



“100MC aktuell“

Clubzeitung des 100MC – 2/2022



1.000 Marathon/Ultra Michael Kiene

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:

Beirat:

**Pressewart,
Newsletter Redakteurin** Jana Bieler:

**Webmaster,
Administrator** Peer Cavaleiro:

Änderungsmeldungen:

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

Titelfoto: Michael Kiene beim von ihm organisierten mille cursus Marathon in Northeim (Foto: privat).

Foto auf der Rückseite: 100MC Heide Ultra Trail in Dresden (Foto: Jana Bieler).

Berichte unserer Mitglieder

Mein erster US Marathon – „Good job“

von Winfried Stoll

Als ich am 8. Januar mit Fahrrad und Gepäck nach Cancun, Mexiko aufgebrochen bin, hatte ich auch eine Laufhose und Laufschuhe als einziges festes Schuhwerk mit dabei. Dass ich dann nach 10 Wochen Radtour (davon 7 Wochen in Mexiko) tatsächlich irgendwo in Texas am Marathonstart bin, hatte ich nur in meinen kühnsten Träumen gehofft. Als ich in Arizona südlich von Phoenix auf den Zug wartete, der mich aus der kargen Wüstenlandschaft nach San Antonio, Texas bringen sollte, hatte ich mal wieder den US-Laufkalender auf www.marathonguide.com konsultiert. Da fiel mir ein Event auf, welches tatsächlich eine Woche später im Osten von Texas stattfinden sollte. Die Distanz von San Antonio bis Beaumont war auch mit dem Fahrrad ganz gut machbar. Nach 2 Tagen Radfahren war ich schon in Houston und ich meldete mich fest an für 150 USD. Zumal war die Zusicherung, dass es kein Zeitlimit gab, sehr beruhigend für mich. Da waren sogar noch 2 Tage am Strand mit drin, wo ich mal testen konnte, ob die Laufbewegung der Beine auch noch funktionierte.

Am Abend vor dem Start hatte ich das Startareal schon mal erkundet, um auch zu wissen, wie weit der Weg von meiner Unterkunft ist. Den Veranstalter von www.MainlyMarathons.com konnte ich kurz sprechen und er erklärte mir kurz den Ablauf. Für die vielen Walker bei dem Lauf gab es einen Frühstart um 6.30 Uhr. Ich war mit der kleineren Gruppe von ca. 30 Leuten um 7:30 Uhr an den Start gegangen. Es gab eine 1,1 Meilen lange Pendelstrecke, die für den Marathon 12 Mal zu absolvieren war. Mit Hilfe von Gummibändern konnte man seine Runden zählen. Für 5 und 10 km gab es entsprechende Zusatzkegel für den Wendepunkt der letzten Runde und auch einen Kegel für 50 km, die tatsächlich eine Frau gelaufen ist. Die meisten Leute kannten sich und es war eine sehr familiäre Veranstaltung als Beginn von einer Serie von 4 Marathons in 4 Bundesstaaten an der Golfküste, gefolgt von einer 7-tägigen Serie in den Appalachen. Zum Briefing wurden 2 Teilnehmer erwähnt, die ihren 200. bzw. 300. Marathon absolvieren werden und ich als weit angereister Deutscher wurde auch extra begrüßt.



Briefing vor dem Start

Fotos: privat

Beim Lauf auf der Pendelstrecke fiel allen mein weißer Streifen am Oberschenkel auf, da meine Laufhose kürzer war als die Radlerhose und so wurde ich von vielen neugierig ausgefragt. Mit „Good Job“ wurde die Leistung des anderen gewürdigt. Die Pendelstrecke war extrem windanfällig, der an dem Tag ordentlich blies und nach der knappen Hälfte wurde mein Tempo auch immer langsamer.



Trotz der vielen Radkilometer hatte ich quasi drei Monate lang kein nennenswertes Lauftraining gehabt. Die Verpflegungsstation am Zielwendepunkt ließ keine Wünsche offen. Alles war irgendwie abgepackt in Tüten, selbst die Chipsportionen oder Oliven und Gurken. Alkohol, selbst 0,0%, war aber nicht im Angebot. Nach 5:33 Std hatte ich auch meine letzte Runde beendet, konnte die Zielglocke läuten und bekam die Medaille zum Tag in Texas.

Ca. 20 Leute hatten sich für die ganze Serie angemeldet und sind danach mit Wohnwagen oder Auto 160 km weiter nach Louisiana gefahren. Ich bin dann nur noch 60 km weitergeradelt Richtung Osten. Wer bei seiner nächsten Reise in die USA ganz spontan einen Marathon laufen will, sollte auch die erwähnten Webseiten konsultieren und wird, wie ich, bestimmt fündig. Das Runden laufen auf der Pendelstrecke hatte doch hier auch seine Vorteile für die Kommunikation. Der Wettkampf war nicht die oberste Priorität, sondern das gemeinsame Laufvergnügen. Tshirts mit Marathons oder Halbmarathons in allen 50 Bundesstaaten haben mich stark beeindruckt, wo doch auch Hawaii und Alaska mit dazu zählen. Alle Leser grüße ich mit „Good Job“.

Frühlingsultra in Freudenstadt-Grüntal am 26.03.

Laufen im Schwarzwald
von Ulrich Tomaschewski

Alles beginnt mit der Anmeldung

Es ist kurz nach dem Jahreswechsel und meine Gedanken kreisen darum, was im Jahr 2022 an Laufevents möglich sein wird. Werde ich weiterhin Marathon mit Rahmenstart, kleiner Anzahl an Teilnehmern und diese meist im Großraum Stuttgart laufen, oder wieder an „normalen“ Laufveranstaltungen teilnehmen dürfen? Im Internet sind einige Marathons und Ultras zu finden, ob diese aber tatsächlich stattfinden, kann ich Anfang Januar noch nicht abschätzen. Aber Anmelden kann ich mich schon mal, alles weitere wird sich ergeben. Wo ich ein gutes Gefühl hatte, war der „Frühlingsultra“ von Thomas Dornburg in Freudenstadt-Grüntal. Ich kann mich noch gut an den „Geh-Heim-Lauf“ im letzten Jahr erinnern. Den geplanten Neckarlauf konnte Thomas nicht durchführen, da wegen Corona eine Unterbringung in Hallen nicht möglich war. Kurzfristig wurde dann ein Etappenlauf in seinem Heimatort organisiert und ich konnte an 7 Tagen insgesamt 338 herrliche Kilometer durch den Schwarzwald laufen.

