



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 1/2019

Jahreshauptversammlung am 30. März 19 in Wallenhorst



Angela Gargano und Michele Rizzitelli laufen ihren 900. M/U

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

20-jähriges Vereinsjubiläum

Liebe Mitglieder,

im April feiert unser Club das 20-jährige Bestehen. Aus diesem Grund laden wir euch ein, nach der Mitgliederversammlung in Wallenhorst in lockerer Runde zusammensitzen, über Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu plauschen oder die eine und andere Läuferaneddote auszutauschen. Wäre schön, wenn ihr dabei seid.

Schöne Grüße
Euer Vorstand

Titelfoto: Angela Gargano und Michele Rizzitelli in Bad Blumau (AUT) (Foto: privat).
Foto auf der Rückseite: Gerd Junker mit Finisher-Shirts (Foto: Peter Vorberg).

Berichte unserer Mitglieder

Geschafft! Six Star Medal zum Chicago Marathon 2018

von Jürgen Schulz

Eigentlich konnte ich mir nie richtig vorstellen, jemals die World Marathon Majors - die sechs größten Marathons der Welt - zu finishen. Schon gar nicht beim Start in New York 2008, nicht in Berlin 2011 und auch noch nicht in London 2013.

Aber dann ging es Schlag auf Schlag: Boston 2017, Tokyo Frühjahr 2018 und nun ist es vollbracht! Im Ziel des Chicago Marathons (übrigens mein 225. Marathon und Ultra) am 07.10.2018 bekam ich die begehrte Six Star Medal überreicht bzw. umgehängt. Ein unglaubliches Glücksgefühl, alle Mühen und Anstrengungen hatten sich gelohnt, der langjährige Traum ist Wirklichkeit geworden. Vergessen waren augenblicklich nicht nur die Anstrengungen des gerade gelaufenen Marathons, auch, dass ich während des Laufes ernsthaft daran gedacht hatte, dies ist dein letzter Marathon (mit 71 Jahren darf man das schon mal).

Das Wichtigste kam aber danach, als ich meine liebe Doris in die Arme nehmen konnte, mit einem besonderen Dank für die immer exzellente Betreuung bei den vielen Läufen und natürlich ihr grenzenloses Verständnis für das Laufen mit allem Drum und Dran. Eine bessere Motivation gibt es nicht für mich.

Fazit: Alle Städte und insbesondere die Marathons haben ihren eigenen Charme, keine gleicht der anderen. Das gilt natürlich auch für die jeweiligen Marathonveranstaltungen - alle waren bestens organisiert - Tokyo und New York sind mir besonders in Erinnerung geblieben. Unübertroffen sind ausnahmsweise die amerikanischen Zuschauer - kaum zu beschreiben, einfach überwältigend und unnachahmbar. Unvergesslich sind auch der Zuspruch während des Laufes und die ehrlichen und ungezwungenen Glückwünsche vieler Amerikaner zur Marathonteilnahme und der Six Star Medal. Auch unsere Anschlußreisen, Las Vegas (hier haben wir uns "getraut") und San Franzisko werden uns immer in guter Erinnerung bleiben. Und schließlich in Abwandlung des Spruchs von Sepp Herberger: Nach dem Marathon ist vor dem Marathon.





2019 beginnen wir mit dem Dubai Marathon und dann schau wir mal!? In diesem Sinne wünschen Gesundheit und erfolgreiche Läufe

Doris Pohle und Jürgen Schulz

Fotos: privat

20. Dubai-Marathon am 25.01.2019

Wenn nicht jetzt, wann dann?

von Wolfgang Bernath

Längere Zeit hat es in Anspruch genommen, mich zu einem Besuch der Vereinigten Arabischen Emirate, zu denen das Emirat Dubai – eines von sieben – zählt, durchzuringen. Denn ich wäge, gerade unter Berücksichtigung bestimmter aktueller Entwicklungen, sehr genau ab, wohin ich fahre und ob die Aussicht besteht, auch problemlos wieder heimzukommen. Doch die atemberaubenden Fotos der Stadt, die Berichte meiner Kinder, die bereits dort waren und nicht zuletzt div. Laufberichte haben meinen akzentfreien Freund Andre (also ohne den Pinöckel auf dem „e“) und mich letztlich überzeugt. Nicht jedoch unsere Frauen, die zu unserem Bedauern daheim geblieben sind.

Ja, phantastisch und zauberhaft ist sie, die Stadt am Persischen Golf mit ihren 3,1 Mio. Einwohnern, die 85% aller Einwohner des erst 1971 gegründeten Emirats ausmachen. Dass ich mich hier einfinde, ist aber weder phantastisch noch zauberhaft, sondern nur logisch, denn ich bin ein Weichei. Wenn ich bei einem Marathonlauf die Wahl zwischen kaltem Siffwetter und sonnigen 25 Grad bei 20 Grad Wassertemperatur habe, fällt mir die Entscheidung nicht schwer. Ok, es kostet natürlich ein paar Euronen, aber die Damen sind ja gnädigerweise kreditkartenschonend zuhause geblieben.

Am Mittwochmorgen treffen wir, von Düsseldorf mit zweieinhalb Stunden wegen Eis- und Schneeregens verspätet kommend, ein und sind, nachdem wir die Uhren um drei Stunden vorgestellt haben,

direkt in einer anderen Welt. Hochhäuser unterschiedlichster Bauart säumen unsere Fahrstrecke und vermitteln direkt einen bleibenden Eindruck. Unser erster Weg führt uns zur Startnummernausgabe, die, günstig zu unserem Hotel im Stadtteil Al Barsha gelegen, im mondänen Jumeira Beach Hotel stattfindet. Eine Marathonmesse, wie wir sie erwarten und von großen Läufern her kennen, suchen wir vergebens. So bestaunen wir das berühmte, nebenan gelegene einzige 7-Sterne Hotel der Welt Burj al Arab (Turm der Araber), und machen die nächsten beiden Tage die Stadt unsicher. Unstreitiger, im wahrsten Sinne des Wortes Höhepunkt ist der Blick aus dem 125. Stockwerk des Burj Khalifa, des mit 828 m höchsten Gebäudes der Welt. Am Samstag nach dem Lauf wird sich ein Tagesausflug im Überlandbus (Rückfahrkarte für 15 €) nach Abu Dhabi anschließen. Der Besuch der beeindruckenden Scheich-Zayid-Moschee ist ein „Must have seen“.

Unsere temporäre Heimat Al Barsha ist eine niedrig bebaute Wohngegend in Dubai, die sich etwa 10 bis 15 km vom Stadtzentrum Dubais nach Südwesten entlang dem schnurgeraden Sandstrand Jumeira Beach zieht und als die teuerste Wohngegend Dubais gilt. Bis vor wenigen Jahrzehnten wohnten hier nur einheimische Fischer; heute besteht das riesige Areal zum großen Teil aus großzügig gebauten Bungalows und wird vornehmlich von reichen Einheimischen, europäischen Gastarbeitern und spinerten Marathonläufern bewohnt. Verkehrstechnisch super erschlossen ist sie mit der Stadt auch per Bus und der Metro zu Spottpreisen verbunden.



Mit viel zu vielen Geh-km in den lädierten Beinen leiste ich mir am Freitag – dem Sonntag der Muselmanen – für schlappe 16 Dirham (ca. 4 €) ein Taxi zum Start- und Zielgelände an der Dubai Police Academy, das vor allem durch eines auffällt: dass nichts auffällt. Keine Musik, keine Moderation, dafür aber jede Menge gutgelaunte Läufer, die sich um 6:30 Uhr, eine halbe Stunde vor dem Start, über optimale 17 Grad in totaler Dunkelheit und ein ausreichendes Toilettenangebot freuen. Kurzweil verbreiten zwei Videowände, die das bereits seit 6 Uhr laufende Elite-Rennen zeigen. Quasi dämmerungsfrei wird es hell und völlig unspektakulär setzt sich um 7 Uhr das Heer aus 2.283 späteren Finishern, davon 384 Frauen, in Bewegung. Der Kurs ist denkbar einfach und auch ohne GPS-Track kaum zu verfehlen: Nach wenigen hundert Metern geradeaus wird links abgebogen, 6,5 km bis zur Wende, 6,5 km zurück, und zweimal je 7 km erneute Wendestrecke plus Linkskurve in den Zieleinlauf, das war's.

Kaum auf die am heutigen arbeitsfreien Tag komplett gesperrte King Salman Bin Abdulaziz Al Saud Street (König Saudi Arabiens) eingedreht, kann ich frei laufen. Kein Kunststück bei mindestens drei (anfangs fünf) Autospuren in jede Richtung, hier finde ich schnell meinen Rhythmus. Schön ist der Anblick der aus dem Dunst auftauchenden Hochhäuser von Dubai Internet City vor uns sowie der Palmenreihen zu beiden Straßenseiten. Schon sind wir auf Höhe der berühmten Jumeira Palmeninsel, die man allerdings von hier leider nicht bewundern kann; das traumhafte Abbild hat aber wohl jeder schon auf Fotos gesehen. Dieses aberwitzig teure Objekt ist mittlerweile fertiggestellt, die Häuser und Wohnungen zu astronomischen Preisen verkauft. Ein großes Problem stellen Umweltschäden aufgrund des mangelnden Wasseraustauschs dar, denen man mit allerlei Tricks zu begegnen versucht.

Auf der Gegenfahrbahn beginnen uns die schnellen Normalos entgegenzukommen, deren Leistungsvermögen für das Eliterennen nicht gereicht hat. Aber auch die haben für meinen Geschmack einen Affenzahn drauf. Der relativiert sich, je näher ich dem Wendepunkt bei ca. km 6,5 km komme. Wie immer ist es interessant, die vor und hinter einem Laufenden zu beobachten. Die jubelnden Menschenmassen müssen wir uns leider vorstellen, denn einheimische Fans kann ich keine ausmachen. Nett sind ersatzweise einige offensichtliche Begleitpersonen, vor allem aber vom Veranstalter bestellte Personengruppen, die bis ins Ziel jede Menge Stimmung machen und Alarm verbreiten. Euer Geld habt Ihr Euch jedenfalls verdient!

Dann endlich sehe ich sie vor mir, die ich hinter mir vermutet hatte: Judith und Andreas, wie ich Reporter von Marathon4you.de, absolvieren innerhalb von 19 Tagen nach Chennai (Indien) und Muscat (Oman) bereits den dritten Marathon im neuen Jahr, beneidenswert. Nach einem Schwätzchen und dem Glückwunsch zu Andreas' heutigem 150. Marathonlauf und länger ziehe ich langsam weiter, denn ich habe mir für heute etwas vorgenommen. „Wenn nicht jetzt, wann dann?“ fragte schon die kölsche Karnevalsband Höhner. „Wenn nicht hier, sag mir wo und wann? Wenn nicht du, wer sonst? Es wird Zeit, nimm dein Glück selbst in die Hand!“ Ja, das Alter geht an niemandem vorbei, komischerweise auch bei mir nicht, und so steht heute der erste Marathon in der neuen Altersklasse M60 an, der am Ende idealerweise eine 3 zu Beginn der Endzeit stehen haben sollte. Ich bin auf Kurs, die ersten 10 km sind nach gut 56 min. abgespult.

Fast heimische Gefühle kommen beim Anblick wohlbekannter Shirts auf, wie z.B. vom Reschen-seelauf oder vom Marathon in Edinburgh, an denen ich 2018 ebenfalls teilgenommen hatte. Doch keine Gelegenheit sentimental zu werden, denn links ist bereits das 321 m hohe 7-Sterne-Hotel Burj al Arab mit seinem segelförmigen Äußeren zu sehen, schon ist die Ausgangskreuzung nach gut 12 km wieder erreicht. Hier strömen die Massen, und zwar auf die Zielgerade des 10 km-Laufs, der mit rund 12.000 Teilnehmern neben dem 4 km-Lauf die meisten Menschen auf die Straße bringt. Hier ist auch Andre aktiv, der ursprünglich seinen zweiten Marathon vor Augen hatte, aufgrund einer langwierigen Verletzung seine Ansprüche jedoch deutlich herunterschrauben musste. Er ist zurecht froh, seinen Wettbewerb im guten Fünferschnitt beschwerdefrei absolvieren zu können. Mit einer Zeit von 50:31 min. Platz 753 zu erreichen und damit unter den ersten 6% zu landen, das gibt es wohl auch nur hier!

Möglicherweise einzigartig ist für ihn auch die Gelegenheit gewesen, den Zieleinlauf der männlichen Marathonelite live beobachten zu können. Auf 2:04:00 Std. stand der Streckenrekord, den gleich zwei äthiopische Athleten in 2:03:34 und 2:03:40 unterboten. Auch der Dritte blieb noch unter 2:05 Std. Noch krasser ging das Damenrennen aus: Eine Kenianerin pulverisierte den alten Streckenrekord in 2:17:08 Std., der weltweit drittbesten je gelaufenen Zeit. Und noch besser: Sowohl sie als auch der männliche Sieger waren Marathon-Novizen! Na ja, so flott war ich bei meinem Début in Aegidienberg beim Siebengebirgsmarathon 2002 nicht ganz. Natürlich gibt's für die schwarzen Gazellen auch eine Aufwandsentschädigung. Falls ich richtig informiert bin 200.000 US-\$ für den Sieg und weitere 100.000 US-\$ für den Streckenrekord. Der Weltrekord – Haile hat's ja mal ernsthaft versucht – wäre mit einer schlappen Million verüßt worden.



Wolfgang in Dubai

Fotos: privat

Für uns Marathoner gilt es nun, hinter der Kreuzung auf die Start- und Zielgerade den zweiten geraden Streckenabschnitt, die Jumeira Street, zu erobern. Linkerhand taucht das berühmte Hotel Burj al Arab hinter einer dichten Palmenreihe vor stahlblauem Himmel auf, ein wahrlich beeindruckender Anblick. Erfreulicherweise haben sich an diesem Punkt eine ganze Reihe Fans eingefunden, die uns den Weg bis zum Jumeira Beach Hotel (richtig, da fand die Startnummernausgabe statt) und dem vorgelagerten Badeparadies Wild Wadi versüßen. Große Aufmerksamkeit erregt ein Ambulanzfahrzeug in Form eines Trike-Rennwagens samt Anhänger. Ein richtig scharfes Teil, das bei uns natürlich niemals eine Straßenzulassung erhalten würde. Kostet mit Sicherheit auch ein paar Dirham.

