl zu viel Zeit und muss schon wieder schreiben. Ach nö, so unbedingt nötig habe ich das nicht, aber wenn es um etwas Spektakuläres geht, etwas Abenteuerliches, das vielleicht noch niemand gemacht hat, und das Euch ein wenig Grusel verspricht, dann sollte ich es vielleicht doch so machen. Der Hintergrund dazu ist auch schnell erklärt, ich möchte am 17. März den ECO-Trail über 80 km in Paris laufen und dazu brauche ich Aufbauwettkämpfe, die nicht zu leicht sein sollten. Nun ja, hätte ich gewusst und verstanden, auf was ich mich da einlasse, ich hätte mich nicht angemeldet und lieber gekniffen. So viele Sorgen und Überlegungen inklusiver Alpträume hatte ich lange nicht vor einem Lauf.

Was ist geschehen? Nun, ich brauchte einen Lauf mit ordentlich Höhenmetern im Januar. Wer die Terminlisten durchgeht, stellt schnell fest, da ist nicht viel zu holen. Den Coburger Bergmarathon bin ich bereits 2017 gelaufen und der hat auch nur 685 HM und Wiederholungen versuche ich zu vermeiden, sonst kann ich die anderen Läufe schlecht einsammeln. So stieß ich zufällig auf diesen Houffalize-Trail in Belgien, was ein starkes Trailrunningland ist, deren erst 5. Ausgabe auf die letzte von 2016 folgen sollte, damals noch im Dezember ausgetragen. Warum man 2017 verzichtet hat, weiss ich nicht, kann aber am Schnee und Eis gelegen haben. Denn ich hatte Ende Januar in Coburg bei viel Schnee und minus 7 Grad einen echten Winterlauf bestritten. Also euphorisch über diesen schönen Fund meldete ich mich sofort an, um Startplatz und niedrige Gebühr zu sichern. Erst danach wurde es mir mulmig bei den Recherchen der zu bewältigenden Aufgabe.

Zum ersten war es mal wieder so, dass die neue Strecke schwerer als die vorherige werden sollte. Ich hatte nämlich etwas von gut 50 km mit 1500 HM gelesen, jetzt sollten es über 1900 sein. Das ist ja nicht weiter schlimm, es sei denn, man hat im Winter nicht die Form des Sommers, und so früh hatte ich noch nie einen solchen Brocken vor der Nase. Aber das hat mich nicht meine letzten grauen Haare gekostet, nee viel schlimmer! Als ich mich auf die Suche nach möglichst vielen Infos über die Strecke begeben, stoße ich unvermittelt auf eine Videosequenz auf Youtube. Da lief ein Teilnehmer mit einer kleinen Kopfkamera und filmte die schwierigsten Sequenzen. Das erste wirklich grosse Übel sind die unfassbaren Mengen an Schlamm! Ihr macht Euch keine Vorstellung davon, wieviel Schlamm und Wasser auf eine Strecke passen können, und das wurde natürlich auch in diesem sehr regnerischen Januar nicht anders als 2016. Houffalize liegt ähnlich wie Monschau, im Talkessel. Nach dem Start muss man folglich sofort steile Anstiege bewältigen und von da an geht es entweder rauf oder runter. Den richtigen Schrecken bekam ich aber als ich sah, über wieviele Hindernisse wie umgestürzte Bäume und Totholz ect. es gehen sollte und dass wir an 3 Stellen zu Fuss den Fluss "L'Orthe orientale", durchqueren sollten! Ja, das lest Ihr vollkommen richtig, zu Fuss von der einen auf die andere Uferseite, ohne Brücken! Ja wäre es Sommer, ha, ha, Badehose an und rein, was solls, isses aber nich. Ich weiss zudem ja Ende Dezember noch gar nicht wie kalt der Winter wird und mit welchen Bedingungen ich am 28.01. dort laufen muss. Vielleicht ist es um die Null Grad Celsius, liegt Schnee oder was weiss der Geier.

Von dem Augenblick an habe ich keine ruhige Minute mehr, eine Lösung muss gefunden werden. Auf dem Video ist gut zu erkennen, dass das Wasser bis zum Schienbein reicht, und da kommt natürlich die Frage auf, wie bekomme ich das wasserdicht, ohne in Anglerhosen auf die Strecke zu gehen. Ich bestelle mir nagelneue wasserdichte Laufschuhe von "Altra" aus Neoshellmaterial für 149,95, weil mir meine alten Treter zu schwer sind, und verspreche mir viel von dem tollen Treter. Dazu erwerbe ich super günstig für unter 9 Euro ein paar Gamaschen, die bis unter die Knie reichen und habe gleich das entsprechende Sauwetter vor der Tür, um den ersten ultimativen Materialtest zu unternehmen. Es hat geschneit und jetzt taut es, der Schneematsch spritzt entsprechend hoch beim Auftreten und es gibt einfach extrem viel Nässe. Die Schuhe haben einen super Grip, ich bin total zufrieden und die Gamaschen sitzen auch sehr gut und wiegen nichts. Es sollen heute so um die 20 km werden, nach rund 6 km sind meine Schuhe voll mit Eiswasser. Ich habe keine Chance etwas

dagegen zu unternehmen und bin gefrustet, weil ich einsehen muss, dass eine Lösung so einfach nicht zu finden ist. Nun habe ich also rund 160 Euro ausgegeben und habe mein Ziel nicht erreicht. Nun gut, ich versuche jemanden zu finden, der mir kompetent zur Seite stehen kann, und finde denjenigen in meinem Nachbarn, der sowohl als Hausmeister bei uns tätig ist und als früherer Feldwebel der Bundeswehr und Gas- und Wasserinstallateur über einiges an Fachwissen verfügt. Ich überlege nämlich, die Gamaschen so an den Schuhen zu fixieren, dass das Wasser dort nicht mehr durchschlüpfen kann. Da kommt mir das Panzerband in den Sinn, wenn es einmal klebt, dann für immer! Mein Berater stimmt mich aber um, denn er hat ein kluges Argument. Sollten meine Füße oder Beine während der Belastung anschwellen, würden mir die Beine absterben, da Panzerband null elastisch ist. Er schlägt mir vor, ein Isolierband für Heizkörper zu erwerben, da dieses nachgibt in der Bewegung. Gesagt, getan, ich werde meine nächsten 23 Euro los und wie das Leben so spielt, es kommt der Sturm Frederike. Kurz danach sehen die Landschaften recht heikel aus, und ich finde Schlamm und Wasser in Massen vor, was für geile Bedingungen für einen 30 km Dreckslauf. Nach wenigen Kilometern habe ich starke Schmerzen in beiden Fussgelenken. Selbst mit diesem Band tut es richtig weh und ich quäle mich mehr voran, als dass ich normal laufe. Der Matsch ist tief und so glitschig, dass es glatter als auf Schnee ist und es ist ein wirklich brutales Training, welches exakt die Bedingungen widerspiegelt, die ich Ende Januar drauf haben will. Ich nehme alles mit, auch mal tiefere Pfützen und es haut hin. Trotz der Leiden bin ich unten trocken, wie schön, es hat also zumindest schon einmal den Effekt, dass ich einer echten Lösung deutlich näher bin, als beim letzten mal. Als ich dann zum Ende meiner Einheit nix mehr zu verlieren habe, traue ich mich auch noch in die überfluteten Ihmewiesen von Hannover hinein und steige bis zum Schienbein ins Wasser. Glück, gluck, gluck und die Schuhe laufen voll, als ob es das normalste von der Welt sei. Ich denk das gibts doch nicht, da hat der ganze nasse Dreck und die Pfützen es nicht geschafft, und kaum stehe ich tiefer drin und alles war für die Katz. Schöner Scheibenkleister, ich weiss nicht mehr weiter.

Eine weitere Recherche in den Weiten des Internets bringt mich auf die Spur von wasserdichten Strümpfen der Marke "Sealskinz", die für Mountainbiker entwickelt wurden und mit Merinowolle gefüttert sind. So gebe ich weitere 48 Euro aus und hoffe, dass das nicht wieder so ein Reinfeld wird. Ich erhalte sie per Post exakt einen Tag vor meinem letzten Extremtraining, es geht in den Deisterhöhenzug. Es schneit und ist saukalt mit starkem Wind, ich stehe mutterseelenallein auf einem Waldparkplatz und frage mich, ob ich das wirklich tun will.

Ja und ob! Schon auf den unteren Waldwegen läuft mir reichlich Wasser in die nicht wasserdichten Schuhe. Die Füße sind angenehm warm und trocken, siehe da. Als es später spürbar ansteigt, nimmt die Schneehöhe deutlich zu und erreicht auf dem Kammweg des Höhenzugs gute 10 cm. Alles haut hin und obwohl auch dieser Lauf sehr anstrengend und beschwerlich ist, bin ich guter Dinge und mache mich auf den Weg bergab. Dort stoße ich auf Waldarbeiter, die mächtig viel Holz machen. Die Wege sind in einem grausamen Zustand, jetzt darf ich Schlambäder nehmen. Diese Strümpfe sind sehr dick, ein Wunder, dass man damit überhaupt in Joggingschuhe passt, aber es ist die bislang beste Ausgabe und ich komme tatsächlich nach 29 km und 560 HM trocken an meinem Fahrzeug an. Erleichtert fahre ich nach Hause und bin ab jetzt nicht mehr nervös, weil ich weiss, so komme ich da durch und die vielen Überlegungen haben sich gelohnt. Ich habe mein Ziel erreicht, ich habe einen klaren Plan und die richtige Ausrüstung zusammen! DENKSTE!!!

Als ich in Houffalize ankomme, steht dort das Fahrzeug von "Sportograph". Ich finde es interessant, dass ein deutscher Actionfotograf nach Belgien zu einem recht unbekanntem Spektakel fährt, um Aufnahmen von uns zu machen. Dann kommt sie, die Hiobsbotschaft überhaupt. Da ja überall die Flüsse mit Hochwasser zu kämpfen haben, gilt das auch hier. Und so erfahre ich, dass die Wassertiefe diesmal hüfthoch ausfällt. Mir entgleisen die Gesichtszüge, ich begreife natürlich sofort, dass damit alles was ich zuvor investiert habe, jetzt nichts mehr bringt. Soll man da tatsächlich noch an den Start gehen? Es gibt mehrere Zweifler. Immerhin stehen über 250 Teilnehmer in der Startliste, davon über 20 Deutsche. Die erste Querung erfolgt bereits bei km 18,3, von da an völlig durchnässt weiter zu laufen, auf einem 51 km Kurs, auf dem man viele Stunden unterwegs sein wird, na dann prost Mahlzeit. Die 2. Querung steht dann nach der Marathonmarke bei km 43 an und die 3. noch kurz vorm

Ziel bei km 48. Soweit zum Plan, und damit weiß hoffentlich jeder, worauf er oder sie sich hier einlässt.

Direkt am Start- und Zielort haben sie ein mächtiges Hotel hingestellt, das "Vayamundo", mit Schwimmbad, Kinderspielplatz und tollem Restaurant, man braucht somit nirgends mehr hin, weil man dort alles erhält. Es ist sonnig und schön, soll aber nicht so bleiben bis zum Sonntag, und so genieße ich dieses schöne Wetter um Erinnerungsfotos zu schießen. Es finden bereits mehrere Wettkämpfe statt, insgesamt dauert das Event 3 Tage lang, die Firma Scott ist Hauptsponsor und es gibt eine ganze X-Trailrunning Serie.

Der Start ist Sonntag früh um 7:00 Uhr bei Dunkelheit und ohne Stirnlampe nicht zu machen. Dazu regnet es leicht, so dass meine Brille nass ist und beschlägt, ich muss sie ständig abwischen. Daher laufe ich die ersten 45 Minuten etwas gehandicapt, komme aber trotz extremer Rutsch- und Sturzgefahr über die ersten Berge. Ich finde meinen Rhythmus und komme auch mit der Verpflegung wunderbar zurecht. Die Trailstöcke werden an diesem Tag zu meinem wichtigsten Werkzeug, ohne sie wüsste ich nicht, ob ich dieses Extrem überhaupt gefinisht hätte. Ich weiss auch, dass ich im besten Fall nach 7:30 Std. im Ziel sein kann, eher etwas später, so hoch ist der Schwierigkeitsgrad. Dafür hat der Veranstalter uns 10 Std. eingeräumt, der Letzte sollte später nach 10:21 Std. für die 51 km in der Liste auftauchen.

Wir kommen nach rund 13 bis 14 km an das Flussufer, wo laufen kaum noch möglich ist, will man nicht vom schmalen und technisch brutalen Uferpfad ins Wasser fallen. Dann queren wir den Fluss erstmals über eine kleine Brücke, unter uns rauscht das Wasser mit lautem Getöse. Dann kommt der Höhepunkt Nr. 1, es stehen ca. 10 Personen vor dem Fluss, keiner traut sich rein. Ich übernehme das Kommando und frage, ob sie jetzt lieber umdrehen wollen. Eine deutsche Frau zetert herum, das Wasser würde ihr bis zur Brust gehen, ja bei kleineren Leuten kann das schon mal vorkommen. Wir überlegen eine Kette zu bilden und uns gegenseitig an den Händen zu halten, gehen dann aber doch einzeln voran. Die Strömung ist derart stark, dass ich die Stöcke zu Hilfe nehme, um nicht abgetrieben zu werden. Auf der anderen Seite angekommen habe ich Eisbeine und die Strümpfe sind von oben vollgelaufen. Ich versuche wieder anzulaufen, und habe ein Gefühl, als ob ich LKW-Reifen an den Beinen trage, so hoch ist das Gewicht der nassen Kleidung. Ich frage mich, wie ich damit noch weitere 33 km schaffen soll, vor allem die steilen Hänge hoch. Nach gut 3 km werde ich aber wieder warm, welch Wunder. Jetzt zeigt sich die wahre Klasse dieser Strümpfe und der Merinowolle. Mir ist nicht mehr kalt und ich habe trotz der ganzen Mühen sehr viel Spass an der Sache gefunden.



Torsten auf dem Houffatrail

Foto: Kauffoto sportograf

Von nun an sollte ich einige Plätze gutmachen, denn im Mittelteil komme ich sehr gut voran und bin selbst erstaunt, wie gleichmässig ich die Strecke klar mache. Liegt mein Temposchnitt bei km 26 bei 6,86 km/h, so steht er nach km 38 bei 6,85 km/h, das nenne ich Kontinuität, ich habe das wohl ganz gut im Griff. Und so liege ich tatsächlich im Bereich der 7:30 Std. als Zielzeit, wäre da nicht der unmenschliche Zuschlag an Schikanen und Gemeinheiten. So passiere ich nach meiner GPS-Uhr, die mal wieder eine überirdische Genauigkeit an den Tag gelegt hat (50,97 km Distanz), den Marathon in 6:21:45 Std. Dabei laufe ich mehr als ich gehe und nutze jegliche Chance zu Laufen, wo immer es mir möglich ist. Trotzdem so ein langsamer Durchschnitt. Dann kommt der heftigste Teil, den man sich vorstellen kann, und das zeigen die Fotos. Bei der 2. Furt wurde ein Seil gespannt, wozu nur, gabs bei der ersten Querung ja auch nicht. Ich gehe in den Fluss und greife nach dem Seil, da spüre ich bereits die unfassbare Wucht der Strömung. Obwohl diesmal nicht ganz so tief, ist die Strömung hier derart schroff, dass ich aufpassen muss, dass es mir nicht unter dem Seil die Beine wegzieht. Es ist unvorstellbar schwierig und ich fühle mich ein wenig wie Harry Potter bei den Hungergames. Danach sofort wieder in den tiefen Schlamm, so dass die Schuhe völlig eintauchen, die ganze schöne Wäsche umsonst, Trauer. Von da an kann ich auch mein Tempo nicht mehr verteidigen, es geht immer steiler auf und ab auf den letzten Kilometern, zudem kommt eine 3. Flussquerung auf uns zu, die im Streckenplan gar nicht vermerkt war. Ich bin die ganze Zeit vollkommen fokussiert und gebe alles, um möglichst deutlich unter 8 Std. zu finishen. Lag ich im Männerfeld bei km 26 noch auf Platz 207, sollte ich doch auf Rang 170 der Herrenwertung mein Ziel in brutto 7:50:12 Std. überglücklich und riesig stolz erreichen.