Anreise und Unterbringung

Der Start in Freudenstadt-Grüntal findet um 8:00 Uhr statt. Da ich mir das sehr frühe Aufstehen für eine Anreise ersparen wollte, hatte ich mit Thomas vereinbart, dass ich bereits am Freitag anreisen werde. Erstaunlicherweise war am Freitag der Verkehr auf den Autobahnen um Stuttgart herum entspannt. Liegt das an den enorm hohen Spritpreisen oder am vermehrten Homeoffice? Keine Ahnung, auf jeden Fall sehr angenehm. In Grüntal angekommen, parke ich im Hof vor einem Gemeindehaus. Zwei Kinder kommen auf mich zu und fragen ob ich der Betreuer der Kinder aus der Ukraine bin. Ich sage den beiden, dass ich es nicht bin, sondern zu Thomas möchte. Die Antwort darauf: „Ach ein Läufer bist du“. Bei Thomas im Haus treffe ich dann sogleich auf Frank und Günter. Thomas zeigt

mir mein Quartier und ich richte mich ein. Im Frühstücksraum gibt es eine intensive Unterhaltung mit Frank, Günter und Dominic über verschiedene Laufveranstaltungen. Später kommen Angela und Rene sowie weitere Läufer dazu. Kurzfristig gab es noch eine Sporteinlage, da bei einem Teilnehmer das Auto auf den letzten 100 Metern streikte. Wir haben den Wagen mit vereinten Kräften die letzten Meter geschoben. Thomas serviert uns zum Abendessen ein leckeres Nudelgericht. Das Richtige als Vorbereitung für den morgigen Ultra. Gegen 21:00 Uhr suche ich mein Quartier auf und schlafe bis morgens um 6:00 Uhr. Ab 6:30 Uhr gab es ein reichhaltiges Frühstück.

Der Ultra

Es sind 31 Teilnehmer gemeldet, von denen dann auch 30 zum Start erscheinen. Ein Läufer hat sich abgemeldet. Für den Frühlingultra sind 4 Runden á 13 Kilometer zu absolvieren. Somit 52 Kilometer mit insgesamt 1.000 Höhenmetern. Bei jeder Runde geht es an Start / Ziel vorbei. Dort ist auch eine umfassende Verpflegung aufgebaut. Nach dem Start verläuft die Strecke ein kurzes Stück durch den Ort und danach der erste leichte Anstieg. Nach einem Kilometer geht es steil bergab, um nach kurzer Zeit wieder anzusteigen. Auf der Höhe angekommen, werde ich mit einem schönen Blick in die Landschaft verwöhnt. Bald darauf geht es bergab in ein Dorf hinein. Aber der nächste kurze Anstieg kommt und den gehe ich hoch. Anschließend geht es an einem kleinen Bach entlang. Das Wasser ist glasklar und das gleichmäßige Rauschen eine angenehme Begleitung. Aber alles Schöne ist endlich und nachdem ich einen Teich mit zwei Enten passiert habe, kommt der Hammerberg. Einen Kilometer nur bergauf und das ziemlich steil. Also wechsele ich mal wieder ins Gehen und schaue mir die schönen Häuschen rechts und links der Strecke an. Oben angekommen am Sportplatz, geht es in den Wald hinein. Schön ruhig ist es hier, der Waldweg schlängelt sich gefühlt leicht steigend entlang der Natur. So kann es noch eine Weile bleiben, das gefällt mir. Am höchsten Punkt angekommen, geht es nun für 2 Kilometer bergab. Nicht steil, sehr angenehm und ich kann so etwas wie Fahrt aufnehmen. Noch ein längeres flaches Stück, dann geht es kurz sehr steil bergab und unten angekommen genauso kurz und steil bergauf. Jetzt kommen die beiden letzten Kilometer auf Asphalt, bergab mit einem phantastischen Blick in die Landschaft. Laufen kann so schön sein, wenn man es zu genießen weiß. Zwei Teilnehmerinnen machen das noch extremer. Sie liegen gut gelaunt im Gras und applaudieren mir als ich vorbeilaufe. Meinen Zuruf, dass mehr als eine Runde zu laufen ist beantworten sie lächelnd „Das wissen wir“. Am Ende der Runde bei Thomas im Hof trinke ich ausgiebig und fülle meine Flasche nach. Noch ein paar Nüsse für unterwegs und schon bin ich weg zur nächsten Runde.



Foto: privat

Ziel und Ausklang

Nach 6:55:00 bin ich im Ziel angekommen und habe damit meinem Wunsch, unter 7 Stunden zu laufen, erfüllt. Das Wetter an diesem Tag war einfach spitze. Morgens noch etwas schattig mit 4 Grad stieg die Temperatur bis auf 18 Grad an. Für die Strapazen gab es nach dem Zieleinlauf Medaille und Urkunde von Thomas. Noch etwas trinken und ab unter die Dusche. Anschließend meine Schlaf- und Laufsachen eingepackt und dann mit den Teilnehmern bei Bier und „Herrgottsbescheißerle“ (Schwäbische Maultaschen) noch etwas plaudern.

Von den 30 Startern haben 28 Teilnehmer die 52 Kilometer absolviert, 2 Teilnehmer (beides Männer!) sind 3 Runden und damit 39 Kilometer gelaufen.

Schnellster Läufer: Christian Mörmann in 4:08:00

Schnellste Läuferin: Pamela Veith in 4:35:00

Frozen Lake Marathon am 26.03. Norwegen, Gol, Tisleia Fjord von Dirk Kahlmeyer

Mit dem Flieger von Düsseldorf nach Amsterdam, umsteigen und mit einer angenehmen Landung am Flughafen Oslo, so fing dieser Abenteuerurlaub an.

Das Abenteuer war was ganz Besonderes, nämlich der Frozen Lake Marathon.

Der Flughafen liegt 50 km vor den Toren von Oslo. Mit dem Leihwagen ging es nun zuerst in die City von Oslo.

Stadtbesichtigung, alles was so dazu gehört. Das norwegische Schloss war der Ausgangspunkt. Über die alte Prachtstraße zum Dom, Hauptbahnhof, zur neuen Oper und dem Munch Museum - beeindruckend!

Mit der Sonne im Rücken - wunderschön - Dieses wäre auch das ideale Wetter für den Marathon Tag! Am Abend ging die Weiterfahrt in Richtung Gol und mit dem Bezug der Pension. Heute im Programm, norwegische Landschaftsfahrt mit der Erkundung des Tisleia Fjord, Marathonmesse im Oset Hoyfjellshotel und am Abend der Frozen Lake Night Run, einmal warmlaufen - warm - up- race! Was für ein Tagesprogramm - das Abenteuer nahm Fahrt auf!

Die Landschaft mit diesem Wetter, die Sonne lacht, traumhaft was für ein Glück!

Da liegt der Tisleifjorden, 819 Meter über den Meeresspiegel ein 13 Quadratkilometer großer Stausee der sechs Monate im Jahr zugefroren ist. Das Eis ist im März noch 80 cm dick und trägt 30 Tonnen. Im Winter fahren Autos durch den verschlungenen Kurs voller Kurven und Schleifen. Reifenhersteller testen ihre Winterreifen, Polizeieinheiten und Autohersteller halten hier ihre Fahrsicherheitstrainings ab. Täglich wird der Kurs vom Schnee geräumt und sorgt für perfekte Bedingungen. An diesem Wochenende wurde der Kurs für die Läufer reserviert.