A propos Kosten: Dubai geht, so munkelt man hinter vorgehaltener Hand, das Geld aus. Die Ölvorkommen sind fast ausgebeutet, die Einnahmen aus dieser Quelle tragen nur noch zu 5% zum Bruttoinlandsprodukt bei. Folglich müssen andere Einnahmequellen erschlossen werden, daher setzt man u.a. auf Finanzdienstleistungen, das Drehkreuz Dubai Airport und damit auf den Tourismus. Sogar eine Mehrwertsteuer hat man zum 1. Januar 2018 eingeführt. 5 % beträgt sie derzeit, Insider vermuten zur Weltausstellung 2020 eine Erhöhung auf 15%. Für die armen Leute, derer es hier viele gibt – 95% der Einwohner sind Ausländer –, wäre das ein weiterer, harter Schlag. Noch eins: Sogar dem Burj Khalifa, ursprünglich als „Burj Dubai“ geplant, ging in der Bauphase das Geld aus. „Dieses Häuschen baue ich Euch fertig“, meinte da der Emir aus Abu Dhabi, Chalifa bin Zayid Al Nayan, „dann trägt das Teil aber auch meinen Namen!“ Worauf man wohl zähneknirschend einzugehen gezwungen war.

Moschee zur Linken, Mall zur Rechten, Moschee zur Linken, Vadim zur Rechten. Der junge Russe, mit dem mich seit Prag vor ein paar Jahren eine Lauffreundschaft verbindet, ist mit seiner Familie hier und bereits auf dem Rückweg. Bei einer PB von 2:45 Std. angeblich nicht ordentlich trainiert, bleibt er trotzdem locker unter drei Stunden. Solltet Ihr am 5. Mai noch nichts Konkretes vorhaben, bucht einen Flieger zum Kazan-Marathon, dessen Renndirektor er ist. 800 km ostwärts von Moskau in der Republik Tatarstan gelegen, sind Stadt und Marathon gleichermaßen klasse. Ich war 2016 dort und restlos begeistert. Ein Laufkollege dribbelt einen Fußball über die Distanz und dann grüßt huldvoll Michael Brehe, wie immer im falschen Trikot unterwegs. Mein provozierend-lautstarkes „BVB, BVB!“ bringt den glühenden Anhänger eines weitgehend unbekanntem bayrischen Fußball-Provinz-

vereins nicht aus der Ruhe. Noch ein Lauftip: Er veranstaltet im Dezember in der Nähe von Osnabrück den Rubbenbruchsee-Marathon, auch eine feine Veranstaltung, von deren Qualität ich mich ebenfalls schon überzeugen konnte.

Dann ist der Wendepunkt des zweiten Abschnitts erreicht, Andreas und Judith werden nochmals abgeklatscht, es geht zurück. Klar, mental ist das für den einen oder anderen bestimmt herausfordernd, insbesondere, wenn es kurz vor dem Ziel diesen zweiten Streckenabschnitt erneut zu meistern gilt. Glücklicherweise bin ich jedoch kaum noch zu erschüttern. Senftenberg, Hallenmarathon, Ihr wißt Bescheid. Über die Verpflegung können wir uns nach wie vor nicht beschweren. Neben Wasser in Flaschen - gut zum Mitnehmen – und Iso in Bechern werden immer wieder Obst und andere Sachen zum Naschen gereicht; offensichtlich gibt es auch private Versorgungsstationen.



Halbzeit ist nach 1:59:06 Std. Gefühlt dauert es gar nicht so lange, bis ich kurz vorm Ziel nach km 27 nochmal auf den zweiten Streckenabschnitt einbiege. Gut, dass ich mir einen Boxenstop bis ins Ziel verkneifen kann, denn die Versorgung mit Dixis ist so prall nicht und wildpinkeln noch weniger empfehlenswert als in den Geteilten Staaten von Amerika. Altbekanntes auf den folgenden km geben mir Gelegenheit, etwas intensiver über meinen Zustand nachzudenken. Erfreut stelle ich fest, dass es wirklich rund läuft, womit ich in Anbetracht der Gesamtumstände wirklich nicht rechnen konnte. Die sub 4 Stunden sind tatsächlich in Reichweite, dafür darf ich aber nicht nachlassen. Und das tue ich erfreulicherweise auch nicht. Dabei hilft mir auch die erstmalige Mitnahme einer Flasche Gatorade, an der ich alle paar hundert Meter nuckele. Wieder an der Ausgangskreuzung angelangt, biege ich auf den finalen halben km ein und habe schon bald die bereits ziemlich verwaiste Zuschauertribüne zur Linken. „Schau mal, Deutschland!“ erschallt es von den Fans zur Rechten, darunter den frisch massierten Andre, als ich das sorgsam gehütete Tütchen aus seinem Geheimversteck ziehe und dann den Bundesadler schwarz-rot-gold über dem Kopf schwenkend ins Ziel bringe.

Klasse! Die 3:57:38 Std. bei sogar leicht negativem Split machen mich sehr zufrieden, da konnte ich zu Beginn der M60 nochmal einen raushauen, ohne mich wie kurz vorm Tod zu fühlen. Wenn nicht jetzt, wann dann? Offensichtlich paßte heute alles. Zur Belohnung gibt es eine sehr schöne Medaille mit dem Abbild des Burj al Arab, die zuhause meine „Wall of fame“ weiter aufwerten wird.

Die gute Zielverpflegung pappelt mich rasch wieder auf und nach dem Austausch vielen Läuferlanteins mit Vertretern mehrerer Nationen nehmen Andre und ich den knapp drei km langen Rückweg ins Hotel zu Fuß in Angriff.



Was bleibt? Die Gewißheit, daß sich dieser Ausflug sowohl unter läuferischen als auch touristischen Gesichtspunkten sehr gelohnt hat; die

paar warmen Tage im kalten Januar waren eine schöne Unterbrechung der wettertechnisch gesehen heimischen Tristesse. Dennoch, einiges fehlt der Veranstaltung noch, um bei den ganz großen mithalten zu können: Eine dem Ereignis angemessene Marathon-Expo, wenig mehr Brimborium im Startbereich, ein nennenswertes Zuschauerinteresse sowie Zeitanzeigen unterwegs. Aber egal, es lohnt sich auch so, gefährdet fühlt man sich übrigens zu keinem Zeitpunkt. Fahrt also trotzdem hin und genießt es, wir haben keine Sekunde bereut.

Streckenbeschreibung:

Superflacher, mental fordernder Kurs auf einer Geraden, deren beiden Teilstücke ein- bzw. zweimal als Begegnungsverkehr zu meistern sind.

Startgebühr:

130 US-\$ (10 km 80 US-\$).

Weitere Veranstaltungen:

Vorgelagertes Eliterennen, 10- und 4-km-Lauf.

Leistungen/Auszeichnung:

Gute Strecken- und Zielverpflegung, Adidas-Funktionsshirt, kostenlose Massage.

Logistik:

Optimal, nichts zu meckern.

Verpflegung:

Ab km 5 Wasser, Iso, etliches zu beißen.

Zuschauer:

Außer mitgereisten Fans und (unterstellt) bezahlten Jugendlichen Stimmungsmachern quasi Fehlangeige.

Wie man alle Länder in Europa läuft oder eine Reise durch Eurpoa

von Mario Sagasser

Das erste Mal hörte ich 2002 oder 03 von der Idee, dass man in Europa, quasi als Gegenstück zum amerikanischen 50 States plus DC-Club, in allen europäischen Ländern einen Marathon laufen könnte. Als ich 2005 in Paris meinen ersten Marathon im europäischen Ausland lief, habe ich aber nicht geahnt, dass das der Beginn dieser langen Reise sein würde. Vielmehr hatte uns ein Schulfreund eingeladen, ihn doch einmal dort zu besuchen. Diesen Besuchstermin legten wir auf das Wochenende des Paris-Marathons. Da Doris 2005 verletzungsbedingt passen musste, holten wir ihren Auftritt in Paris gleich in 2006 nach. 2006 ist das Anfangsjahr unserer Expedition durch Europa: es folgten nämlich Rom, Stockholm, Danzig und Monaco. Hinzu kam, dass wir aufgrund von Verletzungen den Wintersport aufgeben hatten, so dass sich die Frühjahrsferien für Laufreisen mit unseren beiden

Töchtern anboten. Das galt auch für die Sommer- und Herbstferien. Insgesamt waren die Mädels in 16 europäischen Ländern mit von der Partie. Anfangs passte meine Kollegin auf, dann war mein Patenkind mit Familie dabei und später blieben die beiden im Hotel oder kamen an einen vereinbarten Treffpunkt an der Strecke wie in Helsinki oder in Belfast in den Zielbereich. Aus London flogen sie allein nach Hause – und durften in Hamburg mit dem Crew-Bus zum Flughafengebäude fahren. Bis 2012 hatte ich nur die (46) Länderflaggen auf der Europawandkarte bei uns im Hausflur als Anreiz. Dann entdeckte ich bei der Orga-Chefin von unserem Dorflauf ihre Pressemappe. So eine wollte ich auch. Neben Zeitungsberichten und Viten fand ich eine Europakarte mit absolvierten Länderpunkten recht anschaulich, die immer weiter gefüllt werden sollte. Außerdem hatte in diesem Jahr Jürgen Kuhlmeiy auf der Vereinshomepage über den sogenannten Countrymarathonclub informiert. Das schaute ich mir an und stellte fest, dass uns zur Mitgliedschaft (ab 30 Länder) nur noch wenige fehlten. Mitte 2013 war dieser Meilenstein erreicht; ich lief im Mai in Prag und Doris im Juni in Luxemburg das jeweils 30. Land. Die unterschiedliche



Zählung störte ein bisschen – passiert war das, als ich von einer Geschäftsreise 2011 weiter nach Liechtenstein zum Marathon fuhr, Doris aber nicht mitkommen wollte. Das hatte bis zu ihrem Nachholtermin in 2016 zur Folge, dass sie ständig einen Zähler weniger hatte. Mit der Mitgliedschaft im Countryclub lernten wir sukzessiv die deutschen und europäischen Ländersammler kennen, da in einer Rubrik der CC-Homepage die „Future Races“ eingetragen werden können. Dort schaut man, wer

wo laufen will und fährt auch hin oder fragt (später) nach, wie man da am besten hin kommt. Außerdem hatte sich eine Gruppe gebildet, die weiße (Marathon-) Flecken auf der europäischen Karte in Angriff nahm: so wurden marathonfreie Länder wie Albanien, San Marino und Gibraltar belaufen. Durch den Countryclub erfuhren wir, dass neben den 47 Staaten (die 46 auf unserer Europakarte abgebildeten plus Kosovo (unabhängig seit 2008), noch weitere 8 Länder gesammelt werden können, wie etwa Schottland, Isle of Man und die Färöer Inseln. Auf einmal bekam der Anruf von Horst Preisler aus dem Jahr 2011 Sinn, als er mir erklärte, warum die Kanalinseln Jersey und Guernsey als gesonderte Länder zu zählen sind. Es handelt sich um zwei der Zusatzpunkte, mit denen man in Summe 55 Zähler in Europa erreichen kann. Ein besonderer Grund noch einmal Gas zu geben, war die Brexit-Entscheidung der Briten. Als ich an jenem Morgen im Juni 2016 das Ergebnis im Radio hörte, stand für mich sofort fest, dass ich am nächsten ersten Montag im Mai den Belfast-Marathon laufen würde. So wurden für uns die britischen Flughäfen und -gesellschaften geläufiger und von 8 Ländern in 2017 hatten fünf etwas mit Großbri-



Europaflaggen auf unserer Wandkarte

Jahr	Anzahl der Länder
2000	1
2005	2
2006	4
2007	3
2009	3
2010	3
2011	6
2012	4
2013	5
2014	3
2015	6
2016	5
2017	8
2018	1
2019	1
Gesamt	55

Europäische Länder pro Jahr

tannien bzw. England zu tun. Der Zielbogen wurde im Mai 2018 sichtbar, als wir in Bosnien-Herzegowina liefen. Hier trieben ebenfalls politische Gründe an. Fakt war, dass Doris ihren Chef überzeugt hat, dass sie zwar den inzwischen vereinseigenen Volkslauf als Orga-Chefin durchführen könne, für den Abbau am Samstag jedoch nicht zur Verfügung stehe, weil wir schließlich auf den Balkan müssten. [Er hat sich drauf eingelassen!] Somit fehlte uns nur noch ein Land: der Vatikanstaat. Wie und vor allem wo(!) kann man dort Marathon laufen? Als Rene Wallesch 2014 in Allermöhe seinen 1.000 Marathon plante, schickte er mir vorab eine Liste seiner Länderpunkte: inklusive Vatikan. Auf meine Nachfrage erklärte Rene, die Teilnehmer des Rom-Marathons im Jahr 2000 hätten sich zum Start auf dem Petersplatz aufgestellt und wären von dort losgelaufen. John Wallace (der Präsident des Countryclubs) würde das als Zähler für den Vatikan anerkennen – schließlich stand der auch mit auf dem Petersplatz! Da diese besondere Startaufstellung in Rom aber nicht jedes Jahr wiederholt wurde, war also Eigeninitiative gefragt. Peter Maier aus Dresden wurde von einer italienischen Gruppe im November 2017 eingeladen, von der Treppe der Kuppel des Petersdoms zum Vatikanmarathon zu starten. Doris und ich hatten das Glück, einen Startplatz bei dem vom Amerikaner Brent Weigner in diesem Januar organisierten Marathon zu ergattern. Dem 55. und letzten fehlenden Stein im Europa-Puzzle. Unsere Reise über den Kontinent hat knapp 14 Jahre (bei Doris 13) gedauert. Danke an die, die uns unterstützt, be-

raten, inspiriert, den Spleen ertragen und ein Auge zugeedrückt haben (ganz konkret meine Schwester, die uns vorzeitig von ihrem runden Geburtstag entlassen hat, damit wir mit dem Mietwagen nach Köln-Bonn zum Flieger nach Skopje konnten.)

Marathon Reise nach Florida von Karl Wolfgang Baumgarten

Der Tallahassee Marathon war am Ende unserer diesjährigen Florida Reise. Am Anfang war Orlando mit den Läufen in Disneyworld. Dort werden an vier aufeinanderfolgenden Tagen 4 Läufe ausgetragen (5 km, 10 km, Halbmarathon und Marathon). Insgesamt sind knapp über 50000 Starter bei diesen Läufen unterwegs, womit das eindeutig die größte Laufveranstaltung in den USA ist, noch vor New York und Chicago. Ich lief den Halbmarathon am 12.01. (Schirmherr Donald Duck) und den Marathon am 13.01. (Schirmherr Mickey Mouse). Beide Läufe zusammen ergeben dann die Goofychallenge, also zwei Läufe ergeben dann drei Medaillen und 3 T-Shirts.



In Tallahassee war ich im Übrigen bereits im letzten Jahr, dort sind René Wallesch und ich im Anschluss an die Floridareise des 100 MC ebenfalls Marathon gelaufen.

Dieses Jahr war es für mich schon eine besondere Ehre, am Sonntag, 03.02.2019 in der Hauptstadt von Florida beim dortigen Tallahassee Marathon einen absoluten amerikanischen Spitzenmarathonläufer kennenzulernen, nämlich Meb Keflezighi der ursprünglich aus Eritrea stammt. Meb nahm 4 Mal an Olympischen Spielen teil, gewann in Athen 2004 Silber. Er ist bisher der einzige Läufer der Boston und New York gewonnen hat. Insbesondere sein Sieg in Boston 2014 macht ihn in den USA zur Lauflegende.