Solch einen Wahnsinn habe ich noch nie gemacht und ich denke, die meisten von Euch auch noch nicht. Es ist Abenteuer pur, der Kurs überwältigend schön und niemals langweilig, ein Erlebnis der Extraklasse für Menschen, die sich in jeder Natur wohlfühlen und sich vor wirklich gar nichts fürchten. Erstaunlich ist noch das recht junge Läuferfeld, im Schnitt zu anderen Events dieser Art. So werde ich 9. meiner AK M50 von 16 Startern, in der M55 erreichen alle 10 das Ziel. Es gibt noch 2 in der M60 und M65. Insgesamt nehmen etwas über 20 Frauen teil, wovon die älteste 54 Jahre zählt. Nun sitze ich beruhigt zu Hause, um Euch diese wilden Zeilen zu widmen und bin wieder schön trocken, auch hinter den Ohren, denn was man so als Greenhorn durchleben muss, nur weil man zu blöd war, die Ausschreibung vorher richtig zu lesen, dass steht auf einem anderen Blatt, but I have survived! In love

Euer Rennhirsch

Clubreise 2018 nach Florida

von Jürgen Kuhlmeier

Nun schon zum 4. Male fand die Clubreise in das sommerliche Florida zur kalten Winterszeit im Februar statt. Wie in den Vorjahren, sollte zwischen 2 Marathon-Wochenenden in Florida eine Kreuzfahrt mit weiteren Marathon-Möglichkeiten angeboten werden. Bereits im März kamen die ersten Anfragen von Cubmitgliedern und im Mai wurden dann die Hotels und ein Kreuzfahrtschiff gebucht, um die günstigen Preise der Frühbucher in Anspruch nehmen zu können.

Jürgen, der in den Wintermonaten meist in Florida vor Ort ist, erkundete auf seinen Trainingstouren mit dem Rennrad die angebotenen Hotels auf Lage, Komfort und Strandnähe. Auch das geplante Kreuzfahrtschiff Victory von der Carnival-Reederei wurde schon einmal vorab bei einer „Probekreuzfahrt“ im Herbst auf die Ausstattung der Kabinen sowie auf die Tauglichkeit von Marathon-Läufen an Bord untersucht. Eigentlich konnte nichts mehr schief gehen. Der Miami-Marathon war klar, jedoch der geplante 2. Marathon in Melbourne/Florida wurde nach Buchung aller Hotels und der Kreuzfahrt wegen eines anderen Events kurzfristig verschoben. So musste das Start-nahe Hotel in Melbourne wieder storniert und ein Ersatzhotel mit Marathon gefunden werden. Schließlich wurde beschlossen, das Strandhotel in Miami-Beach auch nach der Kreuzfahrt zu buchen und 2 weitere Marathons in Süd-Florida anzubieten, den Birch-Park-Marathon auf einem Teil der Original-Strecke

des 2 Wochen später stattfindenden A1A-Marathon in Fort Lauderdale und einen Strandpromenaden-Marathon in Miami-Beach.

Am Freitag, den 26. Januar 2018 war die Anreise mit einem über 10 stündigen Flug nach Miami. Michael hatte vorab einen Mietwagen gebucht und konnte so nach der Ankunft in Miami einen Teil der Gruppe mit in das gebuchte Collins-Hotel in Miami-Beach mitnehmen. Beate und Brigitta, die etwas später kamen, nahmen ein Taxi zum Hotel. Der Normalpreis ist ca. 25 US\$, jedoch verlangte der Fahrer von jedem 25 US\$ und machte so ein Touristen-Schnäppchen. Am nächsten Morgen war Verabredung zum gemeinsamen Besuch der Marathon-Messe in Miami. Mit den Mietwagen fuhren wir zu einem Shuttlebus, der uns schließlich zu der Marathon-Messe fuhr, deren Veranstaltungsort erst 2 Wochen vor dem Miami-Marathon bekannt gegeben worden war. Der Nachmittag stand dann zur Erkundung der näheren Umgebung des Hotels zur Verfügung, sowie der umliegenden Geschäfte, Restaurants und des km-langen Strandes.

Miami-Marathon (28.01.2018) Am nächsten Morgen war nun der Miami-Marathon. Bereits um 5:30 Uhr ging es mit den Mietwagen zum Start. Es waren ca. 20.000 Läufer gemeldet, ca 4.000 Marathonis und für den Halb-Marathon zusätzlich ca. 15.000 Läufer, die alle gemeinsam starten sollten. Einen Parkplatz fanden wir zum Glück noch in einer Seitenstraße. Die Läufer waren in Start-Felder von A bis zum Buchstaben L aufgeteilt, so dass der eigentliche Start z.T. über 30 Minuten später erfolgte. Dann ging es aber noch in der Morgendämmerung hinauf auf eine km-lange Brücke vorbei an dem Kreuzfahrthafen, wo wir am nächsten Tag unsere Seereise beginnen sollten. Auf verschlungenen Straßen von Miami-Beach ging es weiter und wieder zurück über Venetian-Island nach Miami, auch für die ½ Marathon-Läufer. Die 2. Hälfte der Strecke verlief durch elegante Wohnviertel Coral Gables und ein Stück auf der Brücke nach Key Biscane und endete schließlich wieder im Bayfront Park mit all den Zelten für Verpflegung und Kleiderabgabe. Das Wetter war moderat und nicht zu heiß. Nach dem Lauf ging es zurück zum Hotel und zur Entspannung am weiten Strand.

Kreuzfahrt (29.01.-02.02.2018) Am Montag fuhren wir dann zum Port of Miami zur Einschiffung für die 5 tägige Kreuzfahrt mit dem Schiff VICTORY der Reederei CARNIVAL für über 2.000 Passagiere und einer Besatzung von über 1.000 Mann bzw. auch Frau, einer Schiffs-Länge von fast 300 m und mit über 100.000 BRT. Durch den günstigen \$-Kurs konnten geräumige Außenkabinen gebucht werden. Zunächst wurde das umfangreiche Buffet auf dem Lido-Deck im 9. Stock des Schiffes erkundet. Nach Inspektion der Kabinen ging es zur weiteren Erkundung der vielfältigen Unterhaltungsmöglichkeiten während der Kreuzfahrt. Nach Abfahrt des Schiffes mussten allerdings erst einmal alle zur Rettungsübung bei den Rettungsbooten. Dann fuhren wir aus dem Hafen mit einer eindrucksvollen Kulisse der Skyline von Miami und vorbei an Miami-Beach, wo wir gestern noch den Miami-Marathon gelaufen waren. Zum gemeinsamen Abendessen trafen wir uns später in dem eleganten Pacific-Restaurant.

1.Carnival Cruise Marathon (30.01.2018) Auf See, d.h. während der Überfahrt zu der Privatinsel der CARNIVAL-Reederei „Half Moon-Cay“ wurde dann der erste Clubmarathon auf dem 12. Deck mit einer Rundenlänge von 161 m und 265 Runden gelaufen. Nicht nur Svens Frau Maren hatte sich zur Rundenzählung bereit erklärt, sondern auch zwischenzeitlich die Nicht-Läufer. Verpflegung konnte jederzeit vom Buffet-Deck nachgeholt werden. Immerhin waren 8 Läufer unterwegs, von denen 6 einen ganzen Marathon geschafft haben. Bei der Siegerehrung während des Abendessens gab es dann die 100-Marathon-Club-Medaillen, wobei auf der Rückseite jeweils das Datum, der Name des Marathons und die gelaufene Distanz verzeichnet waren. Eine Veröffentlichung der Ergebnisse erfolgte bereits nach der Clubreise auf der Homepage des Clubs.

1. Half-Moon-Kay Inselmarathon (31.01.2018) Am nächsten Morgen erreichten wir dann bei schönstem Wetter die Privatinsel der Reederei Half Moon Cay. Mit Tenderbooten wurden wir ausgeshifft. Schon vorab hatten wir uns alle im Vorschiff getroffen, um mit dem ersten Boot auch über zu setzen, denn auf der Insel hatten wir insgesamt nur knapp 7 Stunden Aufenthalt. Zum Marathon blieben uns somit mit dem Gang zum Start und Aufbau des Standes maximal 6 Stunden. Von dem

Liebreiz der Insel waren alle begeistert, grüne Palmen, ein weißer Strand darüber türkisblaues Wasser und in der Ferne tiefblaues Wasser dekoriert mit unserem Kreuzfahrtschiff. Nach einem kurzen Fußweg erreichten wir die überdachte und offene Verpflegungs-Station. Seitlich war hier auch der Start. Eine vermessene Rundstrecke von 1 Meile sowie eine Verlängerung zu einer Reitpferde-Station bildeten unsere Laufrunden. 6 Läufer waren angetreten, jedoch wegen der Hitze und der begrenzten Zeit liefen schließlich „nur“ 4 Teilnehmer einen vollen Marathon. Nach Rückkehr mit den Tenderbooten gab es beim gemeinsamen Abendessen wieder die verdienten Medaillen.

1. Nassau-Inselmarathon (01.02.2018) Nassau auf den Bahamas war die letzte Station der Kreuzfahrt. Heute gab es genügend Zeit auf der Insel. Dennoch waren wir mit die Ersten, die das Schiff verließen, um die kühlen Morgenstunden zu nutzen. Vorab waren schon eine Verpflegungs-Station und eine Marathon-Strecke geplant worden: ein schattiger Platz jenseits des Hafens und eine Wendestrecke Richtung Flugplatz. Jürgen sorgte für die Getränke und Verpflegung von einem einheimischen Supermarkt. Alles schien wieder perfekt geplant zu sein, jedoch die Strecke füllte sich im Laufe des Tages zusehends mit viel Verkehr und vielen Fußgängern, so dass das Laufen später einem Hindernislauf gleichkam. Immerhin erreichten wieder 4 Läufer das Ziel mit entsprechend längeren Marathon-Zeiten. Nach einem Bummel durch die mit Einheimischen und Touristen belebten Straßen ging es wieder zurück zum Schiff und zur Rückfahrt nach Miami.

1. Birch-Park Marathon (03.02.2018) Nachdem wir am Freitag in Miami ausgeschifft hatten und wieder unser Quartier im Collins-Hotel in Miami-Beach bezogen hatten, sollte nun am Samstag der 600. Marathon von Jürgen in dem strandnahen Birch-Park in Fort Lauderdale stattfinden. Vorab war mit der Parkleitung die Genehmigung auf einem Teil-Stück des auch zwei Wochen später stattfindenden A1A-Marathons abgesprochen worden. Die Strecke verlief durch dichten tropischen Baumbestand und vorbei an dem Küsten-Kanal Intra-Coastal, der vom mexikanischen Golf parallel zur Küste verläuft und an dem sich auch viele Rastplätze mit Tischen und Bänken für die Stadtbewohner befinden. Heute haben alle 8 Teilnehmer den vollen Marathon geschafft, zumal das Wetter wieder moderat war und wir nicht mehr unter Zeitdruck standen. Anschließend hatten Ingrid und Maren eine Pasta-Party in der Hochhauswohnung von Jürgen vorbereitet. Es war ein sehr schöner Rahmen für die Überreichung der Urkunde zum 600. Marathon von Jürgen durch das Vorstandsmitglied des Clubs Michael.



Everglades Airboat Tour

Foto: Kauffoto

Am nächsten und letzten Tag war der Promenaden-Marathon in Miami-Beach geplant. Jedoch nach gemeinsamem Beschluss fuhren wir in den Mietwagen zu den Everglades und nahmen an einer eindrucksvollen Airboat-Tour teil. So erfuhren wir einiges über das Leben in den Sümpfen und das Leben sowie Verhalten der Krokodile. Der Bootsführer verabschiedete sich schließlich von „unserem“ Krokodil mit „see you later Alligator“ – einem Aus-

spruch, den man manchmal auch scherzhaft unter Freunden zur Verabschiedung gebraucht. Anschließend ging es noch zu der großen Aventura-Mall, einer ausgedehnten Einkaufsmeile mit vielen Einkaufszentren. Diese Mall war so groß, dass man sich nicht nur verlaufen konnte, sondern teilweise auch tat. Sie war verwinkelt und hatte neben den Parkplätzen noch 5 weitere sehr große Parkgaragen, die um die Mall herum gebaut waren. Ein Teilnehmer von uns wurde, wie gelegentlich üblich, von einem Sicherheitsposten zurück zum Auto gebracht.

Melbourne-Marathon (11.02.2018) Eigentlich wollte die ganze Gruppe den sehr schönen Melbourne-Marathon laufen, der jedoch nach der Planung der Clubreise wegen eines anderen Events kurzfristig um eine Woche verschoben worden war. Nur Sven mit Maren verlängerten ihren Florida-Urlaub, um diese eine Woche, sahen sich die Florida Keys bis Key West an und fuhren anschließend mit Jürgen und Ingrid in ein Strandhotel bei Melbourne. Der Marathon ist bekannt für seine vielen Musik-Darbietungen auf dem Rund-Kurs. Ganz besonders hob sich ein Klavierspieler an einem weißen Flügel auf dem Gipfel einer über 50 m hohen Brücke über den dortigen Indian-River hervor. Sowohl Sven als auch Jürgen holten sich die ersten Preise in ihrer Altersklasse, ein schöner Erfolg für die 100MC-Läufer. Es war nun der endgültige Abschluss einer großartigen Clubreise nach Florida.

Irgendwann muss jeder nach Biel, äh, Rheine ;-)

von Hans-Werner Rehers

Alle Laufenden kennen diese Erfahrung.

Irgendwann nach dem ...sten Marathon stellt man fest, dass es auch Strecken jenseits der magischen 42,195 km gibt, die gelaufen werden wollen.

Bei mir war die erste Ultradistanz die GMHütter NULL über 50 km, die Georg Rollfing seinerzeit ins Leben gerufen hat und die vor einiger Zeit vom OberPUM Günter Liegmann reaktiviert wurde.

Wem auch das zu kurz ist, der kommt, wie von Werner Sonntag im gleichnamigen (s.o.) Buch eindrucksvoll beschrieben, um Biel nicht herum. Aber alle Jahre wieder Biel muss ich nicht unbedingt haben, deshalb habe ich u. a. auch den WUB rund um Bielefeld, die Stadt, die es gar nicht gibt, die 100 km beim Röntgenlauf und den Taubertal-Ultra unter die Laufschuhe genommen und hätte es damit eigentlich gut sein lassen, wenn nicht Christian Pflügler, seines Zeichens Racedirector des größten 6-Stunden-Laufs weltweit, im Rahmen seines 6-Stunden Laufs (www.6h-lauf-muenster.de) am 10. März 2018 in der Theodor-Blank-Kaserne in Rheine-Bentlage die deutsche Meisterschaft im 100 km- Straßenlauf ausgetragen hätte.