Die Marathonmesse fand im Oset Hoyfjellshotel statt. Man spürte sofort eine sehr nette, hilfsbereite familiäre - Frozen Lake Marathon Familie - alles war perfekt für die Läufer organisiert. Der Frozen Lake Marathon ist begrenzt auf 500 Läufer, Achtung - Resonanzfrequenz! In diesem Jahr 2022 hatten sich 400 Läufer registriert. Knapp 300 Läufer für den Halbmarathon und ca. 100 Läufer für den Marathon. Alle fieberten dem Abenteuer entgegen.

Am Vorabend, die Dunkelheit trat ein und der Frozen Lake Night Run stand auf dem Programm. Für die ca. 5 km lange Strecke, ausgerüstet mit Stirnlampe und Spikes ging es nun auf die Eisfläche. Der schlängelnde Rundkurs war mit Fackeln ausgeleuchtet. Die Laufgeräusche, die Lichter und die strahlenden Augen der Läufer - so eine außergewöhnliche Atmosphäre - unbeschreiblich. Das wird morgen ein ganzbesonderes Lauferlebnis, was für eine Vorfreude!

Marathontag und dazu ein blauer Himmel, Läuferherz was willst du mehr, ein Traumwetter!

Die Marathonläufer starteten um 10:00 Uhr mit 2 Runden und die Halbmarathonläufer um 11:00 Uhr mit einer Runde. Was für ein Abenteuer, jetzt liefen wir auf dem zugefrorenen - Tisleia Fjord - bei einem Bilderbuchwetter. Umso länger der Frozen Lake Marathon dauerte, hatte ich immer öfters den

Eindruck, ich laufe hier ganz allein. Eine einsame Ruhe, ein Traum in weiß und ich hörte jeden Schritt wie der Fuß auf dem Eis landete und nach Grip suchte. Einzigartige Geräusche mit traumhaften Aus-sichten - Gänsehaut! Auch wir, die Läufer, hatten immer ein Lächeln im Gesicht und motivierten uns gegenseitig - einfach großes Kino!



Dirk Kahlmeyer beim Frozen Lake Marathon

Fotos: privat

Das war ein Abenteuer, irgendwo im norwegischen Nirgendwo auf dem Tisleia Fjord beim Frozen Lake Marathon erreichte Dirk Kahlmeyer vom 100 Marathon Club nach 5:06:36 auf Platz 39 sehr glücklich das Ziel, spektakulär, dankbar, Platz 3 in der Altersklasse.

Am nächsten Morgen starteten wir eine kleine Rund-fahrt durch Norwegen, um einen kleinen Eindruck von den Fjorden zu erhaschen. Viele Tunnelanlagen mussten durchfahren werden, der längste Tunnel hatte an diesem Tag eine Länge von 23 km. Beeindruckend die Berg-landschaften mit ihren Fjorden. Nun war die Zeit ge-kommen, Abschied zu nehmen und der Flieger brachte uns wieder sicher nach Düsseldorf.



Fazit - Wunderschönes Norwegen mit dem Abenteuer - Frozen Lake Marathon - das war spitze!

Bonn-Marathon (April-Challenge) am 30.04. – mal ganz anders von Wolfgang Bernath

Betretene Mienen bei den lokalen und auch zahlreichen überörtlichen Läufern: Wieder mal fällt er aus, der beliebte Marathon durch die ehemalige Schaltzentrale der Bundesrepublik. Aber schon wie im vergangenen Jahr ließen sich Veranstalter und Hauptsponsor, die Deutsche Post, etwas einfallen.

„April-Challenge“, so heißt erneut das Angebot an Sportler aller Leistungskategorien, sich einen Monat lang täglich müde zu machen.

Unmittelbar hinter der Konzernzentrale der Post, dem Doppelbau Posttower, wurde ein kleines Start- und Zieltor installiert und mit einer elektronischen Zeitmessung ausgestattet sowie eine 5 km-Runde vermessen. Für schlappe zehn Euro hatte das Volk nun die Möglichkeit, mitzumachen. Von morgens bis abends konnte man vom 1. bis zum 30. April täglich einmal zwischen einer und acht Runden zurücklegen und das auch noch in einer Ergebnisliste dokumentiert bekommen. Sogar eine tägliche Urkunde gab's noch! Und nicht nur das: Ein Funktionsshirt war inkludiert und sogar eine attraktive Medaille! Last but not least spendete die Post pro Teilnehmer zwei Euro an Bonner Sportvereine. Kein Wunder, dass sich über 3.000 Läufer zusammenfanden, die am Ende zehntausende km sammelten.

Doch was hat das mit unserer Lieblingsdistanz zu tun? Ein kluger Mensch – zu ihm später mehr – hatte sich mit den Veranstaltern ins Benehmen gesetzt und gemeint: Wo man 40 km laufen kann, gehen auch noch 2,2 km mehr. Tatsächlich hatte man auf ihn gehört, die 5 km-Runde um 275 m verlängert und fertig war die Kiste. Zu drei Startzeiten am letzten Apriltag, nämlich für 9, 10 und 11 Uhr hatten wir uns zu 5 und 10 km bzw. Halb- und Marathon anmelden können. Offensichtlich war die Resonanz aber nicht wie erwartet, sodass 9 Uhr für den Marathon und 10 Uhr für den Halben angesetzt wurden.



Fotos: privat

Mit anfangs elf weiteren Unentwegten stehe ich also um 9 Uhr parat, die Startnummernausgabe und der Toilettenwagen sind geöffnet. Der Spaß kann also beginnen, nachdem die Startnummern der Helden der Langstrecke mit je einem roten Punkt versehen wurden. Rechts abgebogen passieren wir zunächst einen kleinen Weinberg als Reminiszenz an das Weinanbaugebiet Mittleres Rheintal und begeben uns in die weitläufige Rheinaue. Die es, wäre es nach dem Willen der Mehrheit der damaligen Stadtväter gegangen, gar nicht mehr geben würde.

Der 160 ha große Freizeitpark Rheinaue, von Einheimischen nur „die Rheinaue“ genannt, entstand in den Grundzügen Ende der 1970er Jahre.

Damals unbebaut und landwirtschaftlich genutzt, war der Auwald am Rhein durch die Begradigung und die intensive Schiffbarmachung des Flusses stark reduziert worden. Nachdem Bonn 1949 provisorische Bundeshauptstadt geworden war, entstand am nördlichen Rand der Rheinaue das Regierungsviertel, am südlichen eine Siedlung für US-amerikanische Diplomaten. Da die Rheinaue das größte unbebaute Areal im Herzen des gewachsenen Bonn darstellte und zudem an einige bestehende Regierungsgebäude grenzte, bot sich hier der Bau eines großen, repräsentativen Regierungsviertels an, der alle Bundesministerien räumlich konzentriert hätte.