Ich konnte mit Meb Keflezighi auch ein wenig scherzen. Er hat seine Profilaufkarriere mit 26 Marathons beendet (siehe auf seiner Homepage marathonmeb.com). Ich sagte ihm, dass er ja einen Marathon mehr gelaufen ist als ich wenn man die Zähler für die Hundert außer Acht lässt (Tallahassee war meine Nr. 425). Die Reaktion war incredible, awesome, unbelievable. Es war jedenfalls toll, von so einem Weltklasseläufer diese Wertschätzung zu erhalten.



Vor dem Tallahassee Marathon hielt Meb einen sehr interessanten Vortrag und war zu vielen Gesprächen bereit. Auch ich konnte mich kurz mit ihm austauschen, erhielt sein Autogramm auf meiner Startnummer und natürlich gab es dann auch ein Foto. Eine tolle Erinnerung! Fotos: privat

Presseberichte

„Ich mach den Scheiß öfter“

50 Kilometer bei schwüler Hitze: Megamarsch führt auch durch Harpstedt

Wildeshauser Zeitung vom 09.06.2018 von Jürgen Bohlken



Schnell noch je zwei Bananen an der Verpflegungsstation „auf die Hand“ - und weiter geht's: Crispin Porstner (l.) und Rochus Pohler treten hier die letzte Megamarsch-Etappe von Harpstedt nach Wildeshausen an. Foto: Jürgen Bohlken

Harpstedt/Bremen/Wildeshausen - Fit wie'n Turnschuh – auf Crispin Porstner aus Bremen passt das wie die Faust aufs Auge. Er atmet ruhig und schwitzt kaum, als er am frühen Sonnabendnachmittag bei fast 30 Grad Hitze und schwüler Luft nach gut sechseinhalb Stunden strammen Gehens das DRK-Seniorenzentrum Harpstedt erreicht. Dort erfrischt er sich an einer der alle zehn Kilometer eingerichteten Verpflegungsstationen und holt sich mit Obst verbrauchte Energie zurück, ehe es auf die letzte Megamarsch-Etappe geht.

Zu diesem Zeitpunkt liegen rund 40 Kilometer Strecke auf dem Jakobsweg hinter ihm. Nach und nach trudeln immer mehr der etwa 1000 am Morgen am Werdersee in Bremen gestarteten Ausdauersportler in Harpstedt ein. Ihr gemein-

sames Ziel ist Wildeshausen, der Endpunkt des Megamarsches. Diesmal quälen sie sich nur über die „kurze“ Distanz, aber auch die misst schon 50 Kilometer. Von der Sorte gibt es jährlich vier; hinzu kommen weitere fünf über mörderische 100 Kilometer. Die Megamarsch Events verteilen sich auf alle Teile der Republik, und die Mitstreiter, darunter auch ältere Semester, kommen aus allen Bundesländern.

Der Strecke Bremen-Wildeshausen ringt Crispin Porstner, so scheint es, nur ein müdes Lächeln ab. Obwohl er sich zwischenzeitlich mit seinem Sportsfreund Rochus Pohler (41) aus Dresden in aller Ruhe bei einer Pause auf der Terrasse des Hotels „Rogge Düsen“ ein Bier genehmigt hat, bleibt er ohne Probleme im schnellsten Zehntel des Teilnehmerfeldes.

Doch um Zeit geht es gar nicht. „Das hier ist kein Wettkampf, sondern ein Gemeinschafts-event. Wer mitmacht, will ankommen. Finishen, wir wir sagen. Du kriegst ein Nachweisheft. Dort wird abgestempelt, ob du teilgenommen und ob du es ins Ziel geschafft hast. Ich hatte eigentlich auf den Pokal geschielt. Den kriegt aber nur, wer bei allen neun Veranstaltungen finisht. Das schaffe ich fast, aber eben nicht ganz, weil ich in Frankfurt leider nicht dabei sein kann“, bedauert Porstner.

Das Extreme als Motivation

Warum er so gut im Training sei? „Ich mach den Scheiß öfter“, erwidert er auf diese Frage – und lacht. Seine Motivation sei das Extreme. „Das Ausreizen der eigenen Grenzen. 100 Kilometer sind schon eine echte Herausforderung. Da zehrt auch die Müdigkeit irgendwann ganz schön. Und wenn dann große Hitze dazu kommt, schlaucht das richtig. Danach hast du erst einmal die Schnauze voll vom Gehen – und Blasen ohne Ende an den Füßen“, weiß der Bremer. Den Eindruck, dass unterwegs Glückshormone ausgeschüttet werden, habe er nicht. „Aber ich bin stolz, wenn ich es ins Ziel geschafft habe“, gibt er zu. Und das sei wohl auch ein Grund dafür, warum er sich der Herausforderung immer wieder stelle.

Nicht jedes Mal steht allerdings am Ende das Erfolgserlebnis. 2017 mischte der 31-Jährige bei der Challenge „Wer ist so hart wie Joey Kelly?“ mit. Die Mammutaufgabe bestand darin, zu Fuß 857 Kilometer vom Strand in Warnemünde bis zur Zugspitze zurückzulegen. „Da bin ich kläglich gescheitert“, gesteht Porstner. „Aber diese Herausforderung hat mich erst richtig auf den Geschmack gebracht“, erzählt er – und lacht. Mittlerweile sei er deutschlandweit als Ultraläufer unterwegs. Die 100-Meilen-Distanz habe er in 32 Stunden geschafft. Sein nächstes Ziel sei es, in den „100 Marathon Club Deutschland“ zu kommen. „Dafür musst du 100 mal die Marathonstrecke von 42,195 Kilometer laufen oder gehen. Ich bin heute bei Nummer 91, denn auch der Megamarsch wird gezählt“, weiß der Bremer.

Der Marsch von Bremen bis Wildeshausen mobilisiert übrigens auch Sportler aus der Samtgemeinde Harpstedt. „Die Hitze ist heftig“, gesteht Tanja Koutianidis, als sie gegen 16.45 Uhr Düsen hinter sich lässt und das Schlimmste überstanden hat. „Das letzte Stück schaffe ich auch noch“, sagt die Harpstedterin zuversichtlich. Der Ehrgeiz, den inneren Schweinehund zu überwinden, treibt sie und die vielen anderen Leidensgenossen voran.

Schon 73,5 Kilometer am Stück gelaufen

332 Marathons in 8 Jahren

- und Sylke Kuhn (47) hat immer noch nicht genug

HNA vom 27.12.2018 von Henry Valentin

Sylke Kuhn hat schon 332 Marathons absolviert. Und sie denkt lange nicht ans Aufhören. Für sie ist ein Marathon Spaß und das, obwohl bei diesem Sport der Kampf gegen sich selbst entscheidend ist.

Es klingt verrückt: 332 Marathons in acht Jahren. „Ein bisschen Größenwahnsinnig“ sei das vielleicht schon, sagt Sylke Kuhn am Tisch in ihrem Wohnzimmer. Die 47-jährige Marathonläuferin, Bankerin und Diplom-Ökonomin lacht verschmitzt.

Die verheiratete Mutter zweier Kinder ist viele harte Rennen gelaufen. Ziemlich viele, wie sie

zugibt. An alle kann sie sich nicht erinnern. Aber Highlights gab es schon. Zum Beispiel der Mährische Ultramarathon in Tschechien, bei dem sie jeweils 43 Kilometer an sieben aufeinander folgenden Tagen gelaufen ist. Manchmal absolvierte sie sogar drei Marathons an einem Tag. Sie lief auch einen Ultramarathon mit 73,5 Kilometern am Stück,



Eine kleine Auswahl ihrer Erfolge: Medaillen und Pokale hat Sylke Kuhn zuhause. Denn mit 332 gelaufenen Marathons gehört sie zu den Top 100 der Weltrangliste. © Henry Valentin

einen Marathon auf Gran Canaria und einen in San Francisco. Für das kommende Jahr plant sie, beim Funchal-Marathon auf Madeira mitzulaufen.

Sie hat es auf die Top 100 der Weltrangliste geschafft

Die Frau, die früher bei der Sparda-Bank in Kassel gearbeitet hat, hat sich auf die Top 100 der Weltrangliste mit den meisten Marathons gerannt. Die Liste wird angeführt von Christian Hottas, eine Lauflegende aus Hamburg, der mehr als 2500 Marathons erfolgreich abschloss. Gefolgt von Sigrid Eichner aus Berlin mit 2100. Die 78-Jährige ist ihr Vorbild.

Geht so etwas allein durch körperliche und mentale Voraussetzungen? „Nicht nur. Auch meine Ernährung spielt eine große Rolle, da ich mich vegan verpflege“, sagt Kuhn. Das kommt ihr beim Training zugute, wie sie sagt. Für sie ist ein Marathon auch eher Spaß – ganz ohne Leistungsdruck.

Denn jede Marathonläuferin hat ihre eigene Art, mit der Erschöpfung, dem nagenden Zweifel und den physischen Qualen auf den letzten Kilometern umzugehen. Aber es gibt kein wirkliches Rezept. Die Qual ist eine

unvermeidliche Tatsache, sie zu ertragen oder nicht, bleibt jedoch dem Läufer überlassen.

Durchhalten, dranbleiben, daran glauben

Man muss nicht einmal ein übermenschlicher Sportler dafür sein. Viel schwieriger ist es beispielsweise, einen Marathon unter 3:30 Stunden zu schaffen. Durchhalten, dranbleiben, daran glauben, das hilft häufig. Ihre Bestzeit lief sie beim Frankfurt Marathon in diesem Jahr. 3:21:24 Stunden. Kuhn ist zudem Mitglied beim 100-Marathon-Club, in dem man, wie der Name schon verrät, nur Mitglied werden kann, wenn man über 100 Marathons gelaufen ist.

Ihr heimischer Verein ist die Laufgemeinschaft Vellmar. 2006 hat sie mit dem Laufen angefangen. „Das waren aber nur fünf Kilometer Volksläufe“, sagt Kuhn. Heute läuft sie 5000 Kilometer und verschleißt vier Laufschuhe in einem Jahr.

Ausgleich und Regeneration durch Schwimmen

Wer will, findet an fast jedem Tag einen Lauf, meistens sogar über die volle Distanz von

42,195 Kilometern. Darunter Veranstaltungen wie der Speck-Weg-Marathon in Berlin, den 25. Running Paule Marathon in Bad Münde oder den 2. Kasseler Silvester-Marathon in Kassel am letzten Tag des Jahres. Kuhn holt sich ihren Ausgleich und die Regeneration durch Schwimmen. An zwei Tagen pro Woche, jeweils einen Kilometer. „Außerdem habe ich viel Rückhalt und Unterstützung von meiner Familie“, sagt Kuhn. Denn die sind auch alle Läufer.

Teamleistung wie beim Fußball, keine Technik wie in der Formel 1, sondern allein die Fähigkeit des Einzelnen, Kraft und Ausdauer für sein angestrebtes Ziel zu erlangen. Es ist kein Kampf gegen eine andere Mannschaft. Es ist ein Kampf des Einzelnen gegen sich selbst.

Kuhn hat diese Energie und wird wieder starten. Und wieder. Sie ist glücklich, will verletzungsfrei bleiben und ihre Freude beim Laufen behalten.

Ein Kampf gegen sich selbst

Es ist ihre mentale Stärke, die sie beim Laufen hält. Entscheidend ist bei diesem Sport keine

An jedem Wochenende im Einsatz

Wallenhorster Junker ein Marathonsammler aus Leidenschaft/ Mehr als 600 seit 1989
Neue Osnabrücker Zeitung vom 15.01.2019 von Peter Vorberg



Laufen ist seine große Passion: Gerd Junker (vorne).

Foto: Swaantje Hehmann

Wenn er gemütlich auf der Couch sitzt, geht man nicht unbedingt davon aus, dass Gerd Junker Ultraläufer ist. Entspannt plaudert der 62-Jährige über seine Passion: das Laufen, seinen Antrieb, seine Grundprinzipien und vor allem über Anekdoten aus seinem erlebnisreichen Sportlerleben.

WALLENHORST Den Urlaub legt Junker gerne nach dem ein oder anderen Lauf-Event, wie er anschaulich beschreibt. „Ich und meine Frau waren mal am Gardasee. Dort bin ich am Sonntagmorgen um 4 Uhr los und habe den Ferrara Marathon absolviert. Anschließend gab es dann erst den Urlaub.“ Apropos Urlaub, da hat Junker so seine eigenen Vorstellungen. „Badeurlaub, nee, ist überhaupt nichts für mich. Eine Kreuzfahrt? Höchststrafe!“

Der beruflich in der Mineralölbranche tätige Junker ist ständig aktiv und stets bescheiden. „Für mich reicht die Jugendherberge. Alles darf einfach sein, das gefällt mir. Gerade die kleineren Läufe sind toll – alles nette Leute, viele tolle Begegnungen. Das macht mehr Spaß als die ganz großen Marathons.“

Ehefrau Annette lässt ihn fast immer alleine laufen. Einmal absolvierten sie jedoch gemeinsam den Berlin Marathon. Tradition hat zudem der gemeinsame OTB-Silvesterlauf. Junker führt akribisch ein Laufbuch mit Ort, Strecke, Gewicht, Wetter, Laufpartner und sogar dem benutzten Schuhwerk. „Anfangen habe ich mit normalen Turnschuhen, die hatten lediglich Gummisohlen. Meine ersten Laufschuhe kosteten 100 Mark und waren blau.“

Der ehemalige Handballer aus dem Ruhrgebiet wechselte 1987 die Sportart, als er mit dem Rauchen aufhörte. Damals wog Junker 20 Kilo mehr als heute. Im ersten Jahr gelangen ihm erstmals zehn Kilometer am Stück. 1989 hatte er in Hamburg seine Marathon-Premiere. Es folgten unzählige Highlights wie der New York Marathon, der „Comrades Ultra“ in Südafrika, die 100 Kilometer von Biel (Schweiz), der 100 Meilen-Mauerweglauf in Berlin, der „Fidelitas Nachtlauf“ im Schwarzwald über 80 Kilometer und der Transalpine-Mehr-Etappenlauf quer über die Alpen. „Nach dem Marathon wollte ich gucken, ob noch mehr geht – und schon kamen Ultraläufe dazu“, so Junker, der viel zu berichten weiß. „Beim Comrades Ultra von Durban nach Pietermaritzburg im Jahr 2016 haben 14000 Teilnehmer gefinisht – trotz Cut-Zeiten. Immer wieder wurden Leute knallhart rausgewunken – wir haben es geschafft. Um 5.30 Uhr war Start, es war schweineheiß. Das Ziel nach 90 Kilometern habe ich mit meinem Kumpel

HaWe Rehers nach 11:54 Stunden erreicht, 12 Stunden war die Maximaldauer.“

Auch der Transalpine Run hatte seine eigene Episode. Nach acht Etappen und dem Zieleinlauf ging es ab ins Auto und direkt durch die Nacht zum Münster-Marathon. „Das war wie Erholung nach den vielen Höhenmetern in den Tagen davor“, schmunzelt Junker.