Was sollte dagegen sprechen, entspannt 20 ganz flache Runden zu je 5 km zu kreiseln, nur unterbrochen von optimaler Verpflegung sowohl in flüssiger als auch in fester Form.

Bevor ich anfangen, an mir selbst zu zweifeln, gebe ich meine Nennung ab und stelle eine Woche vor dem Lauf fest, dass ich eigentlich nur 13 Stunden durchlaufen muss, um meine AK zu gewinnen, schlicht und einfach, weil ich der Einzige in der M 70 bin.

Am 5. März registriere ich mit Hans-Joachim Dierkopf einen Mitbewerber auf den ersten Platz, google ihn, stelle fest, dass Ha-Jo, als er noch in der M 65 unterwegs war, über 100 km schon mal eine 9:47 rausgehauen hat und verabschiede mich vom Titel mit der Gewissheit, in unserer AK zumindest Zweiter zu werden, wohingegen mein Konkurrent Vorletzter werden wird ;-).

Da Christian bei unserem www.ospum.de immer für die Zeitnahme zuständig ist, unterstützen Günter und ich ihn in den Tagen vorher beim Füllen der Sandsäckchen, Bekleben der Medaillen und Packen der Starterbeutel.

Am Raceday reisen wir getrennt an, weil in 13 Stunden auf 100 km relativ viel geschehen kann, Günter hat unsere gemeinsame Lauffreundin Maria Rolfes von den Waldschleichern Lohne an Bord. Seinen Start knickt er wegen einer hartnäckigen Erkältung, Maria und ich bummeln noch im Dunklen und bei Regen zusammen mit knapp 200 anderen zum Start in der Nähe vom VP 1 und werden mit einer geringen Zeitverzögerung losgeschickt.

Im Vorfeld hatte ich mir überlegt, mit einem Schnitt von 7:30 min/km zu starten, zu schauen, wie lange ich ihn halten kann und das Tempo bei Bedarf entweder nach unten oder nach oben zu modifizieren.

Je länger ein Lauf ist, desto mehr Probleme habe ich mit der jeweiligen Rechnerei.

Deshalb hatte ich ein Zettelchen dabei mit den 5 km-Splittzeiten, und was soll ich sagen, es lief eigentlich genau nach Plan.

Nur zum Nachvollziehen erwähne ich einfach jetzt mal schon unsere jeweiligen Soll- bzw. Istzeiten: km 5 38 min / 36 min, km 10 1:16 Std. / 1:10 Std., km 15 1:54 Std. / 1:46 Std., km 20 2:32 Std. / 2:24 Std., km 25 3:10 Std. / 3:01 Std., km 30 3:48 Std. / 3:38 Std., km 35 4:26 Std. / 4:16 Std., km 40 5:04 Std. / 4:55 Std., km 45 5:42 Std. / 5:33 Std., km 50 6:20 Std. / 6:10 Std.

Nach sechs Stunden wurde es auf der bisher sehr ruhigen und an zwei Stellen etwas windanfälligen Strecke ausgesprochen wuselig, weil um 12 Uhr die 6 Stunden Laufenden losgelassen wurden.

Mathias Hornung, seines Zeichens Organisator des Osnabrücker 6-Stunden-Laufs am Rubbenbruchsee am 18. August 2018, fungierte in bewährter Weise als fachkundiger Streckensprecher und hatte auch für die 100 km-Läufer immer ein motivierendes Wort in petto.

Mental geht es Maria, die in ihrer W 60 ebenfalls auf Position zwei unterwegs ist, und mir ausgezeichnet, man kennt ja mittlerweile relativ viele Akteure von anderen Veranstaltungen und hat unterwegs immer Zeit für ein kleines Schwätzchen.

Meine ohnehin immer noch gute Laune bessert sich schlagartig, als ich ungefähr bei km 60 vor mir Ha-Jo registriere, dessen Laufstil eindeutig zeigt, dass er mit Problemen zu kämpfen hat.

Er bestätigt es mir auch beim Überholvorgang und gibt mir gute Wünsche mit auf den ab jetzt nur noch zu laufenden Marathon.

Glücklicherweise ist seit dem späten Vormittag das Wetter auf unserer Seite, zeitweilig zeigt sich auch die Sonne und lässt die Strecke abtrocknen.

Nach jeder Runde kann man am VP 1 seine Position und die jeweils gelaufene Rundenzeit ablesen, und es zeigt sich, dass Ha-Jo mich in der ersten Rennhälfte zwei Mal überrundet haben muss, weil ich immer noch Platz 2 in der AK inne habe.

Da ein Check-Up aller wichtigen Punkte (Puls, Hüfte, Knie, Fussgelenk, Zehen) nichts Negatives ergibt, bemühen wir uns, das vorher angedachte "Tempo" so lange wie möglich konsequent weiter zu halten, immer mit dem Gedanken im Hinterkopf, dass jede Minute der Stecker gezogen werden kann.

Einer unserer Lauffreunde aus Melle hatte immer einen guten Spruch auf Lager: Ultra ist 80 % Kopfsache und 20 % mental! Und wo er recht hat, hat er recht, das bewahrheitet sich auch bei meiner ersten dt. Meisterschaft über diese Distanz.



Ha-We Rehers und Maria Rolfes in Rheine

Foto: Karin Boegel

Die 5km- Splitts unserer zweiten Hälfte will ich natürlich nicht verschweigen:

KM 55 6:58 Std. / 6:48 Std., km 60 7:36 Std. / 7:25 Std., km 65 8:14 Std. / 8:04 Std., km 70 8:52 Std. / 8:44 Std., km 75 9:30 Std. / 9:26 Std., km 80 10:08 Std. / 10:06 Std., km 85 10:46 Std. / 10:46 Std. km 90 11;24 Std. / 11:24 Std., km 95 12:06 Std. / 12:07 Std., ZIEL 12:44 Std. / 12:47 Std.

So wundert es mich relativ wenig, dass wir in der 18. Runde zum zweiten Mal auf Ha-Jo auflaufen, ihn nach einem kurzen Wortwechsel überlaufen und davonziehen mit der Gewissheit, Platz 1 bis ins Ziel sicher zu verteidigen.

Wenn ich mir im Nachhinein vor Augen führe, dass ich bei meinem ersten Hunderter vor 10 Jahren in Biel mit 12:42 Std. praktisch genau so lange unterwegs war, kann ich heute eigentlich nur staunen, wie komplikationslos ich Rheine finishen und den Meistertitel in der AK M 70 für mich persönlich und den Osnabrücker Sportclub holen konnte.

Versteht sich von selbst, dass wir bis zur Siegerehrung bleiben, die von Michael Irrgang, dem Sportwart der LG DUV, und Christian Pflügler vorgenommen wird

Maria schafft es problemlos, Vizemeisterin in ihrer AK zu werden, ich durfte ganz oben aufs Treppchen und stelle ganz unbescheiden fest: Ich bin stolz auf mich!

Deutschlandläufe 1975 bis 2017

von Ingo Schulze

Nur wenige „Deutschlandläufe“, „DL“ sind miteinander vergleichbar. Deshalb habe ich sie in fünf Gruppen unterteilt. Zu den Gruppen gibt es wohl nicht viel zu diskutieren und die Aufstellung dürfte für sich selbst sprechen. Ich möchte etwas auf die Gruppeneinteilung eingehen.

Nr.	Jahr	Gruppe	Organisator	Bemerkungen
01	1975	Alleingang	Helmut Schieke	1129 km in 13 Tagen, 3 Stunden und 20 Minuten. Es gab 1975 noch kein Internet, wo man hätte drüber lesen können. Daher ist dieser Lauf heute kaum bekannt
02	1977	Staffellauf	Peter Gehrmann	1093 km. Jeder Staffelteilnehmer musste 100 km laufen.
03	1980	Alleingang	Horst Preisler	Er lief im Alleingang die Strecke von Peter Gehrmann über 1093 km und wurde lediglich von seinem, damals 14jährigen Sohn Kai begleitet. Zeit: 18 Tage und 12 Stunden
04	1981	Gruppenlauf	Prof. Dr. Klaus Jung	5 Läufer liefen 1100 km 20 Tagen, von der dänischen bis zur österreichischen Grenze (23.08 bis 13.09.1981) Ziel des Laufes war: In wissenschaftlicher Hinsicht das Bestreben zu erkunden, was sich physiologisch und pathophysiologisch während einer extremen Ausdauerbelastung im Organismus abspielt und in welchem Maße die Ernährung darauf Einfluss hat. Das Motto: „Essen und Trimmen, beides muss stimmen“.
05	1981	Abenteuerauslauf	Rüdiger Nehberg	1000 km durch Deutschland. Er ernährte sich von dem, was die Natur ihm bot. Sauerampfer, Käfer, Löwenzahn, Beeren und was sonst noch am Wegrand lag.
06	1983	Alleingang	Ingo Schulze	Er lief die Strecke von 1977 über 1093 km in 14 Tagen und 4 1/2 Stunden. Vom 18.06. bis 02.07.1983. Von Harrislee nach Linderhof. Er wurde von einem Kameraden der Bundeswehr begleitet, der ihn alle 5 bis 10 km mit Erfrischungen versorgte. Es erfolgte ein Eintrag in das „Guinness Buch der Rekorde“ 1985
07	1983	Gruppenlauf	Gisela Requate	32 Teilnehmer/innen benötigten 18 Tage. Viele stiegen aus, weil sie abends zu Küchenarbeiten und ähnlichem herangezogen wurden. Das war zwar vorher bekannt, aber vor Ort wollte leider niemand etwas davon wissen.
08	1987	Wettkampf	Prof. Dr. Klaus Jung	Prof. Dr. Klaus Jung startete ein zweites wissenschaftliches Experiment. Vom Timmendorfer Strand nach Mittenwald 23.08. bis 11.09.1987. 110 Läufer/innen starteten zu einem Lauf über 1000 km mit 20 mal 50 Tagesetappen. Genau die Hälfte erreichten das Ziel. Es folgten wissenschaftliche Auswertungen. So auch die Ernährungsweisen: Hausmannskost und Vollwertkost. Zusammenfassend: Abenteuer, Gesundheit und Wissenschaft. Tragisches Ereignis: Am fünften Renntag fand man einen Läufer morgens tot im Schlafsack. Die Weiterführung des Unternehmens fiel schwer; es meldeten sich etliche Teilnehmer vorzeitig ab.
09	1993	Alleingang	Ingo Schulze	Ein zweiter Deutschlandlauf unter Einbeziehung der neuen Bundesländer. Zeit: 14 Tage und 7 1/2 Stunden. 01.07. bis 15.07.1993. Zweiter Eintrag ins „Guinness Buch der Rekorde“, Ausgabe 1995. Begleitet wurde er von seiner Ehefrau und seinen beiden Söhnen. Es gab alle 5 bis 10 km eine Erfrischung. Die Unterkunft wurde vor Ort gewählt.
10	1998	Wettkampf	Ingo Schulze	Unter der Leitung von Ingo Schulze starteten 24 Läufer in Kap Arkona zu einem Lauf über 1225 km mit 17 Tagesetappen. Genau die Hälfte erreicht das Ziel in Lörrach. 21.09. bis 07.10.1998
11	2001	Alleingang	Achim Heukemes	1154 km in 6 Tagen, 21 Stunden und 15 Minuten. Der Lauf verlief im Juni 2001 von Neuen-dorf bei Wilster (3,64 Meter unter null) bis zur Zugspitze (2.964 Meter ü.d.M.)
12	2005	Wettkampf	Ingo Schulze	67 Teilnehmer aus 9 Nationen von Kap Arkona/Rügen nach Lörrach über 1204 km in 17 Tagesetappen. 37 Teilnehmer, darunter 2 Frauen, erreichten das Ziel. 12. bis 28.09.2005
13	2006	Wettkampf	Ingo Schulze	Von 31 Teilnehmern aus 9 Nationen kamen 21 Männer und 4 Frauen ins Ziel. 11. bis 27.09.2006
14	2007	Wettkampf	Ingo Schulze	Von 41 Startern kamen 27 Männer und 4 Frauen aus 10 Nationen ins Ziel. 10. bis 26.09.2007
15	2008	Wettkampf	Ingo Schulze	28 Starter aus 4 Nationen. 2 Frauen und 17 Männer kamen ins Ziel. 08. bis 24.09.2008. Tragisches Ereignis: Einige Stunden nach der Siegerehrung verstarb ein Läufer an Herzversagen.
16	2010	Wettkampf	Ingo Schulze	26 Männer und 3 Frauen aus 4 Nationen waren am Start. 16 Männer erreichten das Ziel. 06. bis 22.09.2010

17	2010	Abenteuerlauf	Joe Kelly	17 Tage und 23 Stunden, von Wilhelmshafen zur Zugspitze über 874 km. Er hat sich dabei von dem ernährt, was er am Straßenrand fand, so auch totgefahrene Hasen. Ansonsten ohne jede fremde Hilfe und Unterstützung.
18	2013	Abenteuerlauf	Steven Rau	Strecke von Wilhelmshafen zur Zugspitze, über 874 km, 15 Tage und 23 Stunden. 30.08. bis 14.09.2013. Er ernährte sich, wie schon Nehberg und Kelly, von dem was er am Wegesrand fand.
19	2014	Abenteuerlauf	Robert Wimmer	Wilhelmshafen nach Garmisch zur Zugspitze, über 874 km, in 10 Tagen und 5 Stunden. 14. bis 23.07.2014. Begleitet wurde er vom Abenteuerer Walter Kölsch mit dem Radfahrer. Beide mussten sich getrennt selbst versorgen. Während Kölsch Geschäfte für den Einkauf aufsuchen konnte, hatte Wimmer kein Geld dabei. Im Gegensatz zu Nehberg, Kelly und Rau ernährte er sich nicht von dem, was am Wegesrand lag, sondern er hatte seine gesamte Verpflegung und Kleidung über anfänglich 30 kg in einem BENPACKA = Ziehwagen, den er hinter sich herzog.
20	2014	Abenteuerlauf	Sidney Dingert	14 Tage und 7 Stunden von Wilhelmshafen zur Zugspitze, über 920 km, 02. bis 16.08.2014. Er ernährte sich von dem, was die Natur ihm bot. Ohne jede fremde Hilfe und Unterstützung.
21	2017	Wettkampf	Oliver Witzke	Nach sieben Jahren Wettkampfpause wagte sich Oliver Witzke an die „Auferstehung“ des Deutschlandlaufes. Am Start waren 54 Läufer, 6 Läuferinnen und der Tretrollerfahrer Peter Bartel. Der Start erfolgte am 16. Juli auf Sylt, der Lauf endete am 3. August nach 19 Etappen in Garmisch und weiter zur Zugspitze. Die Gesamtlänge betrug 1311 km. Ins Ziel kamen 37 Läufer, 3 Läuferinnen und der Tretrollerfahrer Peter Bartel.

Zusammenfassung DL:

- 1 Staffellauf durch: Gehrmann
- 5 Alleingänge mit Betreuern durch: Schieke, Preisler, 2x Schulze, Heukemes
- 2 Gruppelläufe, kein Wettkampf durch: Jung, Requate
- 8 Wettkampfbedingungen durch: Jung, 6x Schulze, Witzke
- 5 Abenteuerläufe durch: Nehberg, Kelly, Rau, Wimmer, Dingert

Pioniere der Deutschlandläufe dürften wohl Helmut Schieke (Einzelläufer) und Peter Gehrmann sein, der 1977 einen Staffellauf über 1093 km ins Leben rief. Er schrieb anschließend das Buch „Deutschlandstaffel.“ Dieser Lauf wurde generalstabsmäßig durch Soldaten und Polizisten vorbereitet. Die Strecke wurde mit Straßenatlas, im Maßstab 1:50 000, Kompass, Kurvenmesser, Steckzirkeln und Farbstiften geplant. (Heute hat man GPS). Jeder Staffelläufer musste später 100 km laufen. Da die Strecke 1093 km lang war und der letzte Läufer um 7 km „betrogen“ wäre, nahm dieser schon bei km 993 mit dem vorletzten Läufer sein Rennen auf.