Einige, glücklicherweise nicht alle, dieser Pläne wurden umgesetzt. Um die verbliebenen Grünflächen als Naherholungsgebiet zu retten, bewarb sich die Stadt Bonn um die Bundesgartenschau 1979. Sie erhielt den Zuschlag und ließ die bestehenden Rheinwiesen und anliegende landwirtschaftlich genutzte Flächen nach Durchführung eines Architektenwettbewerbs zum heutigen hügeligen Landschaftspark umgestalten. 45 km Fuß- und Radwege, mehrere Seen und Spielplätze wurden angelegt. Heute ist die Rheinaue das beliebteste Bonner Naherholungsgebiet.

Dem indianischen Totempfadl folgt der japanische Garten und mit dem Freilufttheater eine Anspielung auf seine römischen Vorgänger. Einigen Repliken römischer Grabsteine im sog. Löffelwald lenken unsere Aufmerksamkeit auf sich, dann unterqueren wir die Südbrücke, über welche die kurze A 562 führt. Dahinter tut sich linkerhand der Auensee auf. Normalerweise wunderbar aussehend ist er zur Zeit trockengelegt, weil er generalzusanieren war.

Weit vor uns kann ich die Vorauslaufenden sehen, denn ich bilde das Schlußlicht (was allerdings so nicht bleiben wird). An der scharfen Linksabiegung werden wir bald für Stunden eine Übung des hoffnungsfrohen Nachwuchses der Bonner Feuerwehr verfolgen können. Wieder nach rechts unmittelbar am Rhein gilt es, eine Begegnungstrecke zu absolvieren. Der Wendepunkt, der bei der üblichen 5 km-Runde zu nehmen ist, gilt heute nur für die Kurzdistanzen. Für uns und die Halbblinge hat man einen zweiten Wendepunkt um 137,5 m nach hinten verlegt, um auf die korrekten Strecken von 42,2 bzw. 21,1 km zu kommen. Im Gehege rechts von uns grast schmackhaftes Wild. Nach der Wende führt der Weg entlang des Rheins in Fließrichtung weiter.



Auf der gegenüberliegenden, der Beueler, Seite grüßen im sog. Bonner Bogen das architektonisch ungewöhnliche Kameha-Hotel sowie die Rohmühle, ein ehem. Zementwerk. Auf dessen großer Freiterrasse kann man es sich u.a. sonntags beim Brunch mit Rheinblick gutgehen lassen. Über den Heimkehrerweg (!) geht's wieder unter der Südbrücke hindurch, links steht fast majestätisch das Bismarckdenkmal mit dem Reichsadler und dem Familienwappen derer von und zu. Über einen Kiesweg führt der weitere Weg, links ist der Bereich des sog. Bonner Kunstrasens, wo regelmäßig Veranstaltungen stattfinden. Wehmütig denke ich an die Scorpions auf ihrer Crazy World-Tour zurück. Bevor wir ins ehemalige Regierungsviertel mit dem Abgeordnetenhochhaus Langer Eugen kommen, biegen wir links ab und sind über eine Baustelle bald wieder auf der Startgeraden. Unmittelbar vor dem Posttwer erfolgt die zweite Wende und vorbei am Moderator laufe ich durchs Zeitmeßtor.

Ihr seht: Es handelt sich um eine höchst attraktive, abwechslungsreiche Runde, die schnell ein zweites Mal durchmessen ist. Über die dritte freue ich mich ganz besonders, denn meine Freund Jürgen hat sich kurzfristig zu einem Stadtbummel sowie 5,275 Solidaritätskilometern entschlossen. Auf der vierten Runde – die Szenerie hat sich durch zahlreiche weitere Läufer erheblich geändert – werde ich von unserem Clubmitglied Wolfgang Menzel angesprochen, der es heute bei zehn km belassen wird. Ein dritter Wolfgang sei noch unterwegs, nämlich der Gieler. Nach dem bin ich schon die ganze Zeit am Schauen, denn bei ihm habe ich vor knapp zwei Jahren hier zum ersten Mal an einem der Null-Euro-Läufe teilgenommen. Marathonmäßig hat er mir damit eine neue Welt eröffnet, den von dieser Sorte habe ich an unterschiedlichen Orten mittlerweile ein gutes Dutzend gesammelt. Tatsächlich treffe ich ihn unterwegs mehrmals, und als wir später gemeinsam im Ziel sind, erzählt er mir, dass genau er es war, der die Veranstalter zu diesem Marathonangebot überzeugen konnte. Lob und Anerkennung, lieber Wolfgang!

Schwarzwaldlauf - Etappenlauf vom 12. bis 18. Juni

Die fantastischen SIEBEN

von Ulrich Tomaschewski

Es gibt was Neues

Auf der Homepage von Thomas Dornburg ist ein neuer Etappenlauf aufgeführt. In der Ausschreibung finde ich folgende Beschreibung: „Abwechslungsreiche schöne große Laufrunde mit 7 Tagesetappen im Schwarzwald. Die Gesamtstrecke hat 367 km. Der Tagesdurchschnitt beträgt 53 km.“ Oha, das hört sich gut an und liegt in meinem Leistungsbereich. Im Weiteren finde ich das mir bestens bekannte Betreuersteam aufgeführt und meine Motivation zur Anmeldung steigert sich. Jetzt noch Trainingspartnerin Eva, die Landschaftsläufe liebt, für diesen Etappenlauf gewinnen. Kaum habe ich davon berichtet, war Eva auch schon Feuer und Flamme. Somit meldeten wir uns bei Thomas an und erhöhten die Trainings- und Wettkampfkilometer. Es gab noch eine weitere Neuerung zur Markierung der Laufstrecke. Die Förster im Schwarzwald verbieten das und somit gab es einen Track zur Laufstrecke. Das war komplett neu für mich und ich besorgte mir dazu das notwendige Equipment. Nach guter Beratung durch Annette Bruns kaufte ich mir eine Garmin FENIX 6, zu der ich noch gratis das Komoot Weltprogramm erhielt. Jetzt das ganze Softwaregedöns installieren und die von Thomas zugeschickten Tracks laden. Damit war ich „Ready for Black Forrest Run“.

Dann fahren wir mal hin

Am 11. Juni, einem Samstag, erfolgte die Anreise zusammen mit Eva nach Freudenstadt-Grüntal. Genialerweise erfolgte für die A81 vom 10. bis 13. Juni eine Vollsperrung, weil durch die geplante Erweiterung Brückenarbeiten notwendig wurden. Dann umfahren wir das weitläufig. Am Autobahndreieck Leonberg in Richtung Rutesheim. Den Weg kenne ich im Schlaf, bin doch bei Birgit und Norbert Fender bereits 20-fach die „Runde um Rutesheim“ gelaufen. Nächste Abfahrt dann ab in Richtung Schwarzwald und gemütlich durch die herrliche Landschaft nach Grüntal getuckert. Bei Thomas angekommen, die Koffer ausgeladen und die bereits eingetroffenen Teilnehmer begrüßt. Im Haus von Thomas, der uns Läufer eine kostenlose Übernachtung anbietet, wurde als nächstes der Schlafplatz bezogen. Um 18:00 Uhr gab es noch ein leckeres Essen und viele nette Gespräche.