In Biel hat der Wallenhorster sechsmal die 100 Kilometer absolviert. Zweimal wagte er sich an den Triple-Marathon (drei Marathons hintereinander) im niederländisch-deutschen Grenzgebiet. 2018 gehörte der „MUM“, der Moravsky Ultra in Tschechien, mit sieben Marathons an sieben Tagen, zu seinen Herausforderungen. „Ich laufe jedoch am meisten in Deutschland, über die Jahre habe ich das Land unheimlich schätzen gelernt. Hier ist es im Gegensatz zum Ausland alles sehr geordnet“, so Junkers Erfahrungen.

2018 waren es 67 Marathons oder Ultras, die in Junkers Laufbuch notiert sind. „An meinem Geburtstag bin ich auch gelaufen. An einer Ecke haben mir 500 Leute mit Applaus gratuliert, als der Sprecher das ansagte“, so eine weitere kleine Randgeschichte. Auch der Terminkalender 2019 ist dicht gefüllt. Von Karfreitag bis Ostermontag sind vier Marathons in Kassel und Northeim geplant. Zudem will Junker den Rennsteiglauf über 73,9 Kilometer, die 100 Kilometer von Biel sowie den „Dodentocht“ über 100 Kilometer in der Nähe von Antwerpen (Belgien) in Angriff nehmen. „Jedes Wochenende geht es los, am 31. März habe ich in Wallenhorst sogar ein Heimspiel.“ Aus Anlass der Jahreshauptversammlung des „100 Marathon Clubs“, dessen 2. Vorsitzender er ist, organisiert Junker den 3. Wallenhorster Marathon für einen elitären Kreis. Vom Gasthaus Witte wird eine Sieben-Kilometer-Runde durch Hollage führen.

„Laufen ist für mich Erholung von meinem Alltag, da sitze ich viel im Büro. Wichtig ist, dass ich gesund bin und das auch noch länger bleibe“, erklärt Junker abschließend seinen inneren Antrieb. „Bei den Rennen will ich unbedingt den Zähler haben, den nächsten Marathon auf meinem Konto. Zeiten sind unwichtig.“

Personalien

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

- | | | | |
|-------|---|-------|--|
| 124 | Thomas Radzuweit aus Hamburg
(Wiedereintritt) | 483 | Roman Spengler aus Hamburg |
| 475 | Peter Pünjer aus Buxtehude | 484 A | Gunther Zeller aus Stuttgart |
| 476 | Dieter Max Elster aus Bochum | 485 A | Martin Törber aus Hamburg |
| 477 | Monika Tegge-Walderstein aus
Norderstedt | 486 | Doris Hinz aus Eckernförde |
| 478 | Thomas Berkmann aus Hannover | 487 | Jürgen Reuter aus Lebach |
| 479 | Andreas Walendy aus Balingen | 488 | Jörn Hesse aus Delligsen |
| 480 A | Klaus Mantel aus Fellbach | 489 A | Gunnar Meikstat aus Berlin |
| 481 A | Thomas Busse aus Bernterode | 490 A | Dr. Wolfgang Gickler aus Lahnstein |
| 482 A | Steve Dolezych aus Oberholz | 491 | Tanya Ostapenko aus Göttingen |
| | | 492 | Stefan Hantscher aus Suhl-Heinrichs |

Lothar Tauber

*27.01.1935 † 06.10.2018

Unser langjähriges Clubmitglied Lothar Tauber ist im Oktober nach kurzer schwerer Krankheit verstorben.

Wir sind sehr sehr traurig und werden ihn niemals vergessen.

Der Vorstand



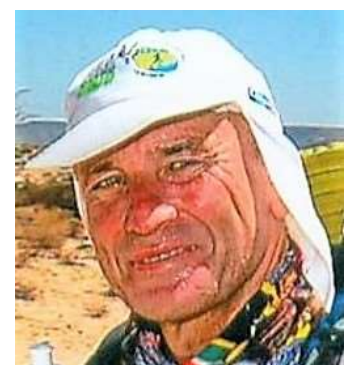
Wolfhard Seeliger

*27.08.1959 † 07.11.2018

Viel zu früh ist unser langjähriges Clubmitglied Wolfhard Seeliger (Seewolf) verstorben.

Wir sind sehr sehr traurig und werden ihn niemals vergessen.

Der Vorstand



Geburtstage

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

Rainer Scherer aus Wien (AUT) feierte im Dezember seinen **75.** Geburtstag.

Austritte

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

Nils Grimpe-Luhmann aus Laufen (SUI) und Ralf Ruppert aus Wadersloh

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras (Vollmitgliedschaft)

Helmut Koll (Bonn) am 02.12.18 beim Reggae-Marathon in Negril (JAM).

Monika Tegge-Walderstein (Norderstedt) am 28.12.18 am Öjendorfer See in Hamburg.

Thomas Berkmann (Hannover) am 28.12.18 beim Herkules Marathon in Kassel.

Andreas Walendy (Balingen) am 31.12.18 beim Kasseler Silvester-Marathon.

Jörn Hesse (Delligsen) am 26.01.19 beim 50 km Ultramarathon in Rodgau.

Tanya Ostapenko (Göttingen) am 09.02.19 bei der Brocken Challenge in Göttingen.

Stefan Hantscher (Suhl-Heinrichs) am 09.02.19 beim Eifelleiter Trail in Bad Breisig.

200 Marathons/Ultras

Mirko Leffler (Suhl) am 31.10.18 in Dresden.

Norbert Fender (Rutesheim) am 06.01.19 in Kevelaer.

Gabriele Eisele (Rendsburg) am 20.01.19 beim Dr. Nielsens Vinterhygge & Parmarathon in Vejle (DEN).

Dr. Karl-Walter Decius (Bünde) am 09.02.19 beim Kanalmarathon in Hesse.

Roman Spengler (Hamburg) am 30.12.18 beim Spreehafen & Spreehafeninsel Marathon in Hamburg.

250 Marathons/Ultras

Jens-Peter Wrage (Bad Oldesloe) am 30.12.18 beim Spreehafen & Spreehafeninsel Marathon in Hamburg.

300 Marathons/Ultras

Burkhard Löher (Wedel) am 08.12.18 an den Teichwiesen in Hamburg.

400 Marathons/Ultras

Jörg Gerlach (Bergkamen) bereits am 04.08.18 beim Dorndellen-Marathon in Bergkamen.

Sven Peemöller (Bad Oldesloe) am 20.01.19 beim Dr. Nielsens Vinterhygge & Parmarathon in Vejle (DEN).

600 Marathons/Ultras

Gerd Junker (Wallenhorst) am 08.12.18 beim Rubbenbruchsee-Marathon in Osnabrück.

Siehe auch Presseartikel in diesem Heft.

700 Marathons/Ultras

Michael Kiene (Northeim) am 27.12.18 beim Fuldapromenaden-Marathon in Kassel.

750 Marathons/Ultras

Cornelia Feurich (Hamburg) am 09.12.18 beim Zwei-Brücken-Marathon in Bad Bramstedt.

900 Marathons/Ultras

Angela Gargano (Barletta, ITA) am 02.12.18 beim Sorrento-Positano Marathon (ITA).

Siehe auch folgenden Bericht in diesem Heft.

Micheli Rizzitelli (Barletta, ITA) am 27.12.18 an den Teichwiesen in Hamburg.

Siehe auch folgenden Bericht in diesem Heft.

2.750 Marathons/Ultras

Christian Hottas (Hamburg) am 03.02.19
beim Sibirien Marathon in Hamburg.

Angela Gargano und Michele Rizzitelli laufen ihren 900. M/U
von Michael Weber

Angela Gargano und Michelle Rizzitelli zierten bereits in der Februar Ausgabe 2003 unsere Titelseite, nachdem die beiden gemeinsam am Silvestertag 2002 ihren 200. Marathon in der Nähe von Bologna (ITA) gelaufen waren, übrigens an gleicher Stelle, wie ein Jahr zuvor den 100. M/U. Damit schraubten sie die alten italienischen Jahresrekorde (bis dahin 40 bei den Frauen und 46 bei den Männern) auf mehr als das Doppelte. Angelas Rekord wurde bei Guinness eingereicht und sie erhielt das Zertifikat für den Guinness Weltrekord für die meisten in einem Jahr beendeten Marathons. Sie hätten auch einen Rekord als Ehepaar erhalten, hatten diesen aber nicht beantragt.

Auch, wenn die Nachnamen unterschiedlich sind (so ist das in Italien gesetzlich geregelt, weil die Frauen ihren Mädchennamen behalten), sind sie ein Ehepaar.

Beide wurden in Barletta (ITA) geboren. Michele (Jahrgang 1946) und Angela (Jahrgang 1961) heirateten im August 1991 und versuchen immer ihre Marathons gemeinsam zu laufen, es sei denn, es ist z.B. wegen Krankheit oder Verletzung nicht möglich. Auf der Strecke läuft jedoch jeder nach seiner eigenen Uhr.

Aber nicht nur, dass sie als Ehepaar dieselbe Leidenschaft für den Laufsport entwickelt haben, auch im Berufsleben hatten sie bis zum Ruhestand zusammen gearbeitet und betrieben eine medizinische Praxis für Orthopädie und Physiokinese Therapie.

Nach vielen Jahren mit etwas weniger Marathons/Ultras in der Statistik haben die beiden 2018 eine große Schippe draufgepackt und auf dem Weg zur Nr. 1.000 den oben gelisteten Meilenstein von 900 im Dezember erreicht. Dabei brachte Michele 124 und Angela 122 in die Jahresstatistik. Bei diesem rasanten Tempo könnte die Nr. 1.000 schon dieses Jahr erreicht werden.

Statistik zur Statistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene)

Jahr	Meldungen pro Jahr		
	Meldungen	Aktive Mitglieder	%
2010	144	218	66,1%
2011	138	234	59,0%
2012	158	237	66,7%
2013	153	236	64,8%
2014	161	241	66,8%
2015	185	265	69,8%
2016	201	278	72,3%
2017	205	292	70,2%
2018	211	297	71,0%

Jahresstatistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Rizzitelli	Michele	Barletta	ITA	116		78	46	124		1	31.12.2018
Gargano	Angela	Barletta	ITA	115		77	45	122		2	31.12.2018
Hottas	Christian	Hamburg	GER	1		74	35	109		3	31.12.2018
Kuhn	Sylke	Kassel	GER	422		98	8	106		4	31.12.2018
Kater	Werner	Fuhlen	GER	434		103	2	105		5	31.12.2018
Kiene	Michael	Northeim	GER	308		65	31	96		6	31.12.2018
Löher	Burkhard	Wedel	GER	409		62	27	89		7	31.12.2018
Mütze	Willem	Heerlen	NED	254		46	39	85		8	31.12.2018
Mintgen	Dietmar	Nickenich	GER	237		44	40	84		9	31.12.2018
Steckel	Manfred	Köln	GER	385		59	24	83		10	31.12.2018
Eberle	Dietrich	Seevetal	GER	103		51	27	78		11	31.12.2018
Biallas	Jürgen	Iserlohn	GER	148		14	59	73		12	31.12.2018
Feurich	Cornelia	Hamburg	GER	458		60	12	72		13	31.12.2018
de Vries	Bennie	Stadskanaal	NED	466		66	5	71		14	31.12.2018
Mol	Ben	Almere	NED	37		55	13	68		15	31.12.2018
Turzynski	Michael	Hannover	GER	10		46	22	68		15	31.12.2018
Junker	Gerd	Wallenhorst	GER	323		46	21	67		17	31.12.2018
Wallesch	René	Geesthacht	GER	12		56	10	66		18	31.12.2018
Schroeder	Christine	Hamburg	GER	257		46	18	64		19	31.12.2018
Hennecke	Hans-Joachim	Königslutter	GER	464		54	8	62		20	31.12.2018
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	GER	389		38	23	61		21	31.12.2018
Bogacz	Rico	Delmenhorst	GER	427		39	21	60		22	31.12.2018
Eichner	Sigrid	Berlin	GER	4	E	52	8	60		22	31.12.2018
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	GER	328		51	9	60		22	31.12.2018
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	GER	118		48	12	60		22	31.12.2018
Loeber	Ralf	Düsseldorf	GER	414		55	3	58		26	31.12.2018
Rosieka	Helmut	Bremen	GER	194		42	14	56		27	31.12.2018
Graubner	Rolf	Hamburg	GER	375		39	15	54		28	31.12.2018
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	GER	202		42	11	53		29	31.12.2018
Kortyka	Joachim	Speyer	GER	287		21	31	52		30	31.12.2018
Jungclaus	Frank	Wedemark	GER	413		33	18	51		31	31.12.2018
Spiekermann	Peter	Melle	GER	462		37	14	51		31	31.12.2018
Törber	Martin	Hamburg	GER	485	A	48	3	51	1)	31	31.12.2018
Bremer	Andreas	Witten	GER	468		49	1	50		34	31.12.2018
Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	GER	248		37	13	50		34	31.12.2018
Schmidt-Soltau	Peer	Viersen	GER	292		37	13	50		34	31.12.2018
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	GER	440		26	22	48		37	31.12.2018
Laig	Uwe	Lengerich	GER	432		31	17	48		37	31.12.2018
Neumann	Klaus	Stuttgart	GER	53		28	20	48		37	31.12.2018
Lietz	Ralf	Wildeshausen	GER	453		22	25	47		40	31.12.2018
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	GER	137		30	16	46		41	31.12.2018
Häsler	Olaf	Bremen	GER	398		28	16	44		42	31.12.2018
Schumacher	Gabi	Vechta	GER	445		18	26	44		42	31.12.2018
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	ITA	127		24	19	43		44	30.06.2018
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	GER	172		39	4	43		44	31.12.2018
Eisele	Gabriele	Rendsburg	GER	354		33	8	41		46	31.12.2018
Reuter	Jürgen	Lebach	GER	487	A	26	15	41	1)	46	31.12.2018
Kortyka	Sara	Speyer	GER	351		16	24	40		48	31.12.2018
Slaaf	Sjoerd	Groningen	NED	99		39	1	40		48	31.12.2018
Vajen	Heino	Osterh.-Scharm.	GER	446		30	10	40		48	31.12.2018
Walendy	Andreas	Balingen	GER	479		36	4	40	1)	48	31.12.2018
Isman	Dehen	Aachen	AUT	469		37	2	39		52	31.12.2018
Braun	Helmut	Bielefeld	GER	192		33	5	38		53	31.12.2018
Schulte	Thorsten	Quickborn	GER	431		18	19	37		54	31.12.2018
von Palombini	Jobst	Bückeburg	GER	29		36	1	37		54	31.12.2018
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	GER	288		32	4	36		56	31.12.2018
Fischer	Marc	Salzgitter	GER	355		35	1	36		56	31.12.2018
Haase	Falko	Hamburg	GER	342		26	10	36		56	31.12.2018
Ramthun	Martina	Hamburg	GER	369		21	15	36		56	31.12.2018
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	GER	372		31	5	36		56	31.12.2018
Britz	Werner	Aurich	GER	226		31	4	35		61	31.12.2018
Hunhold	Jens	Rathenow	GER	367		23	12	35		61	31.12.2018
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	SUI	260		33	2	35		61	31.12.2018
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	GER	171		33	2	35		61	31.12.2018
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	GER	390		31	4	35		61	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Kuhlmeiy Dr.	Jürgen	Oldenburg	GER	43		31	2	33		66	31.12.2018
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	GER	357		21	11	32		67	31.12.2018
Felser	Klaus	Bellheim	GER	463		29	3	32		67	31.12.2018
Weismann	Torsten	Breisach	GER	442		25	7	32		67	31.12.2018
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	GER	211		29	3	32		67	31.12.2018
Rohwedder	Cornelia	Berlin	GER	356		10	21	31		71	31.12.2018
Sembach	Markus	Kamen	GER	362		26	5	31		71	31.12.2018
Themm	Thorsten	Nortorf	GER	95		18	13	31		71	31.12.2018
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	GER	233		21	10	31		71	31.12.2018
Busse	Thomas	Bernterode	GER	481	A	30	0	30	1)	75	31.12.2018
Neumann	Bernd	Vellmar	GER	345		30	0	30		75	31.12.2018
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	GER	196		28	1	29		77	31.12.2018
Pflügler	Christian	Münster	GER	253		22	6	28		78	31.12.2018
Riedel	Andreas	Roßleben	GER	472		27	0	27		79	31.12.2018
Sporleder	Ole	Hamburg	GER	152		21	6	27		79	31.12.2018
Fender	Norbert	Rutesheim	GER	336		14	12	26		81	31.12.2018
Heyer	Günter	Kiel	GER	212		25	1	26		81	31.12.2018
Dolezych	Steve	Obernholz	GER	482	A	21	4	25	1)	83	31.12.2018
Heinig	Marcel	Berlin	GER	186		19	6	25		83	31.12.2018
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	GER	122		13	11	24		85	31.12.2018
Gerlach	Jörg	Bergkamen	GER	208		24	0	24		85	31.12.2018
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	GER	346		21	3	24		85	31.12.2018
Liegmann	Günter	Osnabrück	GER	319		12	12	24		85	31.12.2018
Rolfes	Maria	Lohne	GER	294		18	6	24		85	31.12.2018
Mantel	Klaus	Fellbach	GER	480	A	9	14	23	1)	90	31.12.2018
Heyer	Hermann	Winningen	GER	420		10	12	22		91	31.12.2018
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	GER	44		22	0	22		91	31.12.2018
Fender	Birgit	Rutesheim	GER	335		12	9	21		93	31.12.2018
Kühl	Sabine	Alveslohe	GER	471		20	1	21		93	31.12.2018
Stoll	Winfried	Offenburg	GER	437		18	3	21		93	31.12.2018
Berkmann	Thomas	Hannover	GER	478		12	8	20	1)	96	31.12.2018
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	GER	403		14	6	20		96	31.12.2018
Bultmann	Jürgen	Asendorf	GER	438		16	4	20		96	31.12.2018
Dickmann	Volker	Dinslaken	GER	344		1	19	20		96	20.07.2018
Hoffmann	Jens	Laasdorf	GER	456		11	9	20		96	31.12.2018
Jäger	Hans	Mannheim	GER	444		12	8	20		96	31.12.2018
Jaekel	Christoph	Hamburg	GER	467		19	1	20		96	31.12.2018
Porstner	Crispin	Bremen	GER	455		6	14	20		96	31.12.2018
Giese	Kay	Buxtehude	GER	318		5	14	19		104	31.12.2018
Punge	Wolfgang	Bünde	GER	343		16	3	19		104	31.12.2018
Würl	Hans	Rödinghausen	GER	320		16	3	19		104	31.12.2018
Böttjer	Winfried	Bremen	GER	358		15	3	18		107	31.12.2018
Koenig	Jörg	Stade	GER	222		3	15	18		107	31.12.2018
Scheper	Thorsten	Langförden	GER	410		15	3	18		107	31.12.2018
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	ITA	301		18	0	18		107	31.12.2018
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	GER	285		12	5	17		111	31.12.2018
Reich	Dieter	Ahnatal	GER	436		17	0	17		111	31.12.2018
Schmidt	Günter	Wermsdorf	GER	417		14	3	17		111	31.12.2018
Schwengler	Franz	Nürnberg	GER	74		17	0	17		111	31.12.2018
Berka	Frank	Hamburg	GER	168		11	5	16		115	31.12.2018
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	GER	451		15	1	16		115	31.12.2018
Franck	Arne	Kaltenkirchen	GER	175		15	1	16		115	31.12.2018
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	GER	17		14	2	16		115	31.12.2018
Winkler	Ingolf	Neuss	GER	309		12	4	16		115	31.12.2018
Ziegler	Sven	Ratingen	GER	433		8	8	16		115	31.12.2018
Haschen	Jürgen	Kassel	GER	331		10	5	15		121	31.12.2018
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	GER	332		11	4	15		121	31.12.2018
Klatt	Dirk	Montabaur	GER	290		12	3	15		121	31.12.2018
Klatt	Detlef	Leverkusen	GER	439		14	1	15		121	31.12.2018
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	GER	400		7	8	15		121	31.12.2018
Leffler	Mirko	Suhl	GER	338		7	8	15		121	31.12.2018
Orth	Peter	Vellmar	GER	426		15	0	15		121	31.12.2018
Sachse	Matthias	Berlin	GER	384		13	2	15		121	31.12.2018
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	GER	274		5	10	15		121	31.12.2018
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	GER	232		5	10	15		121	31.12.2018
Sweers	Ralf	Emden	GER	425		14	1	15		121	31.12.2018
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	GER	450		13	1	14		132	31.12.2018
Petersen	Harald	Kiel	GER	106		14	0	14		132	31.12.2018
Preine	Gerrit	Bomlitz	GER	383		9	5	14		132	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Eller	Thomas	Grafschaft	GER	304		2	11	13		135	30.06.2018
Kummer	Peter	Hamburg	GER	329		8	5	13		135	31.12.2018
Neumeister	Klaus	Gladenbach	GER	13		11	2	13		135	31.12.2018
Randt	Christoph	Mannheim	GER	139		11	2	13		135	31.12.2018
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	GER	264		3	9	12		139	31.12.2018
Felser	Kerstin	Germersheim	GER	441		9	3	12		139	31.12.2018
Froonhoff	Rob	Amersfoort	NED	119		11	1	12		139	31.12.2018
Gierse	Gerold	Wildeshausen	GER	79		9	3	12		139	31.12.2018
Heeger	Peter	Rheine	GER	473		12	0	12		139	31.12.2018
Hoffmann	Frank	Horneburg	GER	371		10	2	12		139	31.12.2018
Köhn	Erika	Tangstedt	GER	272		10	2	12		139	31.12.2018
Möhle	Marion	Darmstadt	GER	282		9	3	12		139	31.12.2018
Risch	Joachim	Köln	GER	360		5	7	12		139	31.12.2018
Roch	Karl	Oberhausen	GER	470		6	6	12		139	31.12.2018
Schmitz	Siegfried	Kiel	GER	57		12	0	12		139	31.12.2018
Storz	Armin	Lichtenwald	GER	421		5	7	12		139	31.12.2018
Szarvas	Markus	Sonsbeck	GER	424		11	1	12		139	31.12.2018
Weber	Michael	Stuttgart	GER	87	E	6	6	12		139	31.12.2018
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	GER	454		11	0	11		153	31.12.2018
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	GER	419		7	4	11		153	31.12.2018
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	GER	443		10	1	11		153	31.12.2018
Schlosser	Jens	Bennewitz	GER	430		10	1	11		153	31.12.2018
Schremmer	Gerd	Plauen	GER	363		8	3	11		153	31.12.2018
Schulz	Jürgen	Weimar	GER	256		7	4	11		153	31.12.2018
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	GER	395		9	1	10		159	31.12.2018
Elster	Dieter Max	Buchum	GER	476		10	0	10	1)	159	31.12.2018
Höper	Hanno	Lensahn	GER	387		6	4	10		159	31.12.2018
Koll	Helmut	Bonn	GER	460		10	0	10		159	02.12.2018
Krauss	Roland	Kammerstein	GER	408		3	7	10		159	31.12.2018
Pandian	Sivabalan	Mumbai	IND	457		10	0	10		159	25.02.2018
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	GER	293		8	2	10		159	31.12.2018
Schacht	Torsten	Norderstedt	GER	162		10	0	10		159	31.12.2018
Zeller	Gunther	Stuttgart	GER	484	A	5	5	10	1)	159	31.12.2018
Clausen	Jürgen	Nübel	GER	374		5	4	9		168	31.12.2018
Heilers	Florian	Düsseldorf	GER	373		7	2	9		168	31.12.2018
Hirschberger	Torsten	Hannover	GER	125		5	4	9		168	31.12.2018
Pitz	Markus	Bad Driburg	GER	406		8	1	9		168	31.12.2018
Pöttger	Robert	Remshalden	GER	392		2	7	9		168	31.12.2018
Schläger	Lars	Bielefeld	GER	388		6	3	9		168	31.12.2018
Kellermann	Peter	Wentorf	GER	271		5	3	8		174	31.12.2018
Spieker	Johann	Laar	GER	135		7	1	8		174	31.12.2018
Eberle	Gunla	Seevetal	GER	179		2	5	7		176	31.12.2018
Gruhn	Frank	Salzgitter	GER	376		6	1	7		176	31.12.2018
Loger	Gerhard	Oldenburg	GER	378		7	0	7		176	31.12.2018
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	GER	412		7	0	7		176	31.12.2018
Schwien	Reinhard	Wesseln	GER	460		7	0	7		176	31.12.2018
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	GER	411		6	0	6		181	31.12.2018
Möck	Wolfgang	Linkenheim	GER	207		6	0	6		181	31.12.2018
Retzlaff	Harald	Bochum	GER	341		5	1	6		181	31.12.2018
Rohwedder	Karl	Braunschweig	GER	334		4	2	6		181	31.12.2018
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	GER	393		4	2	6		181	31.12.2018
Graebel	Gunther	Duisburg	GER	448		5	0	5		186	31.12.2018
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	GER	258	A	2	3	5		186	07.10.2018
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	GER	224		5	0	5		186	31.12.2018
Pielke	Thomas	Kummerfeld	GER	361		5	0	5		186	31.12.2018
Pünjer	Peter	Buxtehude	GER	475		5	0	5	1)	186	31.12.2018
Traeder	Martin	Hamburg	GER	307		4	1	5		186	31.12.2018
Albrecht	Dieter	Gerlingen	GER	377		3	1	4		192	31.12.2018
Bendin	Davor	Kiel	GER	151		0	4	4		192	23.07.2018
Boenigk	Luzie	Berlin	GER	429		4	0	4		192	31.12.2018
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	GER	386		3	1	4		192	31.12.2018
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	GER	160		4	0	4		192	31.12.2018
Nolte	Dirk	Schwerte	GER	449		4	0	4		192	31.12.2018
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	GER	291		1	3	4		192	31.12.2018
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	GER	314		3	0	3		199	31.12.2018
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	GER	399		3	0	3		199	31.12.2018
Dreiser	Timo	Dinteshheim	GER	415		2	1	3		199	30.06.2018
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	GER	217		2	1	3		199	31.12.2018
Peñalba	Rafael	Buttenheim	GER	279		3	0	3		199	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	A	Marath.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Pufahl	Rainer	Müssen	GER	273		3	0	3		199	31.12.2018
Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	GER	465		2	1	3		199	31.12.2018
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	GER	349		3	0	3		199	30.06.2018
Vollmer	Ralf	Buxtehude	GER	255		2	1	3		199	31.12.2018
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	GER	216		2	0	2		208	31.12.2018
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	GER	452		2	0	2		208	31.12.2018
Henke	Peter	Münsterdorf	GER	365		2	0	2		208	31.12.2018
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	GER	366		2	0	2		208	31.12.2018
Lehner	Martin	Bayreuth	GER	435		2	0	2		208	31.12.2018
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	GER	381		2	0	2		208	31.12.2018
Rohde	Klaus	Jena	GER	33		2	0	2		208	31.12.2018
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	GER	337		0	1	1		215	31.12.2018
Labs	Michael	Berlin	GER	322		1	0	1		215	31.12.2018
Larimo	Tapani	Seinäjäki	FIN	120		1	0	1		215	31.12.2018
Reich	Daniel	Romanshorn	SUI	315	A	1	0	1		215	31.12.2018
Werz	Renate	Offenburg	GER	203		1	0	1		215	31.12.2018
						4.262	1.549	5.811			
Summe:						M	U	M + U			31.12.2018

Gesamtstatistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1		2297	446	2.743		1	31.12.2018
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	E	1320	825	2.145		2	31.12.2018
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254		665	996	1.661		3	31.12.2018
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	E/I	1188	430	1.618		4	30.06.2018
Wallesch	René	Geesthacht	1972	GER	12		1027	284	1.311		5	31.12.2018
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42		1156	155	1.311		5	31.12.2018
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103		887	272	1.159		7	31.12.2018
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	1953	ITA	127		803	288	1.091		8	30.06.2018
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53		510	564	1.074		9	31.12.2018
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118		825	181	1.006		10	31.12.2018
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99		863	138	1.001		11	31.12.2018
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115		628	285	913		12	31.12.2018
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116		642	260	902		13	31.12.2018
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257		670	169	839		14	31.12.2018
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137		515	275	790		15	31.12.2018
Mol	Ben	Almere	1949	NED	37		587	200	787		16	31.12.2018
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148		300	479	779		17	31.12.2018
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202		461	313	774		18	31.12.2018
Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458		552	204	756		19	31.12.2018
von Palombini	Jobst	Bückebug	1969	GER	29		549	207	756		19	31.12.2018
Scheffer	Ineke	Leens	1958	NED	303	I	546	185	731		21	30.06.2018
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194		522	189	711		22	31.12.2018
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308		492	212	704		23	31.12.2018
Honing	Gijs	Blokker	1945	NED	128		461	209	670		24	31.12.2017
Koenig	Jörg	Stade	1949	GER	222		277	389	666		25	31.12.2018
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43		521	108	629		26	31.12.2018
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172		566	52	618		27	31.12.2018
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237		336	280	616		28	31.12.2018
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323		495	110	605		29	31.12.2018
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122		315	277	592		30	31.12.2018
Frühau	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328		402	158	560		31	31.12.2018
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44		449	111	560		31	31.12.2018
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135		449	108	557		33	31.12.2018
Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	P	364	185	549		34	31.12.1999
Weitkämper	Wolfgang	Edewecht	1960	GER	211		474	73	547		35	31.12.2018
Schmidt-Soltau	Peer	Viersen	1981	GER	292		350	192	542		36	31.12.2018
Christensen	Claus Ø	Rudkobing	1960	DEN	316		510	24	534		37	31.12.2017
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241		324	205	529		38	31.12.2017
Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95		261	263	524		39	31.12.2018
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17		471	32	503		40	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Dolphin	Bob	Renton	1929	USA	104		458	44	502		41	31.12.2014
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10		386	102	488		42	31.12.2018
Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192		457	27	484		43	31.12.2018
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233		309	157	466		44	31.12.2018
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152		387	75	462		45	31.12.2018
Rohwedder	Karl	Braunschweig	1955	GER	334		208	236	444		46	31.12.2018
Petersen	Harald	Kiel	1943	GER	106		361	77	438		47	31.12.2018
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466		362	70	432		48	31.12.2018
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287		241	183	424		49	31.12.2018
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196		358	65	423		50	31.12.2018
Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	1970	GER	248		319	102	421		51	31.12.2018
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139		370	51	421		51	31.12.2018
Barthelmann	Joachim	Koblenz	1949	GER	191		233	183	416		53	31.12.2018
Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100	I	383	33	416		53	31.12.2016
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171		392	23	415		55	31.12.2018
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208		282	128	410		56	31.12.2018
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212		361	48	409		57	31.12.2018
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57		312	94	406		58	31.12.2018
Jost	Karl-Heinz	Kiel	1937	GER	48		244	156	400		59	1937-2016
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119		306	83	389		60	31.12.2018
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217		249	130	379		61	31.12.2018
Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186		198	179	377		62	31.12.2018
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440		233	140	373		63	31.12.2018
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434		359	10	369		64	31.12.2018
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288		325	42	367		65	31.12.2018
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294		293	70	363		66	31.12.2018
Gino	Paolo	Novara	1961	ITA	380		319	35	354		67	31.12.2017
Kleinekoort	Hans	Soest	1939	NED	[327]		297	54	351		68	1939-2018
Seemann Dr.	Tammo	Oldenburg	1971	GER	349		319	31	350		69	30.06.2018
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255		263	85	348		70	31.12.2018
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269		319	26	345		71	31.12.2017
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	E	311	32	343		72	31.12.2018
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422		302	38	340		73	31.12.2018
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320		218	122	340		73	31.12.2018
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432		227	112	339		75	31.12.2018
Sonntag	Werner	Ostfildern	1926	GER	3	E/I	190	149	339		75	31.12.2010
Szlachetka	Barbara	Hamburg	1956	POL	28	E	279	57	336		77	1956-2005
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398		251	84	335		78	31.12.2018
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232		145	188	333		79	31.12.2018
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168		224	107	331		80	31.12.2018
Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468		328	3	331		80	31.12.2018
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285		245	83	328		82	31.12.2018
Werz	Renate	Offenburg	1947	GER	203		304	24	328		82	31.12.2018
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223	I	314	11	325		84	31.12.2017
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301		304	20	324		85	31.12.2018
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179		248	71	319		86	31.12.2018
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389		261	56	317		87	31.12.2018
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375		244	73	317		87	31.12.2018
Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32	I	215	102	317		87	31.12.2017
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356		138	176	314		90	31.12.2018
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409		243	68	311		91	31.12.2018
Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273		270	41	311		91	31.12.2018
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13		269	41	310		93	31.12.2018
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226		262	47	309		94	31.12.2018
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319		181	128	309		94	31.12.2018
Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114	I	287	19	306		96	31.12.2015
Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74		301	0	301		97	31.12.2018
Weidemann	Friedhelm	Sassenb.-Stüde	1959	GER	16		264	37	301		97	31.12.2018
Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9		260	39	299		99	30.06.2014
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355		263	32	295		100	31.12.2018
Gehrke	Lothar	Hamburg	1939	GER	85	E	266	29	295		100	1939-2010
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385		241	48	289		102	31.12.2018
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346		252	36	288		103	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79		191	92	283		104	31.12.2018
Neuhaus	Joachim	Hamburg	1959	GER	321		251	31	282		105	1959-2016
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276		138	143	281		106	31.12.2017
Pflügler	Christian	Münster	1967	GER	253		181	99	280		107	31.12.2018
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175		270	4	274		108	31.12.2018
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351		157	116	273		109	31.12.2018
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342		247	25	272		110	31.12.2018
Wolf	Dieter	Röpersdorf	1939	GER	15	P	249	23	272		110	31.12.2013
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260		235	36	271		112	31.12.2018
Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296		270	0	270		113	30.06.2017
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272		241	23	264		114	31.12.2018
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274		108	154	262		115	31.12.2018
Sesterheim	Bernhard	Trier	1945	GER	121		174	87	261		116	31.12.2009
Eller	Thomas	Grafschaft	1961	GER	304		62	197	259		117	30.06.2018
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345		253	5	258		118	31.12.2018
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369		157	101	258		118	31.12.2018
Nielsen	Michael	Broby	1970	DEN	311		214	43	257		120	07.07.2012
Schiebel	Thomas	Dresden	1954	GER	84		210	47	257		120	1954-2006
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264		125	131	256		122	31.12.2018
Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55		105	150	255		123	31.08.2014
Schlüter	Gabriel	Hatzenbühl	1949	GER	220		104	149	253		124	1949-2016
Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307		201	52	253		124	31.12.2018
Behrmann	Heinz	Kiel	1952	GER	158	I	216	36	252		126	30.06.2014
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244		233	18	251		127	30.06.2017
Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270		177	74	251		127	31.12.2011
Rüdiger	Otmar	Neuwied	1943	GER	89		154	97	251		127	31.12.2015
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372		228	22	250		130	31.12.2018
Serafin	Reinhold	Gießen	1934	GER	56		172	76	248		131	1934-2015
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367		202	44	246		132	31.12.2018
Schwarz	Konrad	Barmstedt	1956	GER	62		188	57	245		133	31.12.2009
Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325		197	43	240		134	31.12.2017
Kießling	Achim	München	1939	GER	65		224	16	240		134	31.12.2006
Frenken	Han	Stein	1962	NED	93		144	94	238		136	31.12.2012
Schläger	Lars	Bielefeld	1984	GER	388		113	120	233		137	31.12.2018
Hoffmann	Frank	Hornburg	1964	GER	371		221	11	232		138	31.12.2018
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290		172	55	227		139	31.12.2018
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329		190	37	227		139	31.12.2018
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282		174	52	226		141	31.12.2018
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358		153	72	225		142	31.12.2018
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256		160	65	225		142	31.12.2018
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390		188	35	223		144	31.12.2018
Vajen	Heino	Osterh.-Scharmb.	1963	GER	446		194	27	221		145	31.12.2018
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332		180	40	220		146	31.12.2018
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427		142	77	219		147	31.12.2018
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271		185	34	219		147	31.12.2018
Tauber	Lothar	Zwickau	1935	GER	68		196	20	216		149	1935-2018
Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33		182	32	214		150	31.12.2018
Littwin	Rüdiger	Dorsten	1953	GER	306		144	68	212		151	31.12.2016
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157		145	66	211		152	31.12.2017
Loeber	Ralf	Düsseldorf	1977	GER	414		199	9	208		153	31.12.2018
Fehling	Christian	Marschacht	1971	GER	340		178	29	207		154	31.12.2016
Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281		161	46	207		154	31.12.2018
Bellwart	Günter	Sassenb.-Stüde	1941	GER	142	I	199	5	204		156	31.12.2017
Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178		199	5	204		156	31.12.2013
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338		103	100	203		158	31.12.2018
Dickmann	Volker	Dinslaken	1966	GER	344		72	130	202		159	20.07.2018
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396		155	46	201		160	31.12.2017
Schneider	Sabine	Hachenburg	1963	GER	201	P	188	13	201		160	31.12.2010
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336		92	107	199		162	31.12.2018
Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354		151	47	198		163	31.12.2018
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331		157	38	195		164	31.12.2018
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357		131	63	194		165	31.12.2018
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335		94	99	193		166	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225		151	41	192		167	31.12.2018
Jung	Helmut	Kaltenkirchen	1935	GER	174		190	2	192		167	1935-2007
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207		146	44	190		169	31.12.2018
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125		120	69	189		170	31.12.2018
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343		153	36	189		170	31.12.2018
Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7		175	13	188		172	31.12.2007
Westphal	Hans-	Berlin	1957	GER	393		154	33	187		173	31.12.2018
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413		113	72	185		174	31.12.2018
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160		162	22	184		175	31.12.2018
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403		136	47	183		176	31.12.2018
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408		110	73	183		176	31.12.2018
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436		182	0	182		178	31.12.2018
Schulte	Thorsten	Quickborn	1992	GER	431		118	64	182		178	31.12.2018
Kohl	Heinz-Helmuth	Drochtersen-Assel	1947	GER	268		127	54	181		180	30.06.2016
Wolfgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339		167	14	181		180	31.12.2017
Reh	Hubertus	Bad Krozingen	1935	GER	18		160	19	179		182	31.12.2011
Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457		178	0	178		183	25.02.2018
Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11		137	39	176		184	31.12.2015
Peñalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279		135	41	176		184	31.12.2018
Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185		150	25	175		186	31.12.2015
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362		135	39	174		187	31.12.2018
Willems	André	Troisdorf	1967	GER	108		148	26	174		187	31.12.2010
Steinberg	Antonius	Lennestadt	1947	GER	24	P	165	8	173		189	31.12.2014
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426		154	17	171		190	31.12.2018
Datzmann	Helmut	Roth	1946	GER	198	I	111	57	168		191	30.06.2018
Descombes	Michel	Ebsdorfergrund	1941	GER	275		168	0	168		192	31.12.2009
Hummel	Helmut	Waldkirch	1942	GER	97		153	15	168		192	31.12.2007
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216		141	26	167		194	31.12.2018
Heyer	Hermann	Winningen	1960	GER	420		103	64	167		194	31.12.2018
Schmidtkonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291		115	52	167		194	31.12.2018
Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58		123	43	166		197	31.12.2014
Gaemlich	Bernd	Düsseldorf	1959	GER	64		158	6	164		198	31.12.2013
Chittka, Dr.	Jörg	Ratingen	1964	GER	451		160	1	161		199	31.12.2018
Gaudi	Manfred	Bergen	1960	GER	277		147	13	160		200	31.12.2017
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373		124	36	160		200	31.12.2018
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366		152	8	160		200	31.12.2018
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384		147	13	160		200	31.12.2018
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360		76	83	159		204	31.12.2018
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445		76	81	157		205	31.12.2018
Larimo	Tapani	Seinäjoki	1950	FIN	120		155	0	155		206	31.12.2018
Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230		141	12	153		207	30.06.2015
Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238		152	0	152		208	12.08.2014
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	1975	GER	400		80	70	150		209	31.12.2018
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363		120	30	150		209	31.12.2018
Waßmer	Alfred	Aßlar / Werdorf	1959	GER	163	I	104	45	149		211	31.12.2014
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453		77	70	147		212	31.12.2018
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433		95	52	147		212	31.12.2018
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392		60	86	146		214	31.12.2018
Schmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417		135	11	146		214	31.12.2018
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	1967	GER	386		101	44	145		216	31.12.2018
Liszewitz	Dagmar	Köln	1962	GER	210		61	83	144		217	1962-2017
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293		105	38	143		218	31.12.2018
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410		110	33	143		218	31.12.2018
Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92		80	62	142		220	31.12.2003
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162		130	12	142		220	31.12.2018
Halder	Roland	Köln	1970	GER	302		60	81	141		222	30.06.2012
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378		106	35	141		222	31.12.2018
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374		94	46	140		224	31.12.2018
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424		110	30	140		224	31.12.2018
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442		109	31	140		224	31.12.2018
Wendefeuer	Heiko	Schönebeck	1982	GER	278		119	21	140		224	31.12.2017
Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318		76	63	139		228	31.12.2018
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383		120	19	139		228	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395		102	36	138		230	31.12.2018
Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376		90	47	137		231	31.12.2018
Scheer	Oliver	Hamburg	1967	GER	165		87	50	137		231	31.12.2016
Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134		102	34	136		233	31.12.2007
Albrecht	Dieter	Gerlingen	1941	GER	377		45	90	135		234	31.12.2018
Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195		90	45	135		234	31.12.2009
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361		130	5	135		234	31.12.2018
Witting Dr.	Alfred	Wuppertal	1956	GER	229		82	53	135		234	30.06.2010
Danielsen	Finn	Hong	1954	DEN	447		133	1	134		238	11.10.2017
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437		109	25	134		238	31.12.2018
Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51		102	32	134		238	31.12.2007
Haßlinger	Johannes	Marklohe	1978	GER	364		104	29	133		241	30.06.2014
Liedtke	Otto	Gifhorn	1960	GER	176		108	25	133		241	1960-2012
Hennecke	Hans-Joachim	Königsutter	1971	GER	464		109	23	132		243	31.12.2018
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438		77	54	131		244	31.12.2018
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397		130	1	131		244	31.12.2017
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387		86	44	130		246	31.12.2018
Korölus	Markus	Freiburg	1993	GER	324		107	23	130		246	31.12.2014
Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246		116	14	130		246	31.12.2009
Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49	I	42	87	129		249	30.06.2014
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425		116	12	128		250	31.12.2018
Albrecht	Bernd	Schwalmstadt	1940	GER	284		69	58	127		251	30.06.2010
Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341		74	53	127		251	31.12.2018
Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159		121	6	127		251	31.12.2005
Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101		104	22	126		254	30.06.2016
Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283		101	25	126		254	29.03.2016
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441		101	23	124		256	31.12.2018
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419		94	30	124		256	31.12.2018
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224		99	24	123		258	31.12.2018
Labs	Michael	Berlin	1961	GER	322		92	31	123		258	31.12.2018
Schöll	Martin	Augsburg	1972	GER	370		120	3	123		258	31.12.2017
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	1948	GER	412		94	28	122		261	31.12.2018
Spiekermann	Peter	Melle	1954	GER	462		96	26	122		261	31.12.2018
Reuter	Reinhard	Neustadt	1962	GER	407		116	5	121		263	31.12.2017
Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487		85	36	121	1)	263	31.12.2018
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456		55	65	120		265	31.12.2018
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439		110	10	120		265	31.12.2018
Mohr	Johannes	Mörfelden	1934	GER	126		82	38	120		265	1934-2018
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151		51	68	119		268	23.07.2018
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411		119	0	119		268	31.12.2018
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314		117	0	117		270	31.12.2018
Henke	Peter	Münsterdorf	1963	GER	365		98	19	117		270	31.12.2018
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443		116	1	117		270	31.12.2018
Dreiser	Timo	Dintesheim	1966	GER	415		95	21	116		273	31.12.2018
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444		78	38	116		273	31.12.2018
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337		86	30	116		273	31.12.2018
Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295		114	2	116		273	31.12.2017
Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250	I	108	8	116		273	30.06.2018
Szlachta	Richie	Witten	1952	GER	347		116	0	116		273	05.07.2014
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309		100	16	116		273	31.12.2018
Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429		81	33	114		280	31.12.2018
Isman	Dehen	Aachen	1967	AUT	469		109	5	114		280	31.12.2018
Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219		102	12	114		280	31.12.2007
Brandl	Johannes	Berlin	1981	GER	352		88	25	113		283	30.06.2014
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450		109	4	113		283	31.12.2018
Richter	Andreas	Bonn	1970	GER	379	P	62	51	113		283	30.06.2018
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430		110	3	113		283	31.12.2018
Schwien	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460		104	9	113		283	31.12.2018
Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463		96	16	112		288	31.12.2018
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454		111	1	112		288	31.12.2018
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421		69	43	112		288	31.12.2018
Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259		100	11	111		291	31.12.2009
Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467		101	10	111		291	31.12.2018