Nehberg, Kelly, Dingert und Rau ernährten sich ausschließlich von dem, was links und rechts der Strecke weggeworfen wurde. Sie machten auch vor einem vorgefundenen und angebissenen „Hamburger“ nicht halt. Es wurden auch von Nehberg und Kelly Würmer und totes Getier wie überfahrenen Hasen und Igel verspeist. Dingert übertraf Nehberg und Kelly zeitlich noch einmal.

Für Nehberg war der Deutschlandlauf eine Vorbereitung für das Überleben im brasilianischen Regenwald, wo er Kontakte zu den bedrohten Yanomami-Indianern fand.

Die Distanzen von Wilhelmshafen zur Zugspitze variieren zwischen 874 und 920 km. Dingert hatte vermutlich eine etwas andere Route als Kelly, Rau und Wimmer gewählt, weshalb er auf 920 km kam.

Wimmer legte die Strecke über 874 km als schnellster, in 10 Tagen und 5 Stunden zurück. Er organisierte seinen Lauf etwas anders als Nehberg, Kelly, Rau und Dingert. Aber auch er lehnte jeden Luxus ab, auf den aber Schieke, Preisler, Heukemes und Schulze nicht verzichteten. Wimmer hatte wohl einen Begleiter dabei, aber sie versorgten sich getrennt. Während sich der eine in Geschäften mit genüsslichen Waren eindeckte, hatte der andere lediglich das, was er in seinem „Ziehwagen“ mitführte.

Schieke, Preisler, Heukemes und Schulze liefen die Strecke mit Begleitern, von denen sie in selbstgewählten Abständen versorgt wurden. Der Lauf ist mit denen, von Nehberg, Kelly, Rau, Dingert und Wimmer daher nicht vergleichbar. Schulze lief die Strecke über 1093 km vier Tage schneller als Preisler. Hier gab es Unterschiede, die nicht vergleichbar sind. Während Preisler von seinem, damals 14-jährigem Sohn mit dem Fahrrad begleitet wurde, hatte Schulze erwachsene Betreuer mit Fahrzeug dabei. Preisler musste abends für sich und seinen Sohn ein Quartier suchen. Schulze hatte seine Quartiere im Vorfeld organisiert oder aber die Betreuer kümmerten sich drum, wobei Schulze den Kopf für seinen Lauf frei hatte.

Nach dem Fall der Mauer lief Schulze die Strecke über 1305 km nur drei Stunden langsamer als beim ersten Deutschlandlauf. Dieser Rekord hielt bis 2001. Achim Heukemes lief von Neuendorf zur Zugspitze 1154 km in 6 Tagen und 21 Stunden. Somit lief er täglich über 160 km, während Schulze es nur auf knapp 90 km täglich brachte.

Klaus Jung schrieb in seinem Buch „Deutschlandlauf 1987“ über Horst Preisler und Ingo Schulze:

„Die Deutschlandläufe von Horst Preisler (1980) und Ingo Schulze (1983) fanden in der Sportberichterstattung wenig Beachtung. Die Leistung von Schieke (1975) fand wohl seinerzeit in den Medien Beachtung, aber versickerte mit der Zeit. Damals gab es noch kein Internet. Ein Buch wurde darüber auch nicht geschrieben. Helmut Schieke ist mir persönlich bekannt und er verfügt über umfangreiches Material, was seine Leistung dokumentiert.

Solche Leistungen haben aber weniger „Marktwert“ als Fußball oder Tennisturniere. Leistungen dieser Art bieten dem „Passivsportler“, dem Leser, dem Hörer oder dem Fernsehzuschauer weniger Identifikationsmöglichkeiten, als der Fußball- oder Tennisstar, auf den die eigenen Wünsche projiziert werden. Und sei es nur, dass man seine Socken oder Hemden trägt.

Am 6. Juli 1986 starteten 32 Läuferinnen und Läufer von Flensburg nach Mittenwald. Initiiert wurde der Lauf von Gisela Requate. Der Ausfall war hoch, denn es kamen nur 14 Teilnehmer in Mittenwald an. Die Ausfallquote wurde damit erklärt, dass die Teilnehmer nach einem anstrengenden Läuferstag, Küchendienste und sonstige anfallenden Arbeiten erledigen mussten. Zudem wurde moniert, dass die Tagesetappen hätten, nur maximal 50 km lang sein dürfen (das hatte man aber vorher gewusst).

Einen Deutschlandlauf unter Wettkampfbedingungen gab es nur von Jung (1987) und Schulze (1998, 2005, 2006, 2007, 2008 und 2010). Nach langer Pause wagte sich Oliver Witzke an eine Wiedergeburt des Deutschlandlaufes. Wobei auch diese Wettkämpfe schwer miteinander zu vergleichen sind. Jung organisierte seinen DL1987 über 1000 km von Timmendorf nach Mittenwald über 20 Tage. Es gab täglich eine Auswertung, wie auch bei meinen „DL“ und Witzkes DLL.

Klaus-Michael Menz aus Wiesbaden gewann den Lauf in einer Zeit von 78:07:18 Stunden als „Vollwertkostläufer“ und Fernand Tonneau aus Belgien mit 79:11:26 Stunden als „Hausmannskostläufer.“

1987 war der Ultralangstreckenlauf noch in den Kinderschuhen, auch wenn er noch heute wenig Beachtung erfährt.

Interessant sind einige Bewertungen der Läufer nach dem DL 87.

- Leider sind meine Zielvorstellungen in den ersten Tagen zerstört worden. Anstatt eines Miteinanders bemerkte ich im Läuferlager die Züge zu Fanatismus, Intoleranz, Egoismus und Masochismus. Da stellte sich mir die Frage, ob die Auswahl der Probanden zum Erreichen der gesteckten Ziele nach geeigneten Verfahren durchgeführt worden ist.
- Die Tageskilometer sollten nicht über 50 km hinausgehen. Jede Woche einen Ruhetag. Warum mal eine Tagesetappe mit 45 km und dann wieder eine andere mit 55 km? Ich meine, dass es schon bemerkenswert in Deutschland ist, dass man überhaupt etwa alle 50 km eine Sporthalle findet. Aber exakt alle 50 Km?
- Vielleicht hat nicht alles geklappt, wie es sein sollte, aber ich glaube, das ist auch schwer realisierbar.
- Weiterhin musste ich die Erfahrung machen, dass ich mich nicht dazu eigne, jede Nacht auf einer Matratze mit hundert Leuten um mich herum zu schlafen.
- Ich hätte mich gern nach einer Laufetappe ruhiger entspannt, statt täglich Musikkapellen und hektischen Sachen suchender Läufer um mich zu haben. Ich fühlte mich oft in meiner Ruhe gestört.
- Dann sind mir bereits nach drei Tagen die ganzen offiziellen und halboffiziellen Anlässe mit Blasmusik und ellenlangen (Bürgermeister-) Reden gehörig auf den Wecker gegangen.

Bemerkung: Mit den letzten vier Punkten hatte ich auch bei meinen Läufen zu kämpfen.

Jung führte seinen Deutschlandlauf als wissenschaftliches Experiment durch und teilte die Läufer in rohkostangereicherte „Vollwertkost“ und herkömmlicher „Hausmannskost“ ein. So wurden die Läufer während des Rennens auch versorgt und man wollte die beiden Gruppen während und nach dem Lauf beurteilen. Von 17 Starterinnen und 93 Startern erreichten 55 das Ziel in Mittenwald.

Die Organisationsmannschaft war enorm, denn allein 43 Soldaten und 17 ständige Mitarbeiter der „Johannes Gutenberg-Universität“ Mainz waren vor Ort. Hinzu kommen noch über 50 weitere ehrenamtliche Mitarbeiter, die im Hintergrund arbeiteten. Das Finanzvolumen war über 150.000 DM stark und wurde beinahe ausschließlich von Sponsoren finanziert. Unterstützt wurde der Lauf auch von der Politik, denn der damalige Bundeskanzler, Helmut Kohl, übernahm die Schirmherrschaft.

Eine solche Schirmherrschaft kann Türen öffnen, die man sonst nur fest verschlossen vorfindet. Auch ich versuchte mein Glück bei den „DL“ und „TE-FR“ Läufen. Meine Chancen waren gleich null. Ich war nur Ingo Schulze mit einem relativ kleinen Teilnehmerfeld und Betreuermannschaft und konnte nichts vorweisen, außer dass ich Ultramarathonläufer war und Ingo Schulze hieß. Ultramarathonläufer? „Wat is 'n dat?“

Meine Deutschlandläufe wurden nahezu ausschließlich mit Startgeldern finanziert und unterlagen der Umsatzsteuer. Es mussten daher vom Startgeld erst einmal 19% MwSt. an das Finanzamt entrichtet werden. Meine Betreuermannschaft war mit etwa 20 bis 25 Leuten immer sehr übersichtlich. Es mussten aber zum Teil Aufwandsvergütungen (Fahrzeugpauschalen) gezahlt werden.

Wenn man weiterforscht, so kann man auf weitere Deutschlandläufe kommen. So zum Beispiel der Staffellauf 2004. Die Deutschlandstaffel war ein 14-tägiger Langstrecken-Staffellauf rund um Deutschland. In meiner Übersicht habe ich nur Deutschlandläufe, die von Nord nach Süd verlaufen, berücksichtigt. Natürlich kämen auch Läufe von Süd nach Nord infrage, diese sind mir aber nicht bekannt.

Ergänzung: Hauke König lief 2011 als „Alleingang mit Betreuern“ in 27 Tagen von Berchtesgaden nach Sylt, ca. 1300 km (100 MC aktuell 3/2011 und 1/2012).

Die Planung der Deutschlandstaffel lief ab dem 27. April 2004, die Umsetzung der ersten Staffel fand während der Olympischen Sommerspiele 2004 in Athen statt. Der Staffellauf war unterteilt in acht Abschnitten Ost, Nordost, Nord, Nordwest, West, Südwest, Süd und Südost mit Start und Ziel in Leipzig. Bei der Deutschlandstaffel wurden 247 Teilabschnitte von 5 bis 32 Kilometer bei Tag und Nacht ununterbrochen gelaufen. Insgesamt wurde eine Strecke von 3555 Kilometern zurückgelegt. Vor Beginn des Starts hatten sich bereits über 600 Läufer auf der Homepage verbindlich eingetragen und ihre Teilstrecken in der Regel selbst bestimmt. Am 29. August 2004 wurde die Staffel erfolgreich in Leipzig zum Abschluss gebracht. Die zweite Deutschlandstaffel fand vom 22. Juli bis 6. August 2006 mit Start und Ziel in Wuppertal statt.

Laufbücher auf der Homepage vom 100 Marathon Club von Christoph Wenzel

Clubmitglied Christoph Wenzel hat mit Begeisterung die Deutschlandläufe und Transeuropaläufe von Ingo Schulze im Internet verfolgt. Die Berichte zu den Läufen hat er in acht Büchern zusammengefasst.

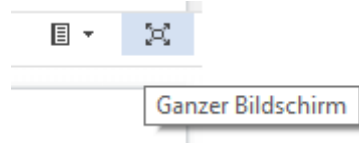
Als langjähriger 100-km-Läufer hat er die Entwicklung der 100-km-Läufe in drei Büchern beschrieben. Ein sportmedizinisches Buch von ihm enthält auch Erlebnisberichte vom Laufen.

Unter: <http://100marathon-club.de/weitere-inhalte/laufbuecher.html> können diese 12 Laufbücher angesehen und als PDF-Kopie heruntergeladen werden.

Die Dateien sind extern auf einer Cloud gespeichert.

Das Icon „Menü“ hat die Option: eine Kopie herunterladen (als PDF - virenfrei).

Das Icon „Ganzer Bildschirm“ zeigt die Datei in Seitenbreite zum Lesen.



Marathon laufen – Physiologie und Erlebnis



Christoph Wenzel

Deutsche Meisterschaften im 100-km-Straßenlauf
1967 bis 2017



von Christoph Wenzel

100-km-Läufe in Westfalen
von 1969 bis 2006



von Christoph Wenzel



100-km-Läufe in Deutschland und Biel
1959 bis 2016



von Christoph Wenzel



Deutschlandläufe 1998 - 2010

1200 km in 17 Tagen
von Rügen nach Lörrach



organisiert von Ingo Schulze



Deutschlandlauf 2005

12. bis 28. September 2005
1204,1 km
von Rügen nach Lörrach



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2003 - I
5036 km in 64 Tagen
von Lissabon nach Moskau



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2003 - II
5036 km in 64 Tagen
von Lissabon nach Moskau



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2009 - I
4487,7 km in 64 Tagen
von Bari nach Nordkapp



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2009 - II
4487,7 km in 64 Tagen
von Bari nach Nordkapp



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2012 - I
4175,9 km in 64 Tagen
von Skagen nach Gibraltar



organisiert von Ingo Schulze



Trans Europa Lauf 2012 - II
4175,9 km in 64 Tagen
von Skagen nach Gibraltar



organisiert von Ingo Schulze

Presseberichte

34. Allerheiligenlauf Alter schützt vor Leistung nicht

Nordwalde - Helga Rauch ist 1930 geboren, Gottfried Schäfers erblickte 1938 das Licht der Welt. Wie verbringt man in dem Alter wohl seinen Samstag? Auf der Couch? Manche ihrer Altersgenossen vielleicht, Rauch und Schäfers aber nahmen am 34. Allerheiligenlauf teil.

Westfälische Nachrichten vom 30.10.2017 von Rainer Nix



Wurden mit einem Pokal ausgezeichnet: Helga Rauch und Gottfried Schäfers, die mit Jahrgang 1930 beziehungsweise 1938 die ältesten Teilnehmer beim 34. Allerheiligenlauf waren. Foto: Rainer Nix

Die Altersspanne ist enorm. Die jüngsten Läufer beim 34. Allerheiligenlauf am Samstag sind Jahrgang 2016. Die ältesten Teilnehmer kamen im Jahr 1930 beziehungsweise 1938 zur Welt. Letztere wohnen beide in Altenberge, sie heißen: Helga Rauch und Gottfried Schäfers.

Rauch erblickte 1930 das Licht der Welt. Sie absolvierte beim Allerheiligenlauf die Fünf-Kilometer-Walking-Distanz und schloss diese in 45 Minuten ab. „Damit bin ich zufrieden“, sagt die Seniorin, die bereits 2015 in Nordwalde startete. „Ich laufe jeden Tag morgens und abends fünf Kilometer“, sagt Rauch nicht ohne verdienten Stolz. Hinzu kommt dreimal wöchentlich Wassergymnastik. Sie isst gut und bewegt sich regelmäßig – ihr Geheimnis für Fitness auch im Alter. „Auf diese Weise kann ich das eine oder andere Wehwechen gut zur Seite schieben“, betont sie.