Auf geht's - Die Etappen wollen gelaufen werden

Am Sonntag, den 12. Juni um 7:00 Uhr geht's los. 19 Teilnehmer machen sich auf den Weg. 367 km mit 4.600 Höhenmetern warten auf uns. Der 100 MC ist mit 7 Teilnehmern gut vertreten. Cornelia (Conny), Madelaine, Tanya, Gerd, Wolfgang, Jürgen



und ich laufen los. Mit dabei sind immer wieder Läufer, die sich für Einzeletappen entschieden haben. Das erste Etappenziel ist Schramberg-Tennenbronn. Morgens mit 12 Grad ist es angenehm frisch, das wird sich im Tagesverlauf aber noch ändern, denn die Temperaturen steigen. Auf der 52,2 km langen Strecke fand ich mich mit Christoph und Wolfgang zusammen. Wir liefen dann auch gemeinsam bis zum Ziel. Das war mir ganz zu pass, da ich mir nicht sicher war, wie es mit dem Track auf der Garmin funktioniert. Ach wie schön, das war kein Problem! Im Ziel angekommen, gibt es leckere Bananenpfannkuchen oder belegte Brote. Erst eine kleine Stärkung, dazu ein kühles Radler. Der Schlafplatz in der Halle wird aufgebaut, geduscht und etwas ausgeruht. Um 18:00 Uhr gibt es ein leckeres Essen, das von Susan und Thomas frisch zubereitet wird. Um 21:00 Uhr ist Nachtruhe, die nächste Etappe mit 58,3 km wartet auf uns. Für Wolfgang wird es ein ganz besonderer Lauf, den er wird heute seinen 200. Marathon finishen. Aber dafür muss er sich schinden, denn zum Ziel sind 1.000 Höhenmeter zu überwinden. Es geht vorbei am Titisee, der sehr stark von Touristen frequentiert wird. Ich genieße die schöne Aussicht auf den See. Im Ziel in Feldberg-Altglashütten gibt es was zu feiern. Gerd überreicht Wolfgang unter dem Beifall der Teilnehmer und Betreuer die Urkunde für seinen 200. Marathon. Wolfgang lässt sich nicht lumpen und spendiert eine Runde Freibier.



In der 3. Etappe laufen wir bis dicht an die Schweizer Grenze bei Stühlingen, unser Ziel ist Blumberg. Eva läuft gemeinsam mit Tanya und Madelaine, was die drei Gazellen auch bis zum Schluss der 7. Etappe so beibehalten. Auf der 3. Etappe findet Eva einen 20 EURO Schein. Im Ziel fragt Thomas nach, ob jemand was verloren hat und tatsächlich, Frank vermisst 20 EURO. Die bekommt er nun zurück. Nobel, wie Frank nun mal ist, spendet er das Geld in die Bierkasse. Die durstigen Kehlen geben dafür einen kräftigen Applaus.

Mit der 4. Etappe nach Horgen kommen wir an Villingen-Schwenningen, dem Ausgangspunkt vom Neckarlauf vorbei. Im Ziel in Horgen sind bereits 212 km der 367 km gelaufen.

Die nun folgende 5. Etappe ist die schönste für mich. Weite Strecken entlang dem Neckar auf dem Neckarradweg im Schatten der Bäume. Sanftes auf und ab, das gefällt mir. Nach 50,4 km ist das Ziel in Horb erreicht. Leider mussten zwei Teilnehmer aufgeben und damit sind noch 17 Läufer dabei. Die 6. Etappe führt nach Herrenberg. In Horb am Neckar finden gerade die jährlichen Ritterspiele statt. Das historische Zeltlager der Ritter mit den Zelten, Feuerstellen und seiner Lagerromantik ist schön anzuschauen. Eine schöne Abwechslung am frühen Morgen. Allerdings liegen die Ritter noch im Schlaf als wir dort vorbeieilen. Im Laufe des Tages steigen die Temperaturen über 30 Grad und es gibt fast keinen Schatten. Das Ziel in Herrenberg nach 52,7 km erwartet uns mit dem Musikfestival „Fuchs und Hase“ von jungen Leuten und ebensolcher Musik. Hier haben wir eine besondere Unterbringung. Thomas hat von der Stadt Herrenberg keine Halle zur Verfügung gestellt bekommen, jedoch mit dem Inhaber vom Restaurant, der aktiv Triathlon betreibt, die Erlaubnis an der Sporthalle dessen Räume nutzen zu dürfen. So wurden wir mit einem tollen Buffet vom Restaurant verwöhnt und konnten dort auch nächtigen. Beim Essen konnten wir den Sound vom Festival gratis mitnehmen. Aufgrund der immer heißeren Temperaturen wurde die letzte Etappe bereits um 6:00 Uhr gestartet. Das war eine gute Entscheidung. Die Etappe zurück nach Grüntal hatte zwar „nur“ 46,7 km Länge,

war aber mit 800 Höhenmetern und sehr wenig Schatten in der Hitze sehr anstrengend. Wolfgang hatte sich auf der 6. Etappe einen Shin Splint eingefangen und ist die letzte Etappe komplett gewandert. Das war für ihn sicher nicht einfach. Ich hatte mir 2018 beim MUM einen Shin Splint zugezogen und kann die Schmerzen daher nachvollziehen. Meine Hochachtung an Wolfgang, dass er das durchgehalten hat. Im Ziel angekommen, gab es neben einem Pokal und Urkunde ein leckeres Essen sowie Kaffee und Kuchen.

Zu guter Letzt

Thomas hat in seiner Ausschreibung nicht zu viel versprochen. Es waren 7 wundervolle und anstrengende Tage mit einer herrlichen Landschaft. Das Team der Betreuer um Thomas war mal wieder spitze. Die Läufer untereinander wie eine große Familie. Ich genieße diese spezielle Atmosphäre und bin dankbar, ein Teil davon zu sein.

So liefen die 100 MC'ler:

Madelaine Hamburger 48h 35min 1. Frau 6. Gesamt
 Tanya Ostapenko 48h 41min 2. Frau 7. Gesamt
 Cornelia Rohwedder 50h 24min 4. Frau 9. Gesamt

Jürgen Klopfer 41h 27min 3. Mann 3. Gesamt
 Wolfgang Schulz 54h 19min 5. Mann 11. Gesamt
 Ulrich Tomaschewski 54h 24min 6. Mann 12. Gesamt
 Gerd Junker 61h 44min 8. Mann 15. Gesamt



Start zu einer Tagesetappe

Fotos: Thomas Dornburg und Peter Lanner

Presseberichte

301 Kilometer in sieben Tagen

Jobst von Palombini läuft sieben Ultraläufe in einer Woche

Schaumburg-Lippische Landeszeitung am 27.07.2022 von Uwe Kläfler

Bückerburg. Eine Woche lang jeden Tag einen 43-Kilometer-Lauf abreißen – neben dem Körper ist da auch der Kopf gefordert. Der Bückerburger Jobst von Palombini schaffte diese Herausforderung. Im tschechischen Lomnice nahm er am 30. „Moravian Ultramarathon“ teil und landete am Ende als zweitbesten Deutscher auf Rang 31. Außer den vielen Kilometern waren auch noch rund 6800 Höhenmeter zu bewältigen. „Das ist mit Abstand mein Lieblingsetappenlauf“, verrät der Läufer des VfL Bückerburg, der 1999 sein Moravian-Debüt gab.