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	A	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406		98	13	111		291	31.12.2018
Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147		110	0	110		294	31.12.2007
Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435		102	6	108		295	31.12.2018
Nolte	Dirk	Schwerte	1982	GER	449		87	20	107		296	31.12.2018
Frey	Jürgen	Otterndorf	1971	GER	394		83	23	106		297	16.05.2015
Koch	Steven	Meiningen	1979	GER	140		79	27	106		297	30.06.2014
Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471		103	3	106		297	31.12.2018
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	1944	GER	381		91	15	106		297	31.12.2018
Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472		91	15	106		297	31.12.2018
Schulte	Uli	Schwanewede	1955	GER	111	I	71	35	106		297	30.06.2015
Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448		105	0	105		303	31.12.2018
Grimpe-Luh-	Niels	Klein Lützel	1966	GER	218		82	23	105		303	31.12.2010
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473		105	0	105		303	31.12.2018
Kotman	Gerhard	Schüttorf	1956	GER	311	I	80	25	105		303	30.06.2014
Stein	Elmar	Weimar-Wolfsh.	1950	GER	262		103	2	105		303	31.12.2013
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399		104	0	104		308	31.12.2018
Lange Dr.	Hans-Jürgen	Rellingen	1950	GER	251	P	104	0	104		308	31.12.2016
Pünjer	Peter	Buxtehude	1948	GER	475		101	3	104	1)	308	31.12.2018
Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	1945	GER	465		67	37	104		308	31.12.2018
Gassner	Uli	Weiler-Simmerb.	1957	GER	452		85	18	103		312	31.12.2018
Scherer	Rainer	München	1943	GER	298	I	103	0	103		312	30.06.2014
Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359		69	33	102		314	27.04.2014
Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470		61	41	102		314	31.12.2018
Elster	Dieter Max	Bochum	1956	GER	476		101	0	101	1)	316	31.12.2018
Müller	Gerd	Havelberg	1948	GER	402	I	76	25	101		316	31.12.2017
Theuerkorn	Thomas	Bielefeld	1961	GER	423		95	6	101		316	30.06.2018
Berkmann	Thomas	Hannover	1968	GER	478		71	29	100	1)	319	31.12.2018
Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96	I	70	30	100		319	30.06.2014
Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	1955	GER	404	I	92	8	100		319	31.12.2016
Koll	Helmut	Bonn	1955	GER	460		95	5	100		319	02.12.2018
Porstner	Crispin	Bremen	1987	GER	455		57	43	100		319	31.12.2018
Seeliger	Wolfgang	Brandenburg	1959	GER	382		69	31	100		319	1959 -
Stahlberg	Kirsten	Hamburg	1971	GER	416		86	14	100		319	24.04.2016
Thomé	Niko	Koblenz	1966	GER	348		100	0	100		319	26.10.2013
Walendy	Andreas	Balingen	1982	GER	479		93	7	100	1)	319	31.12.2018
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482	A	78	19	97	1)	328	31.12.2018
Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481	A	95	0	95	1)	329	31.12.2018
Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484	A	53	41	94	1)	330	31.12.2018
Törber	Martin	Hamburg	1975	GER	485	A	90	3	93	1)	331	31.12.2018
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258	A	71	15	86		332	07.10.2018
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480	A	31	55	86	1)	322	31.12.2018
Liebethuth	Horst	Uetze	1964	GER	353	A	56	3	59		334	30.06.2014
Lichtsinn	Rainer	Montgomery	1971	USA	305	A	52	6	58		335	31.12.2013
Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	A	53	3	56		336	31.12.2007
Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	A	56	0	56		336	30.06.2017
Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	A	44	6	50		338	31.12.2009
Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	A	17	26	43		339	31.12.2008
Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	A	41	1	42		340	31.12.2013
Jäger	Nicole	Herne	1970	GER	205	A	39	2	41		341	30.06.2013
Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	A	39	0	39		342	31.12.2018
Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	A	13	26	39		342	31.12.2009
Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	A	30	0	30		344	30.06.2007
Bauer	Henrik	Bredenbek	1968	GER	239	A	25	1	26		345	31.12.2012
							72223	23630	95853			
Summe über alle Läufe:							M	U	M+U	31.12.2018		

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

1) Listen liegen vor, aber Mitglied erst nach dem 31.12.2018

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	451	3:04	3:06	3:07	3:08	3:10	15:38:52	3:07	2:43
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438	3:25	3:25	3:27	3:27	3:29	17:16:05	3:27	2:56
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116	4:23	4:24	4:29	4:40	4:43	22:41:06	4:32	2:56
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444	3:12	3:16	3:18	3:20	3:22	16:30:21	3:18	2:59
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139	3:39	3:47	3:48	3:49	3:50	18:55:46	3:47	3:00
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473	3:34	3:36	3:37	3:37	3:38	18:04:48	3:36	3:04
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135	4:35	4:40	4:40	4:45	4:50	23:33:20	4:42	3:05
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385	3:45	3:50	3:50	3:53	3:56	19:15:32	3:51	3:05
Vajen	Heino	Osterholz-Scharm-	1963	GER	446	3:25	3:28	3:36	3:40	3:42	17:53:16	3:34	3:05
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329	3:55	3:56	4:00	4:01	4:08	20:03:15	4:00	3:09
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374	3:25	3:26	3:40	3:44	4:12	18:29:21	3:41	3:10
Kuhn	Sylke	Kassel	1971	GER	422	3:21	3:22	3:26	3:29	3:31	17:12:04	3:26	3:10
Jaekel	Christop	Hamburg	1973	GER	467	3:18	3:19	3:24	3:25	3:25	16:53:16	3:22	3:11
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336	3:38	3:41	3:47	3:49	4:16	19:12:47	3:50	3:12
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426	4:31	4:33	4:33	4:34	4:35	22:47:46	4:33	3:12
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443	3:33	3:45	3:46	3:48	3:51	18:44:11	3:44	3:12
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172	3:29	3:37	3:40	3:43	3:45	18:15:35	3:39	3:12
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	5:22	5:28	5:31	5:32	6:01	27:55:01	5:35	3:13
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411	3:39	3:52	3:56	4:03	4:06	19:37:23	3:55	3:14
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346	3:45	3:53	3:58	4:01	4:01	19:39:38	3:55	3:14
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331	3:31	3:40	3:54	3:55	3:56	18:59:19	3:47	3:15
Bogacz	Rico	Delmenhorst	1987	GER	427	3:11	3:13	3:16	3:19	3:19	16:20:17	3:16	3:16
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308	3:26	3:30	3:35	3:37	3:38	17:47:54	3:33	3:18
Spiekermann	Peter	Melle	1954	GER	462	4:01	4:10	4:11	4:12	4:12	20:48:55	4:09	3:18
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450	4:08	4:11	4:17	4:21	4:28	21:26:56	4:17	3:18
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53	4:04	4:17	4:18	4:19	4:24	21:24:22	4:16	3:20
Henneke	Hans-Joachim	Königslutter	1971	GER	464	3:25	3:30	3:38	3:40	3:47	18:00:54	3:36	3:20
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466	3:38	3:48	3:50	3:51	3:51	19:00:05	3:48	3:20
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43	4:56	4:57	5:24	5:24	5:26	26:08:10	5:13	3:21
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409	3:54	3:59	4:04	4:06	4:06	20:11:07	4:02	3:21
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309	3:24	3:29	3:38	3:42	3:45	18:01:28	3:36	3:22
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436	4:42	4:47	4:55	4:56	4:59	24:21:31	4:52	3:22
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwiefal-	1948	GER	412	4:18	4:21	4:36	4:37	4:41	22:35:14	4:31	3:22
Schwie	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460	3:52	3:53	3:58	4:00	4:10	19:55:14	3:59	3:23
von Palombini	Jobst	Bückebug	1969	GER	29	3:32	3:38	3:42	3:49	3:55	18:38:09	3:43	3:23
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99	4:18	4:18	4:23	4:28	4:29	21:58:56	4:23	3:25
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387	3:53	4:05	4:06	4:08	4:09	20:22:48	4:04	3:25
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13	3:46	3:57	4:09	4:21	4:22	20:38:17	4:07	3:26
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421	3:27	3:31	3:40	4:32	5:14	20:27:54	4:05	3:26
Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468	4:04	4:09	4:17	4:22	4:23	21:17:49	4:15	3:27
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152	3:28	3:49	3:51	3:53	3:54	18:57:40	3:47	3:27
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384	3:51	3:58	3:59	3:59	4:01	19:50:57	3:58	3:27
Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472	3:28	3:35	3:36	3:36	3:37	17:56:55	3:35	3:28
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357	4:10	4:38	4:39	4:41	4:45	22:56:02	4:35	3:28
Franck	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175	3:46	3:58	4:05	4:11	4:12	20:14:33	4:02	3:28
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437	3:50	3:53	3:56	4:01	4:08	19:52:55	3:58	3:28
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363	4:27	4:27	4:33	4:43	4:45	22:59:55	4:35	3:29
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207	4:21	4:26	4:37	4:39	4:42	22:47:15	4:33	3:30
Loeber	Ralf	Düsseldorf	1977	GER	414	3:28	3:29	3:39	3:41	3:44	18:03:10	3:36	3:30
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383	3:57	3:58	4:03	4:15	4:15	20:30:42	4:06	3:30
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301	4:04	4:09	4:13	4:14	4:16	20:58:51	4:11	3:31
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342	3:37	3:54	3:57	3:58	3:58	19:26:23	3:53	3:32
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369	3:57	4:00	4:15	4:18	4:23	20:56:10	4:11	3:32
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395	4:11	4:12	4:12	4:18	4:22	21:17:42	4:15	3:33
Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470	3:41	4:08	4:10	4:14	4:28	20:43:39	4:08	3:35
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361	3:55	3:55	3:56	4:01	4:59	20:48:38	4:09	3:36
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410	3:55	4:00	4:11	4:12	4:13	20:33:15	4:06	3:37
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375	4:17	4:23	4:34	4:38	4:40	22:35:05	4:31	3:37
Heitfeld	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440	4:12	4:20	4:32	4:33	4:33	22:12:06	4:26	3:38
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288	4:21	4:24	4:24	4:25	4:26	22:02:31	4:24	3:38
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294	4:27	4:29	4:35	4:44	4:45	23:02:25	4:36	3:39
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453	4:10	4:13	4:20	4:24	4:26	21:36:18	4:19	3:40
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285	4:34	5:00	5:04	5:05	5:06	24:49:44	4:57	3:40
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355	3:30	3:56	3:58	4:02	4:06	19:34:13	3:54	3:41
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367	3:51	4:02	4:08	4:10	4:13	20:27:43	4:05	3:41
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430	4:31	4:31	4:31	4:34	4:35	22:44:35	4:32	3:42
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432	4:23	4:25	4:33	4:36	4:40	22:39:41	4:31	3:42
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290	4:13	4:25	4:31	4:33	4:33	22:17:25	4:27	3:43