Auf eine respektable Marathon-Vergangenheit blickt Gottfried Schäfers, Jahrgang 1938, zurück. „Mit 35 Jahren begann ich mit dem Laufsport“, sagt er. Danach trainierte er lediglich privat, an Wettkämpfen nahm er nicht teil. In der Gründungsphase der „Laufsportfreunde Münster (LSF)“ trat er dem Verein bei. „Schließlich animierte mich ein Freund, auch

mal bei einem Wettkampf mitzumachen“, so Schäfers. „Mein Ziel war es, den Marathon zu laufen und zwar auf der Originalstrecke in Athen.“ Zunächst begann er 1986 allerdings mit dem Burgsteinfurter Marathonlauf. Doch bald ging es tatsächlich nach Athen. „Ich habe die Herausforderung recht gut überstanden“, erinnert sich der Läufer, „obchon die klimatischen Verhältnisse dort anders sind.“

Mit 50 Jahren lief er den Marathon in New York – eine besondere Erfahrung. Mittlerweile war Schäfers auf allen Erdteilen sportlich aktiv. „Jetzt habe ich 204 Marathon-Läufe hinter mir“, bilanziert Schäfers. Nach dem Hundertsten trat er dem exklusiven Verein „100 Marathon Club Deutschland“ bei. „In meiner besten Zeit lief ich zehn Marathons jährlich“, sagt der Sportler. 1990 schaffte er es, die magische Drei-Stunden-Marke zu unterschreiten. „Ich schaffte es in 2:57 Stunden.“ In den letzten Jahren war er immer beim Allerheiligenlauf in Nordwalde vertreten. Am Samstag schaffte er den Zehn-Kilometer-Lauf in 58:23 Minuten. Eine Zeit, die für ihn in Ordnung ist.

Neben Rauch und Schäfers starteten mehrere hundert weitere Läufer am Samstag. „Wir haben insgesamt 642 Meldungen“, sagte Gottfried Grond, Hauptorganisator beim 34. Allerheiligenlauf. Am Dienstag waren es noch 374 Anmeldungen. Es ist normal, dass sich in den Ta-

gen vor dem Lauf noch viele Teilnehmer anmelden. Dennoch war die Teilnehmerzahl deutlich geringer als noch vor einem Jahr als 907 Laufinteressierte gemeldet waren. „Möglicherweise ist das der Ferienzeit und dem langen Wochenende geschuldet“, interpretiert Grond.

Personalien

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras

und damit Vollmitgliedschaft

Andreas Leffler (Kaltenkirchen) am 03.12.17 beim Adventmarathon in Kaltenkirchen.

Ingolf Winkler (Korschenbroich) am 10.12.17 beim Siebengebirgsmarathon in Aegidienberg.

Ralf Lietz (Wildeshausen) am 01.01.18 beim Elbwasserwerk Kaltehofe Marathon.

Wojciech Piotr Mehl (Stockelsdorf) am 03.02.18 beim Öjendorfer See Marathon in Hamburg.

Hans Jäger (Meckersheim) am 03.03.18 beim Lahntallauf „Rund um die Steinmühle“.

200 Marathons/Ultras

Manfred Steckel (Köln) am 10.12.17 beim Siebengebirgsmarathon in Aegidienberg.

Winfried Böttjer (Bremen) am 02.08.17 auf der 17. Etappe des Deutschlandlaufs.

250 Marathons/Ultras

Sylke Kuhn (Kassel) am 01.03.18 beim Fuldapormenade Marathon in Kassel

300 Marathons/Ultras

Olaf Häsler (Bremen) am 03.03.18 beim Philippinenlauf (PHI).

Klaus Neumeister (Gladenbach) am 10.03.18 beim Gladenbacher Bergland Marathon.

Uwe Laig (Lengerich) am 17.03.18 beim Eco Trail de Paris (FRA).

400 Marathons/Ultras

Karl Wolfgang Baumgarten (Weyhe) am 27.02.18 beim Bornhorster See Marathon.

500 Marathons/Ultras

Peer Schmidt-Soltau (Viersen) am 30.03.18 am Prenzlauer Berg in Berlin.

600 Marathons/Ultras

Michael Kiene (Northeim) am 16.12.17 beim Fuldaufer Marathon in Kassel.

Jürgen Kuhlmeier (Oldenburg) am 04.02.18 beim Birch Park Marathon in Fort Lauderdale (USA).

700 Marathons/Ultras

Cornelia Feurich (Hamburg) am 18.03.18 beim Sülldorfer Feldmark Marathon.

750 Marathons/Ultras

Michele Rizzitelli (Barletta, ITA) am 05.07.17 beim MSC Marathon Tag 6 in Bad Blumau (AUT).

Heinrich Schütte (Nordstemmen) am 24.03.17 beim Rhumedeich Marathon in Northeim.

1.100 Marathons/Ultras

Dietrich Eberle (Seevetal) am 27.03.18 beim 5 in 5 Tagen Spendenmarathon in Münster-Hiltrup.

Geburtstage

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

Ingo Schulze aus Horb-Nordstetten feierte im Februar seinen **70.** Geburtstag.

Otmar Rüdig aus Neuwied feierte im März seinen **75.** Geburtstag.

Dr. Jürgen Kuhlmeier aus Oldenburg feierte im Februar seinen **80.** Geburtstag.

Gerd Papcke aus Stuttgart feierte im Januar seinen **85.** Geburtstag.

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

37	Ben Mol aus Almere NED (Wiedereintritt)	453	Ralf Lietz aus Wildeshausen
449	Dirk Nolte aus Schwerte	454	Andreas Leffler aus Kaltenkirchen
450	Wojciech Piotr Mehl aus Stockelsdorf	455 A	Crispin Porstner aus Bremen
451	Jörg Chittka aus Ratingen	456	Jens Hoffmann aus Laasdorf
452	Uli Gassner aus Weiler-Simmerberg	457	Sivabalan Pandian aus Mumbai IND
		458	Cornelia Feurich aus Hamburg

Austritte

Im vergangenen Jahr sind folgende Mitglieder ausgetreten. Für ihre Zukunft wünschen wir alles Gute:

Pedro Cavaleiro, Martin Feigel, Mauro Firmani, Rolf Frank, Prof. Dr. Armin Fricke, Reinhard Geistert, Peter Genz, Hans Kleinekoort, Hauke König, Thomas Radzuweit, Andrea Richter, Hellmut Siegert, Ekkehard Steuck, Nico Thome und Leonhard Wieser.

Rita Gehrke

† 08.02.2018

Unsere liebe Rita ist verstorben.

Sie hatte mit ihrem Ehemann und unserem Ehrenmitglied Lothar vor mehr als 10 Jahren die Marathon-Serie um den Öjendorfer See in Hamburg gegründet. Nach Lothars Tod im Jahr 2010 blieb sie der Veranstaltung weiterhin treu und hat den Verpflegungsstand verantwortet.

Wir sind sehr sehr traurig und werden euch niemals vergessen.

Der Vorstand und das Öjendorf-Organisationsteam



Jahresstatistik per 31.12.2017 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Hottas	Christian	Hamburg	GER	1		95	26	121		1	31.12.2017
Kuhn	Sylke	Kassel	GER	422		92	16	108		2	31.12.2017
Kiene	Michael	Northeim	GER	308		82	18	100		3	31.12.2017
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	ITA	127		55	29	84		4	31.12.2017
Eberle	Dietrich	Seevetal	GER	103		64	11	75		5	31.12.2017
Mütze	Willem	Heerlen	NED	254		35	40	75		5	31.12.2017
Wallesch	René	Geesthacht	GER	12		61	12	73		7	31.12.2017
Kater	Werner	Fuhlen	GER	434		69	2	71		8	31.12.2017
Slaaf	Sjoerd	Groningen	NED	99		67	4	71		8	31.12.2017
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	GER	389		53	16	69		10	31.12.2017
Schroeder	Christine	Hamburg	GER	257		50	17	67		11	31.12.2017
Laig	Uwe	Lengerich	GER	432		42	24	66		12	31.12.2017
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	GER	202		40	26	66		12	31.12.2017
Ziegler	Sven	Ratingen	GER	433		39	26	65		14	31.12.2017
Junker	Gerd	Wallenhorst	GER	323		54	10	64		15	31.12.2017
Rizzitelli	Michele	Barletta	ITA	116		38	24	62		16	31.12.2017
Gargano	Angela	Barletta	ITA	115		38	23	61		17	31.12.2017
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	GER	118		49	12	61		17	31.12.2017
Biallas	Jürgen	Iserlohn	GER	148		20	40	60		19	31.12.2017
Eichner	Sigrid	Berlin	GER	4	E	45	15	60		19	31.12.2017
Graubner	Rolf	Hamburg	GER	375		46	14	60		19	31.12.2017
Bogacz	Rico	Delmenhorst	GER	427		37	18	55		22	31.12.2017
Rohwedder	Karl	Braunschweig	GER	334		17	37	54		23	31.12.2017
Steckel	Manfred	Köln	GER	385		37	17	54		23	31.12.2017
Felser	Kerstin	Germersheim	GER	441		47	5	52		25	31.12.2017
Rohwedder	Cornelia	Berlin	GER	356		16	36	52		25	31.12.2017
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	GER	137		31	21	52		25	31.12.2017
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	GER	346		42	9	51		28	31.12.2017
Kortyka	Joachim	Speyer	GER	287		27	24	51		28	31.12.2017
Rosieka	Helmut	Bremen	GER	194		30	21	51		28	31.12.2017
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	GER	172		47	3	50		31	31.12.2017
Liegmann	Günter	Osnabrück	GER	319		14	35	49		32	31.12.2017
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	GER	328		29	19	48		33	31.12.2017
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	GER	440		25	23	48		33	31.12.2017
Krauss	Roland	Kammerstein	GER	408		13	33	46		35	31.12.2017
von Palombini	Jobst	Bückeburg	GER	29		44	2	46		35	31.12.2017
Kortyka	Sara	Speyer	GER	351		22	23	45		37	31.12.2017
Fischer	Marc	Salzgitter	GER	355		36	7	43		38	31.12.2017
Löher	Burkhard	Wedel	GER	409		29	14	43		38	31.12.2017
Mintgen	Dietmar	Nickenich	GER	237		18	25	43		38	31.12.2017
Jungclaus	Frank	Wedemark	GER	413		30	12	42		41	31.12.2017
Lietz	Ralf	Wildeshausen	GER	453		18	24	42		41	31.12.2017
Vajen	Heino	Osterh.-Scharm.	GER	446		29	12	41		43	31.12.2017
Schumacher	Gabi	Vechta	GER	445		16	25	41		42	31.12.2017
Radzuweit	Thomas	Hamburg	GER	124		34	6	40		45	31.12.2017
Schmitz	Siegfried	Kiel	GER	57		27	13	40		45	31.12.2017
Neumann	Klaus	Stuttgart	GER	53		21	16	37		47	31.12.2017
Scheffer	Ineke	Leens	NED	303		30	7	37		47	31.12.2017
Häsler	Olaf	Bremen	GER	398		22	14	36		49	31.12.2017
Heyer	Hermann	Mülheim-Körlich	GER	420		21	15	36		49	31.12.2017
Hunhold	Jens	Rathenow	GER	367		28	8	36		49	31.12.2017
Turzynski	Michael	Hannover	GER	10		25	11	36		49	31.12.2017
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	GER	372		29	7	36		49	31.12.2017
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	GER	403		30	5	35		54	31.12.2017
Haase	Falko	Hamburg	GER	342		29	6	35		54	31.12.2017
Weismann	Torsten	Breisach	GER	442		29	6	35		54	31.12.2017
Tomaschewskii	Ulrich	Crailsheim	GER	233		19	15	34		57	31.12.2017
Christensen	Claus Ø	Rudkobing	DEN	316		29	4	33		58	31.12.2017
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	GER	264		10	23	33		58	31.12.2017
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	GER	241		20	13	33		58	31.12.2017
Ramthun	Martina	Hamburg	GER	369		19	14	33		58	31.12.2017
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	GER	390		24	9	33		58	31.12.2017
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	GER	171		32	1	33		58	31.12.2017
Loeber	Ralf	Düsseldorf	GER	414		30	2	32		64	31.12.2017
Neumeister	Klaus	Gladenbach	GER	13		26	6	32		64	31.12.2017

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	GER	269		29	3	32		64	31.12.2017
Kuhlmeiy Dr.	Jürgen	Oldenburg	GER	43		30	1	31		67	31.12.2017
Fender	Norbert	Rutesheim	GER	336		11	18	29		68	31.12.2017
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	GER	288		26	2	28		69	31.12.2017
Braun	Helmut	Bielefeld	GER	192		26	2	28		69	31.12.2017
Neumann	Bernd	Vellmar	GER	345		28	0	28		69	31.12.2017
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	GER	285		24	4	28		69	31.12.2017
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	SUI	260		22	6	28		69	31.12.2017
Rolfes	Maria	Lohne	GER	294		21	6	27		74	31.12.2017
Schulte	Thorsten	Quickborn	GER	431		17	10	27		74	31.12.2017
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	ITA	301		27	0	27		74	31.12.2017
Sporleder	Ole	Hamburg	GER	152		19	8	27		74	31.12.2017
Storz	Armin	Lichtenwald	GER	421		7	20	27		74	15.10.2017
Dickmann	Volker	Dinslaken	GER	344		9	17	26		79	31.12.2017
Gerlach	Jörg	Bergkamen	GER	208		20	6	26		80	31.12.2017
Böttjer	Winfried	Bremen	GER	358		12	13	25		81	31.12.2017
Hoffmann	Jens	Laasdorf	GER	456		13	12	25		81	31.12.2017
Themm	Thorsten	Nortorf	GER	95		2	23	25		81	31.12.2017
Gino	Paolo Fran.	Novara	ITA	380		21	4	25		81	31.12.2017
Fender	Birgit	Rutesheim	GER	335		11	13	24		85	31.12.2017
Froonhoff	Rob	Amersfoort	NED	119		19	5	24		85	31.12.2017
Britz	Werner	Aurich	GER	226		19	4	23		87	31.12.2017
Eisele	Gabriele	Rendsburg	GER	354		9	14	23		87	31.12.2017
Kummer	Peter	Hamburg	GER	329		20	3	23		87	31.12.2017
Petersen	Harald	Kiel	GER	106		20	3	23		87	31.12.2017
Risch	Joachim	Köln	GER	360		9	14	23		87	31.12.2017
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	GER	44		23	0	23		87	31.12.2017
Bultmann	Jürgen	Hoya	GER	438		14	8	22		93	31.12.2017
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	GER	122		9	13	22		93	31.12.2017
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	GER	244		20	2	22		93	30.06.2017
Sembach	Markus	Kamen	GER	362		20	2	22		93	31.12.2017
Chittka Dr.	Jörg	Ratingen	GER	449		21	0	21		97	31.12.2017
Leffler	Mirko	Suhl	GER	338		10	11	21		97	31.12.2017
Schläger	Lars	Bielefeld	GER	388		11	10	21		97	31.12.2017
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	GER	349		21	0	21		97	31.12.2017
Jäger	Hans	Mannheim	GER	444		12	9	21		97	31.12.2017
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	GER	357		13	7	20		102	31.12.2017
Eller	Thomas	Grafschaft	GER	304		4	16	20		102	31.12.2017
Heyer	Günter	Kiel	GER	212		17	3	20		102	31.12.2017
Köhn	Erika	Tangstedt	GER	272		18	2	20		102	31.12.2017
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	GER	232		14	6	20		102	31.12.2017
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	GER	196		18	1	19		107	31.12.2017
Klatt	Detlef	Leverkusen	GER	439		16	3	19		107	31.12.2017
Szarvas	Markus	Sonsbeck	GER	424		16	3	19		107	31.12.2017
Wolfgramm	Klaus	Herford	GER	339		15	4	19		107	31.12.2017
Pflügler	Christian	Münster	GER	253		10	8	18		107	31.12.2017
Würl	Hans	Rödinghausen	GER	320		15	3	18		111	31.12.2017
Franck	Arne	Kaltenkirchen	GER	175		17	0	17		112	31.12.2017
Giese	Kay	Buxtehude	GER	418		6	11	17		112	31.12.2017
Haschen	Jürgen	Kassel	GER	331		14	3	17		112	31.12.2017
Schmidt	Günter	Wermisdorf	GER	417		14	3	17		112	31.12.2017
Schwengler	Franz	Nürnberg	GER	74		17	0	17		112	31.12.2017
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	GER	400		7	9	16		117	31.12.2017
Klatt	Dirk	Montabaur	GER	290		12	3	15		118	31.12.2017
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	GER	454		15	0	15		119	31.12.2017
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	GER	450	A	15	0	15		119	31.12.2017
Randt	Christoph	Mannheim	GER	139		13	2	15		119	31.12.2017
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	GER	443		15	0	15		119	31.12.2017
Stoll	Winfried	Offenburg	GER	437		15	0	15		119	31.12.2017
Winkler	Ingolf	Neuss	GER	309		14	1	15		119	31.12.2017
Andreesen	Andres	Wittmund	GER	325		9	5	14		125	31.12.2017
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	GER	395		10	4	14		125	31.12.2017
Dreiser	Timo	Dintenheim	GER	415		13	1	14		125	31.12.2017
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	GER	332		12	2	14		125	31.12.2017
Nolte	Dirk	Schwerte	GER	449		11	3	14		125	31.12.2017
Pöttger	Robert	Remshalden	GER	392		5	9	14		125	31.12.2017
Sachse	Matthias	Berlin	GER	384		12	2	14		125	31.12.2017
Porstner	Crispin	Bremen	GER	455	A	9	4	13		132	31.12.2017
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	GER	397		12	1	13		132	31.12.2017