Für seine achte Teilnahme hatte er sich jedoch nicht so ausgiebig vorbereitet und fragte sich daher selbst, ob er das Zeug für sieben solcher Läufe in einer Woche hätte. „Es lief aber wirklich jeden Tag besser“, blickt von Palombini zurück. Das zeigt auch ein Blick auf die nackten Zahlen. Während der Bückerburger am ersten

Tag 5:14:04 Stunden benötigte, waren es am letzten Tag nur noch 4:17:21 Stunden.

Das besondere an diesem Lauf ist, dass die Teilnehmer in einer Schule übernachteten und von dort aus jeden Tag eine neue Strecke vorgesetzt bekommen, die auch wieder an diesem Quartier endet.

„Es sind etwa 30 Prozent Asphalt und 70 Prozent Trail“, erklärt von Palombini. Über Pfade, Wiesen und Wälder also. „Das verlangt eine Menge Konzentration und Gleichgewichtsgefühl. Und genau diese Herausforderung in der Natur hat mir unglaublich gelegen.“

„Insgesamt benötigte der Lehrer für die insgesamt 301 Kilometer 33:11:04 Stunden. „Ich bin mit meiner Leistung sehr zufrieden“, freute er sich. Ganz nebenbei rückt die magische 1000 immer näher.

„Denn das waren jetzt meine Marathon- beziehungsweise Ultraläufe 851 bis 857.“



Jobst von Palombini feiert seine achte Moravian-Teilnahme Foto: Markus Karklis

Personalien

Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe

Der 100 Marathon Club Deutschland begrüßt die folgenden neuen Mitglieder:

- | | |
|--|--|
| 587 Martina Pahmeyer aus Bünde | 595 Michael Thiemann aus Hannover |
| 588 Christopher Greenaway aus Stuttgart | 596 Heinz Nagel aus Hannover |
| 589 Jan Seebode aus Lindhorst | 597 Günter Petri aus Berlin |
| 590 Tobias Knaak aus Hamburg | 598 Heinz Jagemann aus München |
| 591 Stefan Klotz aus Köln | 599 A Andreas Pluta aus Lotte |
| 592 Nicola Stelling aus Aurich | 600 A Jürgen Geier aus Plochingen |
| 593 Bernhard Rensmann aus Bawinkel | 601 Alexander Grosser aus Bassum |
| 594 Andreas Butz aus Euskirchen | |

Jubiläen

Der 100 Marathon Club Deutschland beglückwünscht folgende Jubilare:

100 Marathons/Ultras (Vollmitgliedschaft)

Rolf-Achim Reichart (Obertshausen) am 03.04.22 beim Sechs-Stunden-Lauf in Mörfelden.

Jan Seebode (Lindhorst) am 03.04.22 beim Hannover Marathon.

Irina Meyer (Osnabrück) am 07.05.22 beim Helgoland Marathon.

Heinz Nagel (Hannover) am 15.05.22 am Grünen Ring in Hannover.

Nicola Stelling (Aurich) am 11.06.22 beim Fernsehturm Steinegge Ultra.

Michael Thiemann (Hannover) am 18.06.22 beim Running Paule Marathon in Bad Münde.

Christopher Greenaway (Stuttgart) am 03.07.22 beim Gletschermarathon in Imst (AUT).

Bernhard Rensmann (Bawinkel) am 10.07.22 beim Haus Vortlage Marathon in Lengerich.

Alexander Grosser (Bassum) am 30.07.22 beim Gevattersee Marathon in Bückeburg.

Heiko von der Ahé (Langenhagen) am 14.08.22 beim Kananoher FortyFive Ultra.

200 Marathons/Ultras

Joachim Risch (Köln) am 12.03.22 beim Müngstener Brücke Marathon.

Karsten August (Hamburg) am 27.03.22 beim Ultra Hamburg West.

Detlef Hammann (Stade) am 07.05.22 beim WHEW100 Ultramarathon in Wuppertal.

Doris Hinz (Eckernförde) am 15.05.22 beim Flensburg liebt dich Marathon.

Roland Krause (Düsseldorf) am 21.05.22 beim GutsMuths-Rennsteiglauf Super-MA.

Robert Pöttger (Remshalden) am 28.05.22 beim Urwaldsteig-Ultratrail um den Edersee.

Thorsten Scheper (Langförden) am 04.06.22 beim Stockholm Marathon (SWE).

Wolfgang Schulz (Barsinghausen) am 13.06.22 bei der 2. Etappe der FANTASTISCHEN 7 von Schramberg-Tennenbronn nach Feldberg-Altglashütten.

Mukir Gluhic (Hamburg) am 07.08.22 an den Teichwiesen in Hamburg.

250 Marathons/Ultras

Peter Spiekermann (Ahnatal) am 05.03.22 beim Meißner Marathon Doppeldecker in Kleinalmerode.

Peter Kellermann (Wentorf) am 13.03.22 beim Sülldorfer Feldmark Marathon.

Anja Reddert (Bergisch Gladbach) am 10.04.22 beim Lichtenwald Marathon.

Michael Bieler (Berlin) am 01.05.22 beim mille cursus Marathon in Northeim.

Detlef Klatt (Leverkusen) am 05.06.22 beim Schöllerhof Marathon.

Gunnar Meikstat (Berlin) am 07.07.22 beim Moravský UltraMaraton (CZE).

Frank Hoffmann (Horneburg) am 16.07.22 beim Segeberger See Marathon.

300 Marathons/Ultras

Thorsten Schulte (Quickborn) am 07.04.22 bei den Bergischen 5.

Gabriele Eisele (Rensburg) am 19.06.22 beim Marsch zwischen den Meeren.

Wojciech Piotr Mehl (Stockelsdorf) am 27.07.22 beim Buchwedel Marathon.

Frank Jungclaus (Wedemark) am 06.08.22 beim GEO-Pfad Ultra in Langenhagen.

400 Marathons/Ultras

Sara Kortyka (Speyer) am 23.04.22 beim K6 in Konstantinovy Lázně (CZE).

Klaus Neumeister (Gladenbach) am 04.05.22 beim 12h-Spendenlauf #WeAHRwithyou.

Beate Gröhn (Kaltenkirchen) am 11.05.22 beim Buchwedel Marathon in Horst.