Name	Vorname	Ort	Nat.	Jahrg.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419	4:07	4:11	4:14	4:16	4:21	21:10:52	4:14	3:45
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390	3:54	4:04	4:04	4:08	4:09	20:20:46	4:04	3:46
Rosieka	Helmut	Bremen	1948	GER	194	4:46	5:00	5:07	5:08	5:10	25:13:46	5:02	3:46
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319	4:27	4:34	4:39	4:48	4:54	23:23:59	4:40	3:47
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287	4:12	4:27	4:55	4:56	5:07	23:40:02	4:44	3:48
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233	4:40	4:42	4:46	4:48	4:57	23:55:01	4:47	3:48
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232	4:35	4:52	5:00	5:00	5:10	24:39:13	4:55	3:50
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260	4:26	4:42	4:48	4:49	4:55	23:44:55	4:44	3:51
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119	4:12	4:12	4:23	4:25	4:26	21:40:50	4:20	3:51
Ulmschneider	Klaus-Peter	Esslingen	1962	GER	202	4:26	4:28	4:30	4:31	4:32	22:30:04	4:30	3:51
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360	4:07	4:48	4:56	4:59	5:11	24:02:30	4:48	3:51
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372	4:20	4:21	4:22	4:25	4:27	21:56:40	4:23	3:51
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10	4:09	4:11	4:16	4:21	4:24	21:23:23	4:16	3:52
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425	4:17	4:30	4:30	4:31	4:33	22:24:54	4:28	3:52
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125	4:10	4:20	4:30	4:36	4:38	22:17:17	4:27	3:53
Schmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417	4:54	4:59	5:00	5:02	5:06	25:02:58	5:00	3:54
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272	4:51	5:04	5:10	5:19	5:20	25:45:27	5:09	3:54
Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376	3:58	4:28	4:30	4:34	4:41	22:13:25	4:26	3:54
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57	5:04	5:16	5:21	5:28	5:34	26:45:44	5:21	3:55
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weye	1952	GER	196	4:52	4:57	5:03	5:06	5:10	25:10:45	5:02	3:55
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356	4:19	4:20	4:43	4:44	4:46	22:54:19	4:34	3:55
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293	3:53	4:06	4:12	4:30	4:48	21:32:06	4:18	3:55
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378	4:19	4:33	4:33	4:57	5:11	23:35:59	4:43	3:56
Pilz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406	4:10	4:12	4:22	4:23	4:29	21:39:13	4:19	3:56
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398	3:59	4:28	4:31	4:40	4:47	22:27:19	4:29	3:57
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454	4:06	4:07	4:15	4:18	4:30	21:19:33	4:15	3:57
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122	4:58	5:01	5:03	5:04	5:05	25:13:28	5:02	3:58
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44	4:53	4:56	4:59	4:59	5:00	24:48:46	4:57	3:58
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17	5:13	5:34	5:38	5:45	5:45	27:56:50	5:35	3:59
Ancora	Vito Piero	San Vito Normanni	1953	ITA	127	5:01	5:06	5:04	5:06	5:06	25:23:47	5:04	3:59
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137	4:45	4:48	4:53	5:04	5:09	24:41:52	4:56	4:00
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162	4:26	4:33	4:37	4:53	5:04	23:35:17	4:43	4:00
Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463	5:22	5:26	5:28	5:32	5:32	27:22:09	5:28	4:00
Krieg	Stefanie	Limburgerhof	1975	GER	400	3:59	4:08	4:14	4:14	4:30	21:06:19	4:13	4:02
Frühauf	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328	4:36	4:45	4:45	4:49	4:54	23:52:11	4:46	4:02
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208	4:44	4:45	4:49	4:51	4:51	24:01:18	4:48	4:02
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456	4:26	4:26	4:29	4:33	4:44	22:40:33	4:32	4:03
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115	4:55	4:57	4:58	5:04	5:05	25:00:49	5:00	4:04
Mol	Ben	Almere	1949	NED	37	5:14	5:18	5:23	5:28	5:29	26:55:07	5:23	4:04
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445	4:18	4:22	4:22	4:26	4:28	21:57:56	4:23	4:04
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358	4:46	4:53	4:55	5:17	5:18	25:10:53	5:02	4:04
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413	4:16	4:22	4:32	4:38	4:42	22:32:37	4:30	4:06
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335	4:42	4:47	4:49	5:07	5:09	24:36:36	4:55	4:06
Graebel	Gunter	Duisberg	1953	GER	448	4:54	5:01	5:21	5:21	5:29	26:09:04	5:13	4:07
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439	4:22	4:33	4:45	4:48	4:49	23:18:57	4:39	4:08
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118	5:31	5:37	5:56	5:57	5:58	29:01:56	5:48	4:08
Isman	Dehen	Aachen	1967	AUT	469	4:20	4:35	4:43	4:46	4:46	23:11:58	4:38	4:09
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343	4:36	4:37	4:50	4:50	4:56	23:52:29	4:46	4:10
Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458	4:51	5:03	5:11	5:23	5:29	26:00:10	5:12	4:10
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148	6:20	6:23	6:30	3:30	3:36	26:22:03	5:16	4:11
Pflügler	Christian	Münster	1967	GER	253	4:12	4:36	4:48	4:52	4:53	23:23:34	4:40	4:11
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403	4:12	4:51	5:00	5:05	5:22	24:32:13	4:54	4:16
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320	4:27	4:58	5:12	5:16	5:26	25:21:45	5:04	4:18
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362	4:53	4:58	5:08	5:08	5:10	25:18:50	5:03	4:20
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434	5:31	5:33	5:35	5:35	5:35	27:51:03	5:34	4:20
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323	5:18	5:19	5:26	5:26	5:25	26:56:42	5:23	4:22
Schulz	Jürgen	Weimar	1947	GER	256	5:41	5:53	5:57	5:59	6:18	29:51:11	5:58	4:25
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274	4:35	4:40	4:48	4:59	5:29	24:31:59	4:54	4:26
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332	5:13	5:27	5:38	4:44	4:49	25:53:59	5:10	4:26
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373	4:10	4:36	4:37	4:38	5:14	23:17:42	4:39	4:27
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	4:44	5:22	5:35	5:40	5:40	27:03:17	5:24	4:28
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212	6:52	6:59	7:01	7:02	7:03	34:59:59	7:00	4:29
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171	4:45	4:50	4:59	5:07	5:10	24:53:17	4:58	4:29
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226	6:07	6:12	6:15	6:16	6:16	31:07:36	6:13	4:30
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257	5:06	5:17	5:37	5:38	5:38	27:19:27	5:27	4:30
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433	3:56	4:25	4:41	4:45	5:25	23:13:43	4:38	4:31
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224	5:14	5:33	5:56	6:16	6:35	29:35:42	5:55	4:31
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389	5:08	5:26	5:26	5:30	5:38	27:10:10	5:26	4:34
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254	5:34	5:34	5:41	5:41	5:42	28:14:40	5:38	4:34
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237	5:39	5:44	5:46	5:50	5:53	28:54:31	5:46	4:35
Heyer	Hermann	Winningen	1960	GER	420	5:15	5:17	5:22	5:33	5:56	27:26:45	5:29	4:37
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282	5:13	5:15	5:31	5:38	5:41	27:20:31	5:28	4:41

Name	Vorname	Ort	Nat.	Jahrg.	MNr.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Mar.	Summe	Schnitt	Altersb.
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79	5:39	5:43	5:53	5:57	5:59	29:12:57	5:50	4:41
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345	6:03	6:05	6:07	6:08	6:10	30:34:57	6:06	4:43
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168	4:56	5:08	5:10	5:11	5:23	25:51:02	5:10	4:45
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442	4:23	4:45	4:58	5:24	5:25	24:58:13	4:59	4:47
Porstner	Crispin	Bremen	1987	GER	455	4:35	4:40	4:42	4:49	5:12	24:00:10	4:48	4:48
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338	5:08	5:08	5:16	5:17	5:34	26:25:02	5:17	4:51
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	1960	GER	211	5:48	5:51	5:52	5:59	6:00	29:30:58	5:54	4:58
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103	6:27	6:28	6:35	6:37	6:39	32:47:37	6:33	5:03
Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471	5:35	5:35	5:43	5:44	5:50	28:29:35	5:41	5:09
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441	5:26	5:28	5:28	5:46	5:52	28:01:51	5:36	5:17
Cavaleiro Prof. Dr.	Claudia	Viersen	1970	GER	248	5:37	5:38	5:49	5:55	5:56	28:59:14	5:47	5:19
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1	6:11	6:43	6:48	6:51	6:52	33:26:55	6:41	5:25
Schmidt-Soltau	Peer	Viersen	1981	GER	292	5:37	5:38	5:49	5:55	5:56	28:59:14	5:47	5:45
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351	5:31	5:44	5:49	6:00	6:09	29:15:17	5:51	5:51
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424	5:56	6:30	6:30	6:57	7:07	33:03:09	6:36	5:55
Eberle	Gunla	Seevetal	1952	GER	179	11:15	11:18	11:18	11:23	11:35	56:51:12	11:22	8:51

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

Ankündigung zum 11. Elbtunnel Marathon 2019

Der 100 Marathon Club Deutschland veranstaltet

im St. Pauli Elbtunnel am Sonntag, den 02. Juni 2019 wieder einen

Marathon unter der Elbe

Der 100MC lädt alle Marathonläufer/innen zum 11. 100MC-Elbtunnel-Marathon ein. Laufstrecke ist wieder der 1911 fertiggestellte „alte Elbtunnel“ direkt an den Landungsbrücken im Hamburger Hafen.

Datum: Sonntag, 02. Juni 2019 **Startzeit:** 9.00 oder 10.00 Uhr (wird noch geklärt)

Veranstalter: 100 Marathon Club Deutschland e.V.

Leitung: Hans-Jürgen Lange, Organisation
Hans-Joachim Meyer, Rennleitung

Es sind noch ein paar Details zu klären, die Ausschreibung erfolgt in Kürze

Strecke: beide Elbtunnelröhren, insgesamt 48 Runden plus 396,6 Meter, davon etwa je ein Drittel leicht abfallend, eben und leicht ansteigend, zusammen etwa 150 Höhenmeter. Die Strecke ist vollständig asphaltiert. Sie ist ab Freitagabend frei von jeglichem Motorverkehr. Somit bestehen keine Abgasprobleme.

Orga-Zentrum und Ziel: Weströhre, Süd-Ende (bei Steinwerder).

Sollzeit: 6:00 Stunden.

Zeitnahme: Zeitnahme und Rundenerfassung erfolgen per EDV durch Till und sein Öjendorfer Team, es wird kein Champion Chip benötigt.

Teilnehmerlimit: 280 Läuferinnen bzw. Läufer. – Die Teilnehmerzahl ist aufgrund der begrenzten Kapazität der Rettungswege limitiert (behördliche Auflage).

Auszeichnungen: Pokale für die ersten drei Frauen und Männer, Medaillen für alle, Urkunden und Ergebnislisten im Internet.

Wertungsklassen: Gesamtwertung, Männer und Frauen, Altersklassen nach DLO.

Startgeld: bis 30.04. ca. 55,00 €, ab 01.05. ca. 60,00 € (keine Rückerstattung bei Nicht-Antritt!).

Ob Nachmeldungen am Vorabend möglich sind, muss noch geklärt werden (Teilnehmerlimit!).

Anmeldungen: über race result, wird mit der Ausschreibung freigeschaltet.

Für Rückfragen wird **nach** der Freischaltung eine Mailadresse eingerichtet:

ETM-Teilnehmer@100marathon-club.de

Helferaufruf für den 2. Juni und das Orga-Team

Wir benötigen ca. 40 bis 50 freiwillige Helfer und Ordner für den Veranstaltungstag. Bei den letzten ETM's war es immer etwas knapp und der Tunnelchef hat gemostert.

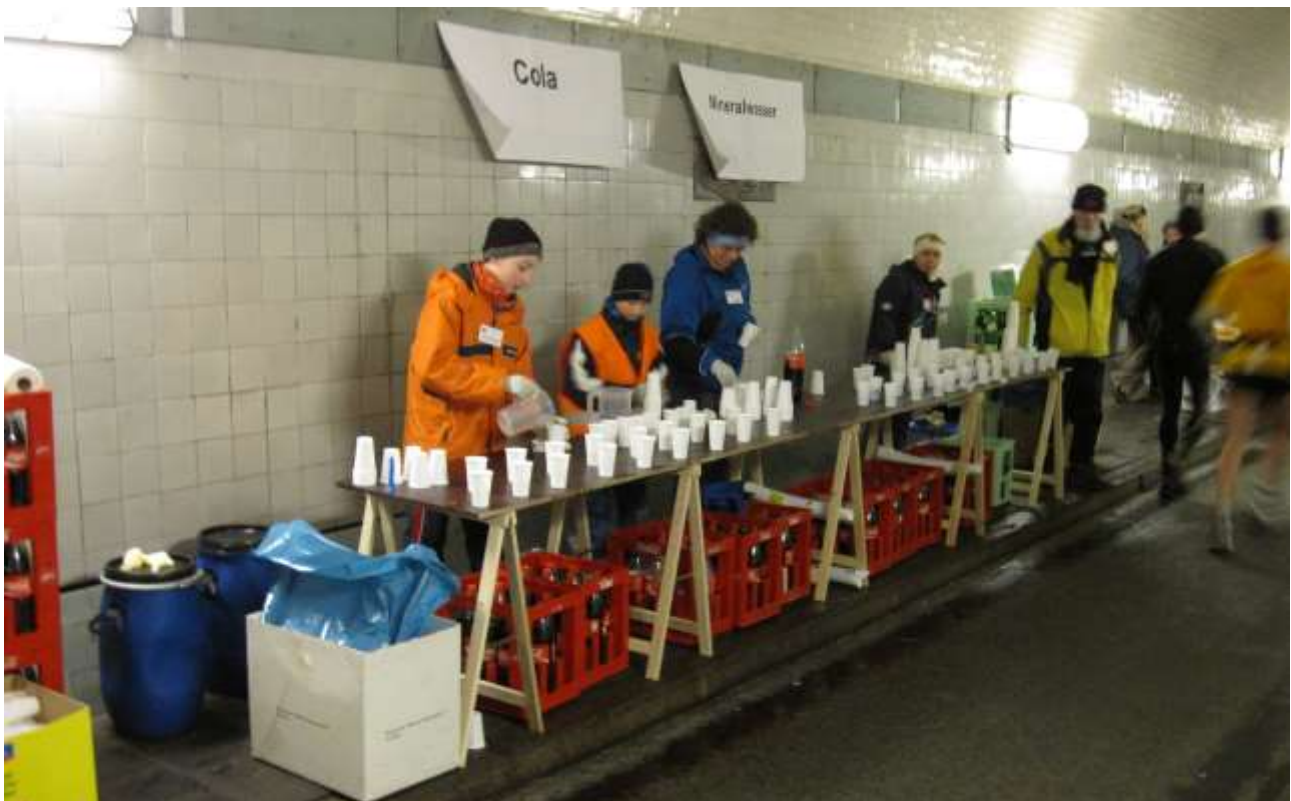
Wer sich als Helfer oder Ordner engagieren möchte, für den ist eine Mailadresse eingerichtet:

ETMHelfer@100marathon-club.de, auf der er oder sie sich melden kann.

Besonders ansprechen möchte ich dabei Familienangehörige von Läufern. Wir hatten bei den letzten ETM's einige davon in unseren Reihen, die lieber etwas getan haben, als am Rand immer nur zu klatschen und zu frieren. Und sie und wir hatten bei den letzten Marathons viel Spaß und schöne Erlebnisse. Und vielleicht ist ja auch das eine oder andere Clubmitglied (zusätzlich zu den jedes Mal Aktiven) aus dem Raum Hamburg bereit, als Helfer zur Verfügung zu stehen - und nicht mitzulaufen.

Außerdem werden noch einige **neue Mitglieder für das Orga-Team** gesucht, die besonders in der Vorbereitung Zeit einbringen können, d.h. aus dem Raum Hamburg sein sollten. Ich kann euch eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit anbieten. Wer sich in das Orga-Team einbringen möchte und entsprechend Zeit dafür mitbringen kann, der wende sich bitte per eMail über Michael Weber oder die Helfer-Mail-Adresse an mich.

Gebt euch einen Ruck, wir schaffen es nicht alleine.



Helfer bei der Getränkeausgabe beim 10. Elbtunnel-Marathon 2009

Foto: Hans-Jürgen Lange

Inhalt

Adressen	2
20-jähriges Vereinsjubiläum	2
Berichte unserer Mitglieder.....	3
Geschafft! Six Star Medal zum Chicago Marathon 2018	3
20. Dubai-Marathon am 25.01.2019	4
Wie man alle Länder in Europa läuft	10
Marathon Reise nach Florida	12
Presseberichte	14
„Ich mach den Scheiß öfter“	14
332 Marathons in 8 Jahren	15
An jedem Wochenende im Einsatz	17
Personalien	19
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe	19
Trauer um Lothar Tauber	19
Trauer um Wolfhard Seeliger.....	19
Geburtstage	20
Austritte	20
Jubiläen	20
Angela Gargano und Michele Rizzitelli laufen ihren 900. M/U.....	21
Statistik zur Statistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene).....	21
Jahresstatistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene).....	22
Gesamtstatistik per 31.12.2018 (erstellt von Michael Kiene)	25
Best Five 2017 altersbereinigt (erstellt von Michael Kiene)	31
Ankündigung zum 11. Elbtunnel Marathon 2019	33
Helferaufruf für den 2. Juni und das Orga-Team.....	34
Inhalt und Impressum.....	35

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC <i>aktuell</i> “ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	WirmachenDruck Backnang
Auflage:	500 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC <i>aktuell</i> “ 2/2018 erscheint ca. Ende Juli 2019 Redaktionsschluss: 10.07.2019 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:



Gerd Junker hat jede Menge Finisher-Shirts gesammelt