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Sweers	Ralf	Emden	GER	425		11	2	13		132	31.12.2017
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	GER	211		9	4	13		132	31.12.2017
Wieneke	Peter	Hamfelde	GER	42		12	1	13		132	31.12.2017
Berka	Frank	Hamburg	GER	168		7	5	12		137	31.12.2017
Hoffmann	Frank	Horneburg	GER	371		9	3	12		137	30.06.2017
Honing	Gijs	Blokker	NED	128		7	5	12		137	31.12.2017
Koenig	Jörg	Stade	GER	222		1	11	12		137	31.12.2017
Richter	Michael	Braunschweig	GER	157		7	5	12		137	31.12.2017
Eberle	Gunla	Seevetal	GER	179		7	4	11		141	31.12.2017
Heilers	Florian	Düsseldorf	GER	373		7	4	11		141	31.12.2017
Orth	Peter	Vellmar	GER	426		11	0	11		141	31.12.2017
Pitz	Markus	Bad Driburg	GER	406		11		11		141	31.12.2017
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	GER	419		9	2	11		141	31.12.2017
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	GER	293		10	1	11		141	31.12.2017
Vollmer	Ralf	Buxtehude	GER	255		8	3	11		141	31.12.2017
Hirschberger	Torsten	Hannover	GER	125		5	5	10		150	31.12.2017
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	GER	223		10	0	10		150	31.12.2017
Möhle	Marion	Darmstadt	GER	282		10	0	10		150	31.12.2017
Raulf	Martin	Winsen Luhe	GER	396		10	0	10		150	31.12.2017
Schremmer	Gerd	Plauen	GER	363		8	2	10		150	31.12.2017
Siegert	Hellmut	Hamburg	GER	369		7	3	10		150	30.06.2017
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	GER	393		8	2	10		150	31.12.2017
Bicher	Stefan	Berlin	GER	276		4	5	9		155	30.06.2017
Gaudi	Manfred	Bergen	GER	277		9	0	9		155	31.12.2017
Pielke	Thomas	Kummerfeld	GER	361		9	0	9		155	31.12.2017
Preine	Gerrit	Bomlitz	GER	383		9	0	9		155	31.12.2017
Punge	Wolfgang	Bünde	GER	343		7	2	9		155	31.12.2017
Schlosser	Jens	Bennewitz	GER	430		7	2	9		155	31.12.2017
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	GER	274		2	7	9		155	31.12.2017
Gierse	Gerold	Wildeshausen	GER	79		7	1	8		162	31.12.2017
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	GER	258	A	6	2	8		162	25.11.2017
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	GER	366		7	1	8		162	31.12.2017
Peñalba	Rafael	Buttenheim	GER	279		7	1	8		162	31.12.2017
Scheper	Thorsten	Langförden	GER	410		5	3	8		162	31.12.2017
Schulz	Jürgen	Weimar	GER	256		6	2	8		162	31.12.2017
Höper	Hanno	Lensahn	GER	387		5	2	7		168	31.12.2017
Loger	Gerhard	Oldenburg	GER	378		2	5	7		168	31.12.2017
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	GER	160		7	0	7		168	31.12.2017
Reich	Dieter	Ahnatal	GER	436		7	0	7		168	31.12.2017
Reuter	Reinhard	Neustadt	GER	407		6	1	7		168	31.12.2017
Spieker	Johann	Laar	GER	135		7	0	7		168	30.06.2017
Boenigk	Luzie	Berlin	GER	429		5	1	6		174	31.12.2017
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	GER	452		6	0	6		174	31.12.2017
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	GER	17		2	4	6		174	31.12.2017
Kellermann	Peter	Wentorf	GER	271		4	2	6		174	31.12.2017
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	GER	2	E	6	0	6		174	31.12.2017
Möck	Wolfgang	Linkenheim	GER	207		4	2	6		174	31.12.2017
Weber	Michael	Stuttgart	GER	87	E	5	1	6		174	31.12.2017
Werz	Renate	Offenburg	GER	203		6	0	6		174	31.12.2017
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	GER	411		5	0	5		182	31.12.2017
Graebel	Gunther	Duisburg	GER	448		5	0	5		182	01.10.2017
Lehner	Martin	Beyreuth	GER	435		5	0	5		182	31.12.2017
Weidemann	Friedhelm	Sachsenburg-Stüde	GER	16		4	1	5		182	31.12.2017
Henke	Peter	Münsterdorf	GER	365		3	1	4		186	31.12.2017
Schacht	Torsten	Norderstedt	GER	162		4	0	4		186	31.12.2017
Clausen	Jürgen	Nübel	GER	374		3	0	3		188	31.12.2017
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	GER	216		3	0	3		188	31.12.2017
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	GER	314		3	0	3		188	31.12.2017
Gruhn	Frank	Salzgitter	GER	376		2	1	3		188	31.12.2017
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	GER	224		3	0	3		188	31.12.2017
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	GER	337		2	1	3		188	31.12.2017
Retzlaff	Harald	Bochum	GER	341		3	0	3		188	30.06.2017
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	GER	291		0	3	3		188	31.12.2017
Schöll	Martin	Augsburg	GER	370		3	0	3		188	31.12.2017
Danielsen	Finn	Hong	DEN	447		3	0	3		188	11.10.2017
Albrecht	Dieter	Gerlingen	GER	377		0	2	2		198	31.12.2017
Barthelmann	Joachim	Koblenz	GER	191		1	1	2		198	31.12.2017
Larimo	Tapani	Seinäjäki	FIN	120		2	0	2		198	31.12.2017
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	GER	381		2	0	2		198	31.12.2017

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand	
Traeder	Martin	Hannover	GER	307		1	1	2		198	30.06.2017	
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	GER	278		1	1	2		198	31.12.2017	
Antoni	Günter	Buxtehude	GER	225		0	1	1		204	30.06.2017	
Burns	Peter	Essex	GBR	296		1	0	1		204	30.06.2017	
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	GER	217		1	0	1		204	31.12.2017	
Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	GER	240	A	1	0	1		204	30.06.2017	
Richter	Andrea	Hamburg	GER	313	A	1	0	1		204	31.12.2017	
Reich	Daniel	Romanshorn	SUI	315		1	0	1		204	31.12.2017	
Rohde	Klaus	Jena	GER	33		1	0	1		204	31.12.2017	
						3.686	1.529	5.215				
Summe:						M	U	M + U				31.12.2017

Gesamtstatistik per 31.12.2017 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1		2223	411	2.634		1	31.12.2017
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	E	1268	817	2.085		2	31.12.2017
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	E	1188	430	1.618		3	31.12.2017
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254		619	957	1.576		4	31.12.2017
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42		1156	155	1.311		5	31.12.2017
Wallesch	René	Geesthacht	1972	GER	12		971	274	1.245		6	31.12.2017
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103		836	245	1.081		7	31.12.2017
Ancora	Vito Piero	San Vito Nor-	1953	ITA	127		779	269	1.048		8	31.12.2017
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53		482	544	1.026		9	31.12.2017
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99		824	137	961		10	31.12.2017
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118		777	169	946		11	31.12.2017
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115		551	240	791		12	31.12.2017
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116		564	214	778		13	31.12.2017
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257		624	151	775		14	31.12.2017
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137		485	259	744		15	31.12.2017
Scheffer	Ineke	Leens	1958	NED	303		546	185	731		16	31.12.2017
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202		419	302	721		17	31.12.2017
von Palombini	Jöbst	Bückeburg	1969	GER	29		513	206	719		18	31.12.2017
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148		286	420	706		19	31.12.2017
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128		461	209	670		20	31.12.2017
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194		480	175	655		21	31.12.2017
Koenig	Jörg	Stade	1949	GER	222		274	374	648		22	31.12.2017
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308		427	181	608		23	31.12.2017
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43		486	110	596		24	31.12.2017
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124		485	92	577		25	31.12.2017
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172		527	48	575		26	31.12.2017
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122		302	266	568		27	31.12.2017
Steuck	Ekkehard	Taubenheim	1944	GER	67		452	103	555		28	31.12.2016
Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	P	364	185	549		29	31.12.1999
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135		434	108	542		30	30.06.2017
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323		449	89	538		31	31.12.2017
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44		427	111	538		31	31.12.2017
Christensen	Claus Ø	Rudkobing	1960	DEN	316		510	24	534		33	31.12.2017
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237		292	240	532		34	31.12.2017
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241		324	205	529		35	31.12.2017
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	1960	GER	211		445	70	515		36	31.12.2017
Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95		260	245	505		37	31.12.2017
Dolphin	Bob	Renton	1929	USA	104		458	44	502		38	31.12.2014
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328		351	149	500		39	31.12.2017
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17		457	30	487		40	31.12.2017
Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192		424	22	446		41	31.12.2017
Rohwedder	Karl	Braunschweig	1955	GER	334		206	232	438		42	31.12.2017
Schmidt-Soltau	Peer	Viersen	1981	GER	292		276	160	436		43	31.12.2016
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152		366	69	435		44	31.12.2017
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233		288	147	435		44	31.12.2017
Petersen	Harald	Kiel	1943	GER	106		347	77	424		46	31.12.2017

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Frank	Rolf	Hohenaspe	1937	GER	6		318	102	420		47	31.12.2016
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10		340	80	420		47	31.12.2017
Barthelmann	Joachim	Koblentz	1949	GER	191		233	183	416		49	31.12.2017
Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100	I	383	33	416		49	31.12.2016
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139		359	49	408		51	31.12.2017
Jost	Karl-Heinz	Kiel	1937	GER	48		244	156	400		52	1937-2016
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196		330	64	394		53	31.12.2017
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57		300	94	394		53	31.12.2017
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208		258	128	386		55	31.12.2017
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212		336	47	383		56	31.12.2017
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171		359	21	380		57	31.12.2017
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119		295	82	377		58	31.12.2017
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217		247	129	376		59	31.12.2017
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287		220	152	372		60	31.12.2017
Gino	Paolo	Novara	1961	ITA	380		319	35	354		61	31.12.2017
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	1971	GER	349		316	31	347		62	31.12.2017
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269		319	26	345		63	31.12.2017
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255		261	84	345		63	31.12.2017
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294		275	64	339		65	31.12.2017
Sonntag	Werner	Ostfildern	1926	GER	3	E	190	149	339		65	31.12.2010
Szlachetka	Barbara	Hamburg	1956	POL	28	E	279	57	336		67	1956-2005
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288		293	38	331		68	31.12.2017
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	E	305	25	330		69	31.12.2017
Werz	Renate	Offenburg	1947	GER	203		303	24	327		70	31.12.2017
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440		207	118	325		71	31.12.2017
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223		314	11	325		71	31.12.2017
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320		200	119	319		73	31.12.2017
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232		140	178	318		74	31.12.2017
Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32		215	102	317		75	31.12.2017
Cavaleiro Prof.	Claudia	Viersen	1970	GER	248		245	70	315		76	31.12.2016
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168		213	99	312		77	31.12.2017
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179		246	66	312		77	31.12.2017
Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273		267	41	308		79	31.12.2017
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285		233	75	308		79	31.12.2017
Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114	I	287	19	306		81	31.12.2015
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301		286	20	306		81	31.12.2017
Weidemann	Friedhelm	Sassenb.-Stüde	1959	GER	16		264	37	301		83	31.12.2017
Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9		260	39	299		84	30.06.2014
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13		258	39	297		85	31.12.2017
Gehrke	Lothar	Hamburg	1939	GER	85	E	266	29	295		86	1939-2010
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398		223	68	291		87	31.12.2017
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432		196	95	291		87	31.12.2017
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319		169	116	285		89	31.12.2017
Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74		284	0	284		90	31.12.2017
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356		128	155	283		91	31.12.2017
Neuhaus	Joachim	Hamburg	1959	GER	321		251	31	282		92	1959-2016
Heinig	Marcel	Cottbus	1981	GER	186		150	127	277		93	31.12.2009
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226		231	43	274		94	31.12.2017
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276		138	134	272		95	30.06.2017
Wolf	Dieter	Röpersdorf	1939	GER	15	P	249	23	272		95	31.12.2013
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79		182	89	271		97	31.12.2017
Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296		270	0	270		98	30.06.2017
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375		206	58	264		99	31.12.2017
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346		231	33	264		99	31.12.2017
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434		256	8	264		99	31.12.2017
Sesterheim	Bernhard	Trier	1945	GER	121		174	87	261		102	31.12.2009
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355		228	31	259		103	31.12.2017
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175		255	3	258		104	31.12.2017
Nielsen	Michael	Broby	1970	DEN	311		214	43	257		105	07.07.2012
Schiebel	Thomas	Dresden	1954	GER	84		210	47	257		105	1954-2006
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389		224	32	256		107	31.12.2017
Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55		105	150	255		108	31.08.2014
Schlüter	Gabriel	Hatzenbühl	1949	GER	220		104	149	253		109	1949-2016