Hans Würll (Rödinghausen) am 30.07.22 beim Gevattersee Marathon in Bückeburg.

500 Marathons/Ultras

Ingo Kloss (Bremen) am 20.05.22 beim Ökopfad Marathon in Bremen.

600 Marathons/Ultras

Ulrich Heitfeldt (Hohenhameln) am 07.05.22 beim Panorama Marathon in Bad Münde.

Sylke Kuhn (Vellmar) am 07.05.22 beim WHEW100 Ultramarathon in Wuppertal.

Johann Spieker (Laar) am 26.05.22 beim Wallenhorster Marathon.

600 Marathons/Ultras

Volkmar Henke (Rheine) am 23.07.22 beim Rheine Kloster/Schloss Bentlage Marathon.

700 Marathons/Ultras

Dr. Jürgen Kuhlmei (Oldenburg) am 13.03.22 beim Sülldorfer Feldmark Marathon.

750 Marathons/Ultras

Michael Turzynski (Hannover) am 03.07.22 beim Moravský UltraMaraton (CZE).

900 Marathons/Ultras

Gerd Junker (Wallenhorst) am 23.04.22 beim Nettetel Marathon in Osnabrück.

Heinrich Schütte (Nordstemmen) am 18.06.22 beim Running Paule Marathon in Bad Münde.

1.000 Marathons/Ultras

Michael Kiene (Northeim) am 01.05.22 beim mille cursus Marathon in Northeim (siehe Titelbild).

1.100 Marathons/Ultras

Klaus-Peter Ulmschneider (Ostfildern) am 18.06.22 beim Bayarena Marathon in Leverkusen.

1.200 Marathons/Ultras

Rosemarie von Kocemba (Kiel) am 09.07.22 beim Individual Marathon in Kiel-Holtenau.

1.400 Marathons/Ultras

Dietrich Eberle (Seevetal) am 24.07.22 beim Hüggel Marathon in Hasbergen.

2.300 Marathons/Ultras

EM Sigrid Eichner (Berlin) am 30.04.22 bei der Harzquerung.

3.100 Marathons/Ultras

Christian Hottas (Hamburg) am 14.05.22 an den Teichwiesen in Hamburg.

Geburtstage

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

Karl Wolfgang Baumgarten aus Weyhe feierte im März seinen **70.** Geburtstag.

Gunla Eberle aus Seevetal feierte im März ihren **70.** Geburtstag.

Wolfgang Kieselbach aus Buchholz feierte im Mai seinen **70.** Geburtstag.

Peter Spiekermann aus Ahnatal feierte im Mai seinen **70.** Geburtstag.

Verena Hajek aus Köln feierte im Juni ihren **70.** Geburtstag.

Frank-Ulrich Etzrodt aus Berlin feierte im Juni seinen **70.** Geburtstag.

Willi Müller aus Kaltenborn feierte im April seinen **75.** Geburtstag.

Jürgen Schulz aus Nesse-Apfelstädt feierte im April seinen **75.** Geburtstag.

Klaus Rohde aus Jena feierte im April seinen **80.** Geburtstag.

Hannes Nolte aus Braunschweig feierte im Juli seinen **80.** Geburtstag.

Helmut Hummel aus Waldkirch feierte im August seinen **80.** Geburtstag.

Dieter Reich aus Ahnatal feierte im August seinen **80.** Geburtstag.

Horst Preisler

02.08.1935 † 23.02.2022

Am Mittwoch, 23. Februar 2022 hat unser Ehrenmitglied Horst Preisler die letzte Ziellinie seines Lebens überschritten.

Unser Mitgefühl gilt seiner Familie.

Horst führte die Weltrangliste der Marathonsammler von Ende 1995 bis zum Sommer 2011 an.

Horst war seit 2006 Ehrenmitglied unseres Clubs und Gründungsmitglied der DUV. Bereits in meinem Rückblick „Wie Horst die Weltspitze übernahm“ berichtete ich von meiner ersten Berührung mit Horsts außergewöhnlichen Leistungen. Eine Berliner Zeitung portraitierte ihn im September 2000, als er seinen 1.000. Marathon beim Berlin-Marathon dem Frieden widmete. Gerade in diesen besonderen Tagen des Zeitenwandels eine Geste mit Weitblick.

Ein weiterer Kontakt, inzwischen kannten wir uns zumindest vom Sehen, fand in der Umkleidekabine nach einem Kaltenkirchen-Marathon statt, als ich ihm nachträglich zum Geburtstag gratulierte und Gesundheit und Erfolg wünschte. Horsts Antwort ganz typisch: „Was nützt einem Gesundheit, wenn man keine Lebensfreude hat!“ Ich habe die Lektion gelernt und wünsche seitdem jedem Geburtstagskind auch Lebensfreude!

Horst, du bleibst in unserer Erinnerung, denn wie schrieb mir spontan ein Mitglied: „Der Großmeister des Marathonsammelns ist gegangen. Die Laufwelt ist ärmer geworden.“

Ruhe in Frieden, Horst.

Mario Sagasser



Jedes Buch hat ein letztes Kapitel,
aber wir können es immer wieder öffnen
und uns an seine schönsten Seiten erinnern.

Werner Kater

* 31. Mai 1952 † 7. April 2022

Wir nehmen Abschied:

Cornelis, Gordian & Lydia mit Nionel & Jamiko,
Jannik & Jule mit Henry & Emil

Die Beisetzung findet am 29. April 2022 um 14:00
in der Johannes-der-Täufer Kirche in Fuhlen statt.

Traueradresse: Heßlinger Str. 13, 31840 Hess, Oldendorf



Heino Vajen

25.02.1963 † 28.06.2022

Unser Mitglied Heino Vajen ist am 28. Juni 2022 im Alter von 59 Jahren verstorben.

Vereinskamerad Olaf Häsler schreibt hierzu:

"Heino Vajen, unser Lauffreund und Mitglied des 100 Marathon Club aus Osterholz-Scharmbeck, ist viel zu früh verstorben.



Ich kannte Heino noch aus der Zeit, wo Carsten Mattejiet in Lilienthal seine kleine Laufserien veranstaltete. Dort habe ich ihn in der Regel immer von hinten gesehen. Denn Heino gehörte mit zu den ganz schnellen Läufern. So stand er z. B. bei dem großen Oldenburger Marathon auch schon mal auf dem Treppchen mit einer Zeit unter drei Stunden für die Marathondistanz. Aber auch auf den ganz langen Strecken war Heino zu Hause. So z. B. beendete er den Hexenstieg (über 200km) in einer super Zeit.

Heino lief die meisten seiner 333 Marathons in der näheren Umgebung – viele bei den Ultrafriesen, bei „Bremen läuft Marathon“ oder auch mal bei Jobst von Palombini. Heino war überall ein gern gesehener Gast. Fast immer hat man ihn lächeln gesehen. Er war stets freundlich und immer wieder gut für einen humorvollen Spruch.

Unser Mitgefühl gilt seiner Ehefrau, Kindern und Enkelkindern."