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Behrmann	Heinz	Kiel	1952	GER	158	I	216	36	252		110	30.06.2014
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272		231	21	252		110	31.12.2017
Pflügler	Christian	Münster	1967	GER	253		159	93	252		110	31.12.2017
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244		233	18	251		113	30.06.2017
Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270		177	74	251		113	31.12.2011
Rüdig	Otmar	Neuwied	1943	GER	89		154	97	251		113	31.12.2015
Serafin	Reinhold	Gießen	1934	GER	56		172	76	248		116	1934-2015
Traeder	Martin	Hannover	1990	GER	307		197	51	248		116	30.06.2017
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274		103	144	247		118	31.12.2017
Eller	Thomas	Grafschaft	1961	GER	304		60	185	245		119	31.12.2017
Schwarz	Konrad	Barmstedt	1956	GER	62		188	57	245		119	31.12.2009
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264		122	122	244		121	31.12.2017
Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325		197	43	240		122	31.12.2017
Kießling	Achim	München	1939	GER	65		224	16	240		122	31.12.2006
Frenken	Han	Stein	1962	NED	93		144	94	238		124	31.12.2012
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342		221	15	236		125	31.12.2017
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260		202	34	236		125	31.12.2017
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422		204	30	234		127	31.12.2017
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351		138	95	233		128	31.12.2017
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345		223	5	228		129	31.12.2017
Schläger	Lars	Bielefeld	1984	GER	388		107	117	224		130	31.12.2017
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409		181	41	222		131	31.12.2017
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369		136	86	222		131	31.12.2017
Tauber	Lothar	Zwickau	1935	GER	68		196	20	216		133	31.12.2013
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329		182	32	214		134	31.12.2017
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282		165	49	214		134	31.12.2017
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256		153	61	214		134	31.12.2017
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372		197	17	214		134	31.12.2017
Geistert	Reinhard	Norderstedt	1952	GER	105		174	38	212		138	31.12.2017
Littwin	Rüdiger	Dorsten	1953	GER	306		144	68	212		138	31.12.2016
Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33		180	32	212		138	31.12.2017
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367		179	32	211		141	31.12.2017
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271		180	31	211		141	31.12.2017
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290		166	45	211		141	31.12.2017
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157		145	66	211		141	31.12.2017
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358		138	69	207		145	31.12.2017
Fehling	Christian	Marschacht	1971	GER	340		178	29	207		145	31.12.2016
Hoffmann	Frank	Hornburg	1964	GER	371		198	9	207		145	30.06.2017
Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281		161	46	207		145	31.12.2017
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385		183	23	206		149	31.12.2017
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332		169	36	205		150	31.12.2017
Bellwart	Günter	Sassenb.-Stüde	1941	GER	142		199	5	204		151	31.12.2017
Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178		199	5	204		151	31.12.2013
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396		155	46	201		153	31.12.2017
Schneider	Sabine	Hachenburg	1963	GER	201	P	188	13	201		153	31.12.2010
Ruppert	Ralf	Wadersloh	1965	GER	330		97	98	195		155	30.06.2015
Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225		151	41	192		156	31.12.2017
Jung	Helmut	Kaltenkirchen	1935	GER	174		190	2	192		157	1935-2007
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338		96	92	188		158	31.12.2017
Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7		175	13	188		158	31.12.2007
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390		157	31	188		158	31.12.2017
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207		140	44	184		161	31.12.2017
Dickmann	Volker	Dinslaken	1966	GER	344		71	112	183		162	31.12.2017
Kohl	Heinz-Helmuth	DrochtersenAssel	1947	GER	268		127	54	181		163	30.06.2016
Vajen	Heino	Osterh.-Scharm.	1963	GER	446		164	17	181		163	31.12.2017
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393		150	31	181		163	31.12.2017
Wolfgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339		167	14	181		163	31.12.2017
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331		147	33	180		167	31.12.2017
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125		115	65	180		167	31.12.2017
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160		158	22	180		167	31.12.2017
Reh	Hubertus	Bad Krozingen	1935	GER	18		160	19	179		170	31.12.2011
Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11		137	39	176		171	31.12.2015
Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185		150	25	175		172	31.12.2015

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Willems	André	Troisdorf	1967	GER	108		148	26	174		173	31.12.2010
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336		78	95	173		174	31.12.2017
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408		107	66	173		174	31.12.2017
Peñalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279		132	41	173		174	31.12.2017
Steinberg	Antonius	Lennestadt	1947	GER	24	P	165	8	173		174	31.12.2014
Wieser	Leonhard	Reutlingen	1940	AUT	146	I	147	26	173		174	31.12.2016
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335		82	90	172		179	31.12.2017
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343		137	33	170		180	31.12.2017
Datzmann	Helmut	Roth	1946	GER	198		111	57	168		181	31.12.2017
Descombes	Michel	Ebsdorfergrund	1941	GER	275		168	0	168		181	31.12.2009
Hummel	Helmut	Waldkirch	1942	GER	97		153	15	168		181	31.12.2007
Genz	Peter	Schwarzenbek	1954	GER	261	I	115	52	167		184	31.12.2013
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436		167	0	167		184	31.12.2017
Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58		123	43	166		186	31.12.2014
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216		139	26	165		187	31.12.2017
Gaemlich	Bernd	Düsseldorf	1959	GER	64		158	6	164		188	31.12.2013
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403		122	41	163		189	31.12.2017
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291		114	49	163		189	31.12.2017
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357		110	52	162		191	31.12.2017
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277		147	13	160		192	31.12.2017
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427		103	56	159		193	31.12.2017
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366		150	8	158		194	31.12.2017
Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354		118	39	157		195	31.12.2017
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426		139	17	156		196	31.12.2017
Larimo	Tapani	Seinäjoki	1950	FIN	120		154	0	154		197	31.12.2017
Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230		141	12	153		198	30.06.2015
Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238		152	0	152		199	12.08.2014
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413		98	54	152		199	31.12.2017
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373		117	34	151		201	31.12.2017
Firmani	Mauro	Roma	1957	ITA	391		115	35	150		202	31.12.2014
Loeber	Ralf	Düsseldorf	1977	GER	414		144	6	150		202	31.12.2017
Waßmer	Alfred	Aßlar / Werdorf	1959	GER	163	I	104	45	149		204	31.12.2014
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360		71	76	147		205	31.12.2017
Siegert	Hellmut	Hamburg	1954	GER	369		138	8	146		206	31.12.2017
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	1964	GER	449		145	0	145		207	31.12.2017
Heyer	Hermann	Mülheim-Kärlich	1960	GER	420		93	52	145		207	31.12.2017
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384		134	11	145		207	31.12.2017
Schulte	Thorsten	Quickborn	1992	GER	431		100	45	145		207	31.12.2017
Liszewitz	Dagmar	Köln	1962	GER	210		61	83	144		211	1962-2017
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362		109	34	143		212	31.12.2017
Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92		80	62	142		213	31.12.2003
Halder	Roland	Köln	1970	GER	302		60	81	141		214	30.06.2012
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	1982	GER	278		119	21	140		215	31.12.2017
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363		112	27	139		216	31.12.2017
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392		58	79	137		217	31.12.2017
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	1967	GER	386		96	40	136		218	31.12.2016
Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134		102	34	136		218	31.12.2007
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	1975	GER	400		73	62	135		220	31.12.2017
Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195		90	45	135		220	31.12.2009
Witting Dr.	Alfred	Wuppertal	1956	GER	229		82	53	135		220	30.06.2010
Danielsen	Finn	Hong	1954	DEN	447		133	1	134		223	11.10.2017
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378		99	35	134		223	31.12.2017
Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51		102	32	134		223	31.12.2007
Haßlinger	Johannes	Marklohe	1978	GER	364		104	29	133		226	30.06.2014
Liedtke	Otto	Gifhorn	1960	GER	176		108	25	133		226	1960-2012
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293		97	36	133		226	31.12.2017
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162		120	12	132		229	31.12.2017
Albrecht	Dieter	Gerlingen	1941	GER	377		42	89	131		230	31.12.2017
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374		89	42	131		230	31.12.2017
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397		130	1	131		230	31.12.2017
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433		87	44	131		230	31.12.2017
Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376		84	46	130		234	31.12.2017
Korölus	Markus	Freiburg	1993	GER	324		107	23	130		234	31.12.2014

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246		116	14	130		234	31.12.2009
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361		125	5	130		234	31.12.2017
Schmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417		121	8	129		238	31.12.2017
Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49	I	42	87	129		238	30.06.2014
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395		93	35	128		240	31.12.2017
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424		99	29	128		240	31.12.2017
Albrecht	Bernd	Schwalmstadt	1940	GER	284		69	58	127		242	30.06.2010
Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159		121	6	127		242	31.12.2005
Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101		104	22	126		244	30.06.2016
Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283		101	25	126		244	29.03.2016
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383		111	14	125		246	31.12.2017
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410		95	30	125		246	31.12.2017
Schöll	Martin	Augsburg	1972	GER	370		120	3	123		248	31.12.2017
Labs	Michael	Berlin	1961	GER	322		91	31	122		249	31.12.2017
Reuter	Reinhard	Neustadt	1962	GER	407		116	5	121		250	31.12.2017
Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318		71	49	120		251	31.12.2017
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387		80	40	120		251	31.12.2017
Mohr	Johannes	Mörfelden	1934	GER	126		82	38	120		251	31.12.2009
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224		94	24	118		254	31.12.2017
Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341		67	51	118		254	30.06.2017
Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295		114	2	116		256	31.12.2017
Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250		108	8	116		256	31.12.2017
Szlachta	Richie	Witten	1952	GER	347		116	0	116		256	05.07.2014
Henke	Peter	Münsterdorf	1963	GER	365		96	19	115		259	31.12.2017
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337		86	29	115		259	31.12.2017
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314		114	0	114		261	31.12.2017
Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219		102	12	114		261	31.12.2007
Brandl	Johannes	Berlin	1981	GER	352		88	25	113		263	30.06.2014
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411		113	0	113		263	31.12.2017
Dreiser	Timo	Dintenheim	1966	GER	415		93	20	113		263	31.12.2017
Richter	Andreas	Bonn	1970	GER	379		62	51	113		263	31.12.2017
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419		87	26	113		263	31.12.2017
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445		58	55	113		263	31.12.2017
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425		102	11	113		263	31.12.2017
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441		92	20	112		270	31.12.2017
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437		90	22	112		270	31.12.2017
Bultmann	Jürgen	Hoya	1961	GER	438		61	50	111		272	31.12.2017
Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259		100	11	111		272	31.12.2009
Cavaleiro, Dr.	Pedro	Viersen	1969	POR	428		70	41	111		272	31.12.2016
Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429		77	33	110		275	31.12.2017
Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147		110	0	110		275	31.12.2007
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151		47	61	108		277	30.06.2006
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442		84	24	108		277	31.12.2017
Frey	Jürgen	Otterndorf	1971	GER	394		83	23	106		279	16.05.2015
Koch	Steven	Meiningen	1979	GER	140		79	27	106		279	30.06.2014
Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435		100	6	106		279	31.12.2017
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443		106	0	106		279	31.12.2017
Schulte	Uli	Schwanewede	1955	GER	111	I	71	35	106		279	30.06.2015
Grimpe-Luh-	Niels	Klein Lützel	1966	GER	218		82	23	105		284	31.12.2010
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439		96	9	105		284	31.12.2017
Kotman	Gerhard	Schüttdorf	1956	GER	311	I	80	25	105		284	30.06.2014
Stein	Elmar	Weimar-Wolfh.	1950	GER	262		103	2	105		284	31.12.2013
Lange Dr.	Hans-Jürgen	Rellingen	1950	GER	251	P	104	0	104		288	31.12.2016
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	1944	GER	381		89	15	104		288	31.12.2017
Nolte	Dirk	Schwerte	1982	GER	449		83	20	103		290	31.12.2017
Scherer	Rainer	München	1943	GER	298	I	103	0	103		290	30.06.2014
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	1957	GER	452		84	18	102		292	31.12.2017
Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359		69	33	102		292	27.04.2014
Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406		90	12	102		292	31.12.2017
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430		100	2	102		292	31.12.2017
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399		101	0	101		296	31.12.2017
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454		100	1	101		296	31.12.2017
Müller	Gerd	Havelberg	1948	GER	402		76	25	101		296	31.12.2017

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Theuerkorn	Thomas	Bielefeld	1961	GER	423		95	6	101		296	31.12.2017
Böttger	Rolf	Syke-Riestedt	1953	GER	228	P	88	12	100		300	31.12.2010
Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96	I	70	30	100		300	30.06.2014
Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448		100	0	100		300	01.10.2017
Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	1955	GER	404	I	92	8	100		300	31.12.2016
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456		44	56	100		300	31.12.2017
Petermann	Hans	Riedl.Zwiefaltend.	1948	GER	412		79	21	100		300	23.01.2016
Seeliger	Wolffhard	Brandenburg	1959	GER	382		69	31	100		300	03.04.2015
Stahlberg	Kirsten	Hamburg	1971	GER	416		86	14	100		300	24.04.2016
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421		64	36	100		300	15.10.2017
Thomé	Niko	Koblenz	1966	GER	348		100	0	100		300	26.10.2013
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309		88	12	100		300	31.12.2017
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453	A	54	45	99		311	31.12.2017
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	A	96	3	99		311	31.12.2017
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444	A	67	30	97		313	31.12.2017
Richter	Andrea	Hamburg	1958	GER	313	A	53	34	87		314	31.12.2017
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	A	69	12	81		315	25.11.2017
Porstner	Crispin	Bremen	1987	GER	455	A	51	29	80		316	31.12.2017
Liebethuth	Horst	Uetze	1964	GER	353	A	56	3	59		317	30.06.2014
Lichtsinn	Rainer	Montgomery	1971	USA	305	A	52	6	58		318	31.12.2013
Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	A	53	3	56		319	31.12.2007
Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	A	56	0	56		319	30.06.2017
Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	A	44	6	50		321	31.12.2009
Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	A	17	26	43		322	31.12.2008
Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	A	41	1	42		323	31.12.2013
Jäger	Nicole	Herne	1970	GER	205	A	39	2	41		324	30.06.2013
Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	A	13	26	39		325	31.12.2009
Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	A	38	0	38		326	31.12.2017
Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	A	30	0	30		327	30.06.2007
Bauer	Henrik	Bredenk	1968	GER	239	A	25	1	26		328	31.12.2012
							66488	21756	88244			
Summe über alle Läufe:							M	U	M+U	31.12.2017		

A = Anwärter E = Ehrenmitglied I = zurzeit inaktiv P = Passives Mitglied

1) Es liegt nur die Anzahl der Läufe vor

2) Listen liegen vor, aber Mitglied erst nach dem 31.12.2017
verstorben

Best Five 2017 altersbereinigt (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Nat.	Jahrg.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Chittka	Jörg	Ratingen	1964	GER	449	3:01	3:04	3:05	3:07	3:10	15:29:41	3:05	2:42
Bultmann	Jürgen	Hoya	1961	GER	438	3:13	3:18	3:18	3:22	3:26	16:39:37	3:19	2:49
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444	3:05	3:05	3:06	3:12	3:15	15:45:10	3:09	2:50
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139	3:32	3:35	3:38	3:38	3:42	18:08:38	3:37	2:53
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	3:18	3:19	3:21	3:22	3:23	16:45:40	3:21	2:57
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269	3:13	3:14	3:14	3:17	3:21	16:21:11	3:16	2:57
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	3:25	3:28	3:33	3:38	3:39	17:44:30	3:32	2:57
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421	3:19	3:25	3:30	3:31	3:55	17:41:53	3:32	2:58
Lehner	Martin	Beyreuth	1963	GER	435	3:21	3:26	3:27	3:31	3:39	17:27:13	3:29	3:01
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	3:37	3:38	3:40	3:45	3:45	18:27:45	3:41	3:02
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255	3:27	3:29	3:33	3:37	3:38	17:46:19	3:33	3:02
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116	4:05	4:08	4:11	4:17	4:21	21:04:27	4:12	3:05
Rohwedder	Karl	Braunschweig	1955	GER	334	3:44	3:50	3:52	3:53	3:55	19:16:33	3:51	3:05
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43	4:44	4:47	4:48	4:51	4:58	24:08:59	4:49	3:06
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411	3:26	3:32	3:36	3:52	4:24	18:53:18	3:46	3:07
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	3:08	3:24	3:26	3:30	3:33	17:03:39	3:24	3:09
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99	4:01	4:03	4:03	4:04	4:06	20:19:27	4:03	3:10
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294	4:10	4:16	4:18	4:19	4:26	21:30:45	4:18	3:10
Wolffgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339	3:50	3:51	3:52	3:52	3:55	19:21:53	3:52	3:10
Vajen	Heino	Osterholz-Scharm.	1963	GER	446	3:35	3:37	3:42	3:42	3:42	18:19:56	3:39	3:10
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369	3:27	3:42	3:46	3:54	3:55	18:45:25	3:45	3:10

Name	Vorname	Ort	Nat.	Jahrg.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	3:51	4:01	4:02	4:06	4:07	20:10:28	4:02	3:10
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	3:32	3:40	3:45	3:47	3:51	18:37:02	3:43	3:11
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	3:42	3:49	3:49	3:51	3:59	19:11:13	3:50	3:12
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408	3:40	3:41	3:46	3:46	3:47	18:42:34	3:44	3:12
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152	3:17	3:31	3:37	3:38	3:39	17:44:08	3:32	3:14
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361	3:29	3:43	3:47	3:48	3:53	18:43:42	3:44	3:14
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	4:52	4:53	4:55	4:59	5:03	24:44:33	4:56	3:14
Christensen	Claus Ø	Rudkobing	1960	DEN	316	3:47	3:49	3:50	3:53	3:57	19:18:33	3:51	3:15
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	3:36	3:46	3:52	3:53	3:54	19:03:13	3:48	3:16
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385	4:01	4:04	4:06	4:06	4:14	20:34:01	4:06	3:18
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383	3:44	3:48	3:52	3:54	3:57	19:17:43	3:51	3:18
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	4:06	4:11	4:13	4:20	4:23	21:14:47	4:14	3:18
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422	3:22	3:29	3:36	3:44	3:44	17:58:50	3:35	3:19
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	3:50	3:50	3:54	3:57	4:06	19:38:32	3:55	3:22
von Palombini	Jobst	Bückeburg	1969	GER	29	3:28	3:37	3:43	3:50	3:50	18:30:08	3:42	3:22
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427	3:17	3:21	3:23	3:25	3:25	16:54:17	3:22	3:22
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285	4:28	4:29	4:33	4:38	4:40	22:50:54	4:34	3:23
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301	3:54	3:57	4:01	4:05	4:09	20:07:31	4:01	3:23
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	3:51	3:56	4:06	4:20	4:55	21:09:48	4:13	3:23
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293	3:23	3:38	3:41	3:42	4:02	18:29:30	3:41	3:24
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355	3:24	3:28	3:38	3:38	3:53	18:03:37	3:36	3:24
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309	3:30	3:32	3:35	3:48	3:51	18:18:18	3:39	3:25
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57	4:30	4:39	4:41	4:47	4:49	23:28:15	4:41	3:26
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409	4:04	4:07	4:07	4:08	4:10	20:37:34	4:07	3:26
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437	3:45	3:55	3:56	4:00	4:04	19:44:55	3:56	3:26
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	5:52	5:55	5:57	6:02	6:02	29:48:56	5:57	3:27
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375	4:10	4:17	4:18	4:22	4:22	21:31:51	4:18	3:27
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	3:47	3:56	3:57	3:57	4:13	19:52:37	3:58	3:28
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319	3:48	4:15	4:16	4:26	4:37	21:24:31	4:16	3:28
Loeber	Ralf	Düsseldorf	1977	GER	414	3:29	3:29	3:32	3:35	3:44	17:51:06	3:34	3:28
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	3:59	4:06	4:15	4:15	4:17	20:54:13	4:10	3:29
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	3:45	3:52	3:53	3:54	3:57	19:24:13	3:52	3:30
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241	3:59	4:22	4:26	4:30	4:36	21:54:59	4:23	3:31
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232	4:19	4:20	4:31	4:35	4:53	22:39:53	4:31	3:31
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	4:06	4:19	4:25	4:25	4:29	21:48:55	4:21	3:32
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392	3:52	3:54	4:25	4:27	4:38	21:17:53	4:15	3:35
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419	3:56	3:57	4:06	4:07	4:10	20:18:12	4:03	3:36
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	3:43	3:54	3:55	3:57	3:58	19:30:11	3:54	3:37
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397	3:45	3:59	4:00	4:05	4:14	20:05:12	4:01	3:37
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	3:58	4:18	4:27	4:32	4:32	21:48:26	4:21	3:38
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	4:19	4:21	4:24	4:28	4:29	22:03:47	4:24	3:38
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	3:46	3:54	4:03	4:07	4:08	19:59:56	3:59	3:38
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436	4:59	5:08	5:23	5:27	5:28	26:25:24	5:17	3:39
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	4:28	4:32	4:36	4:39	4:45	23:03:37	4:36	3:40
Scheffer	Ineke	Leens	1958	NED	303	4:41	4:43	4:45	4:47	4:37	23:34:58	4:43	3:40
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	3:54	4:10	4:12	4:15	4:27	20:59:49	4:11	3:41
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	4:22	4:28	4:32	4:36	4:37	22:36:26	4:31	3:42
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119	4:01	4:07	4:12	4:12	4:14	20:49:32	4:09	3:42
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125	3:53	4:05	4:08	4:20	4:46	21:15:22	4:15	3:42
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	3:58	4:30	4:34	4:57	5:06	23:08:17	4:37	3:42
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	4:11	4:35	4:36	4:38	4:40	22:42:18	4:32	3:42
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357	4:48	4:50	4:51	5:02	5:04	24:37:03	4:55	3:43
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	4:15	4:23	4:24	4:25	4:38	22:07:12	4:25	3:43
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433	3:39	3:43	3:52	3:53	4:00	19:10:19	3:50	3:43
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	1953	ITA	127	4:40	4:40	4:47	4:48	4:48	23:44:33	4:44	3:44
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194	4:53	4:54	5:02	5:05	5:05	25:01:52	5:00	3:44
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356	4:13	4:20	4:24	4:25	4:26	21:51:26	4:22	3:44
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363	4:28	4:29	4:41	4:41	4:47	23:10:25	4:38	3:45
Reuter	Reinhard	Neustadt	1962	GER	407	4:08	4:15	4:22	4:35	4:36	21:58:26	4:23	3:46
Gschmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417	4:38	4:50	4:56	4:56	4:57	24:20:31	4:52	3:47
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223	4:40	4:51	4:52	4:56	5:00	24:21:16	4:52	3:47
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277	4:09	4:25	4:40	4:40	4:43	22:39:40	4:31	3:48
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157	4:01	4:07	4:58	5:10	5:15	23:32:40	4:42	3:49
Pilz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406	3:53	4:06	4:11	4:23	4:25	20:59:46	4:11	3:49
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	1975	GER	400	3:37	3:52	3:57	4:13	4:20	20:00:51	4:00	3:49
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10	4:03	4:14	4:17	4:18	4:18	21:12:31	4:14	3:50
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weye	1952	GER	196	4:50	4:53	4:56	5:00	5:03	24:44:21	4:56	3:51
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272	4:55	5:04	5:09	5:11	5:14	25:36:05	5:07	3:53
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430	4:21	4:22	4:39	4:45	4:45	22:53:26	4:34	3:53
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323	4:36	4:42	4:47	4:52	5:04	24:03:40	4:48	3:54
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393	4:35	4:43	4:44	4:52	4:55	23:51:48	4:46	3:54
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137	4:48	4:51	4:52	4:53	4:54	24:20:58	4:52	3:56

Name	Vorname	Ort	Nat.	Jahrg.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Graebel	Gunter	Duisberg	1953	GER	448	4:29	4:52	5:01	5:12	5:30	25:06:20	5:01	3:57
Ulmschneider	Klaus-Peter	Esslingen	1962	GER	202	4:28	4:34	4:36	4:40	4:43	23:03:30	4:36	3:57
Petersen	Harald	Klausdorf	1943	GER	106	5:30	5:32	5:34	5:42	5:45	28:05:40	5:37	3:57
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	4:00	4:00	4:09	4:11	4:16	20:38:15	4:07	3:57
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	4:04	4:06	4:28	4:30	4:33	21:42:41	4:20	3:57
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445	3:59	4:09	4:22	4:23	4:32	21:28:58	4:17	3:59
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	3:56	4:30	4:35	4:54	5:33	23:29:55	4:41	3:59
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208	4:39	4:41	4:43	4:47	4:53	23:44:22	4:44	3:59
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425	4:11	4:37	4:44	4:48	4:49	23:10:51	4:38	4:00
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	4:37	4:44	4:45	4:57	5:17	24:20:59	4:52	4:04
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	4:28	4:33	4:35	4:40	4:41	23:00:07	4:36	4:05
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244	4:46	4:49	4:54	5:00	5:07	24:37:09	4:55	4:06
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366	5:25	5:26	5:29	5:36	5:51	27:49:56	5:33	4:07
Werz	Renate	Offenburg	1947	GER	203	5:27	5:58	6:34	6:37	6:41	31:19:34	6:15	4:07
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115	4:56	5:02	5:06	5:06	5:12	25:25:30	5:05	4:08
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403	4:40	4:44	4:49	4:52	4:56	24:04:06	4:48	4:12
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271	4:35	4:58	5:07	5:12	5:54	25:47:41	5:09	4:13
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398	4:13	4:46	4:56	4:57	5:13	24:07:38	4:49	4:14
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212	6:16	6:27	6:45	6:49	6:50	33:09:09	6:37	4:15
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	1971	GER	349	4:29	4:31	4:38	4:39	4:44	23:02:34	4:36	4:16
Heyer	Hermann	Mülheim-Kärlich	1960	GER	420	4:51	4:55	5:08	5:14	5:22	25:32:06	5:06	4:17
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362	4:38	5:01	5:02	5:15	5:15	25:13:53	5:02	4:19
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373	4:18	4:28	4:37	4:37	4:39	22:41:41	4:32	4:21
Peñalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279	5:06	5:06	5:08	5:12	5:18	25:52:06	5:10	4:21
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	4:51	4:51	4:52	4:55	4:57	24:27:19	4:53	4:21
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343	4:24	4:35	4:49	5:24	5:43	24:57:52	4:59	4:21
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	5:25	5:29	5:44	5:45	5:50	28:16:16	5:39	4:21
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434	5:23	5:29	5:31	5:43	5:53	28:01:59	5:36	4:22
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256	5:46	5:50	5:53	5:55	6:07	29:33:49	5:54	4:22
Frühau	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328	5:06	5:09	5:10	5:12	5:13	25:51:56	5:10	4:22
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257	5:29	5:30	5:31	5:45	5:46	28:03:38	5:36	4:22
Dreiser	Timo	Dintenheim	1966	GER	415	4:46	4:48	4:54	4:55	5:19	24:44:24	4:56	4:23
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441	4:36	4:40	4:40	4:42	4:46	23:26:14	4:41	4:24
Eisele	Gabriele	Rendburg	1963	GER	354	4:56	5:07	5:09	5:14	6:00	26:26:21	5:17	4:25
Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325	4:47	4:56	4:58	5:03	5:10	24:56:58	4:59	4:25
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358	5:20	5:28	5:30	5:30	5:31	27:21:27	5:28	4:26
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	4:34	5:13	5:25	5:28	5:28	26:11:18	5:14	4:26
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	5:09	5:16	5:18	5:21	5:22	26:27:03	5:17	4:27
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264	4:57	5:07	5:35	5:37	5:43	27:02:04	5:24	4:27
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237	5:22	5:36	5:41	5:45	5:50	28:14:58	5:39	4:29
Siegert	Hellmut	Hamburg	1954	GER	368	5:20	5:23	5:27	5:47	6:19	28:18:51	5:39	4:30
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	4:39	4:46	4:51	5:07	5:11	24:37:00	4:55	4:31
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124	4:42	5:06	5:14	5:16	5:26	25:46:47	5:09	4:32
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254	5:29	5:36	5:37	5:39	5:41	28:04:35	5:36	4:33
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	6:11	6:16	6:17	6:19	6:23	31:28:09	6:17	4:33
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	6:44	6:52	6:56	7:21	7:23	35:17:59	7:03	4:37
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160	5:11	5:16	5:48	5:49	5:57	28:03:09	5:36	4:38
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148	5:46	5:46	5:50	5:53	5:57	29:14:07	5:50	4:38
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	5:18	5:32	5:39	5:44	5:56	28:10:36	5:38	4:39
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	5:56	6:01	6:04	6:05	6:06	30:15:37	6:03	4:40
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79	5:27	5:49	5:54	5:55	5:58	29:05:19	5:49	4:40
Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429	5:20	5:36	5:40	5:50	5:56	28:24:27	5:40	4:41
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	4:48	4:56	5:06	5:12	5:25	25:29:15	5:05	4:41
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282	5:15	5:17	5:18	5:25	5:26	26:43:35	5:20	4:42
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	4:29	4:32	5:02	5:35	5:42	25:22:32	5:04	4:44
Pflügler	Christian	Münster	1967	GER	253	5:05	5:23	5:24	5:24	5:36	26:54:40	5:22	4:49
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332	5:26	5:34	5:48	5:51	5:51	28:33:14	5:42	4:53
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1	5:54	6:02	6:03	6:16	6:17	30:34:47	6:06	4:57
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	1960	GER	211	5:47	5:55	5:57	6:00	6:05	29:45:50	5:57	5:00
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	4:57	4:59	5:15	5:17	5:27	25:57:48	5:11	5:11
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396	5:40	5:52	6:20	6:30	6:30	30:53:25	6:10	5:12
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42	6:44	7:12	7:13	7:14	7:18	35:44:05	7:08	5:14
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424	5:30	5:46	5:49	6:00	6:05	29:12:31	5:50	5:14
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128	6:54	6:54	7:00	7:37	8:16	36:44:00	7:20	5:18
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276	5:08	5:11	5:18	5:43	5:45	27:06:24	5:25	5:23
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179	9:03	9:27	9:42	9:56	10:12	48:22:37	9:40	6:54

Auf unserer Webseite findet Ihr diese Statistik auch in der Sortierung ohne Altersbereinigung sowie weitere Statistiken.

Inhalt

Adressen	2
Protokoll der Mitgliederversammlung 2018 in Stuttgart.....	3
Berichte unserer Mitglieder.....	13
Jahresauftakt in Kevelaer	13
Houffatrail über 51 km und 1930 HM in Belgien - 28.01.2018	15
Clubreise 2018 nach Florida.....	18
Irgendwann muss jeder nach Biel, äh, Rheine ;-)	21
Deutschlandläufe 1975 bis 2017	23
Laufbücher auf der Homepage vom 100 Marathon Club	26
Presseberichte	28
34. Allerheiligenlauf.....	28
Personalien	30
Jubiläen	30
Geburtstage	31
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe	31
Austritte	31
Trauer um Rita Gehrke	31
Jahresstatistik per 31.12.2017 (erstellt von Michael Kiene).....	32
Gesamtstatistik per 31.12.2017 (erstellt von Michael Kiene)	35
Best Five 2017 altersbereinigt (erstellt von Michael Kiene).....	40
Inhalt.....	43
Impressum	43

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC aktuell“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	WirmachenDruck Backnang
Auflage:	500 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC aktuell“ 2/2018 erscheint ca. Ende Juli 2018 Redaktionsschluss: 15.07.2018 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:



4. Neckarufer Marathon in Stuttgart