Heino, wir vermissen dich.

Sjoerd Slaaf

19.08.1952 † 11.07.2022

Die Zielflagge fällt viel zu früh...

Mit großer Trauer, aber dankbar für die Zeit, dass wir trotzdem zusammengekommen sind, musste ich mich viel zu früh von meinem Partner verabschieden.

Die Beerdigung findet privat statt.



Obige Nachricht erhielt ich von seinem Lebenspartner Ronald.

Unser Mitglied Sjoerd Slaaf ist verstorben.

Diese Nachricht tut sehr weh.

Ich bin darüber sehr traurig.

Ich kenne die beiden seit Dezember 2001, als ich Sjoerd und Ronald das erste Mal bei Christians Weihnachtsserie getroffen habe. Später bei Arne in Kaltenkirchen. Und bei Sjoerds 1.000 Marathon in Öjendorf im Oktober 2018.

Wir wünschen Ronald ganz viel Kraft in dieser schweren Zeit.

Mario Sagasser

Protokoll der Mitgliederversammlung am 30.07. in Dresden

Protokoll der Jahreshauptversammlung des 100 Marathon Club Deutschland e.V. vom 30.07.2022 in der Sportpension Dresden, Marienallee 14 B, D-01099 Dresden

In diesem Jahr findet unsere Mitgliederversammlung in der Sportpension Dresden statt. Dafür wurde uns ein feiner Seminarraum zur Verfügung gestellt.

Teilnehmer gemäß Liste: 25 Mitglieder, drei Gäste

Mario Sagasser, Doris Sagasser, Gerd Junker, Annette Junker (Gast), Jana Bieler, Micha Bieler, Michael Kiene, Ulrich Tomaschewski, Tanya Ostapenko, Klaus Neumann, Gunla Eberle, Dietrich Eberle, Mirko Leffler, Tina Kühne-Leffler (Gast), Wolfgang Kieselbach, Jürgen Kuhlmeier, Hans-Joachim Westphal, Gabriele Eisele, Achim Eisele (Gast), Stefan Bicher, Sigrid Eichner, Hans-Joachim Meyer, Zenon Karczewski, Cornelia Rohwedder, Karl Rohwedder, Carsten Brocke, Jens Schlosser, Thomas Busse

TOP 1 Begrüßung durch den Vorstand

- Um 17.57 Uhr eröffnet Mario die Sitzung und begrüßt alle Teilnehmer, besonders auch unsere drei Ehrenmitglieder Sigrid Eichner, Hans-Joachim Meyer sowie Jürgen Kuhlmeier.
- Die Einladung zur Mitgliederversammlung erfolgte form- und fristgerecht
- 25 stimmberechtigte Mitglieder nehmen an der Sitzung teil
- Alle Abstimmungen sollen per Handzeichen erfolgen
- Gerd Junker ist Protokollführer
- Zu Beginn der Mitgliederversammlung erheben sich alle Anwesenden und gedenken den verstorbenen Mitgliedern seit der letzten Mitgliederversammlung: Bob Dolphin, Hans-Jürgen Lange, Werner Sonntag, Horst Preisler, Werner Kater, Heino Vajen und Sjoerd Slaaf

TOP 2 Ehrungen

- Unser 1. Vorsitzender Mario Sagasser übergibt folgende Urkunden:
 - Sigrid Eichner 2.300-ster Marathon bei der 41. Harzquerung am 30.4.2022
 - Dietrich Eberle 1.400-ster Marathon beim 15. Hüggel-Marathon am 24.07.2022
 - Micha Bieler 250-ster Marathon beim mille cursus am 01.05.2022
- Vom Hamburger Leichtathletik-Verband erhalten Gabriele Eisele sowie Doris Sagasser Urkunden zur Altersklassenmeisterschaft vom Hamburg-Marathon sowie eine Urkunde zur Mannschaftsmeisterschaft mit Gabriele Eisele, Doris Sagasser sowie Beate Gröhn. Auch diese Urkunden überreicht ihnen Mario Sagasser.

Herzlichen Glückwunsch an alle!

TOP 3 Antrag auf Ausschluß entfällt

TOP 4 Bericht des Vorstands Neueintritte

- Mario berichtet: Ende 2021 hatte der 100 Marathon Club 415 Mitglieder, davon 53 Frauen und 16 ausländische Mitglieder. 36 Neueintritten standen 10 Austritte gegenüber, welche drei Todesfälle beinhalteten. 2022 gibt es bereits wieder 20 Neueintritte, leider aber auch vier Sterbefälle. Wir wachsen ständig, seit 2017 gab es 163 Neumitglieder. Leider werden Startpässe wenig genutzt, es gibt lediglich 33 Startpassinhaber. Da könnten wir besser sein! Die passive Mitgliedschaft wird nur sehr wenig genutzt.
- Mario berichtet über die Videokonferenzen und über Themen des vergangenen Jahres, die vom Vorstand aber auch vom Beirat bearbeitet wurden. Unterstützend sind dabei tätig: Sara Kortyka für die Veröffentlichung der Jubiläen, Jana Bieler für die Öffentlichkeitsarbeit und Peer Cavaleiro

für die Administration der Homepage. Michael Weber ist wie eh und je für das Clubheft zuständig und freut sich über Berichte und Clubbeiträge. Presseberichte sind selten, sie bedürfen der Einwilligung des jeweiligen Redakteurs. Die Druckkosten sowie das Porto für die Versendung der Hefte sind angestiegen.

- Gerd Junker berichtet in wenigen Sätzen über seine Tätigkeit als 2. Vorsitzender: er bereitet alle Videokonferenzen und die Jahreshauptversammlung vor, schreibt die Einladungen sowie die Protokolle der jeweiligen Veranstaltungen. Bei den Mitgliederversammlungen sorgt er für die Unterkünfte, die Tagungsmöglichkeiten und verwaltet die Anmeldungen aller Mitglieder. Er ist gerne unterwegs, hält gerne Kontakt zu möglichst vielen Mitgliedern und nimmt oft Ehrungen unserer Mitglieder vor.
- Unser Schatzmeister Wolfgang Kieselbach berichtet, dass die finanzielle Lage aufgrund der steigenden Mitgliederzahlen erfreulich sei. Seit 2015 gab es einen Zuwachs von 43 %. Der Bekanntheitsgrad des Clubs steigt ebenso weiter an. Für die Steuererklärung des Clubs hat Wolfgang seine persönlichen Kontakte genutzt, weil die Steuerberater überlastet sind und ungern neue Kunden dazunehmen möchten. Die Beitragseinnahmen konnten von 2018 bis 2021 um 24 % auf EUR 9.600,- gesteigert werden. Die Liquidität ist gut, es konnten alle Verpflichtungen erfüllt werden. Es sind Rücklagen gebildet worden für eine eventuelle Renovierung der gemieteten Garage und die eventuelle Entsorgung des Equipments, welches bereits altersbedingt verschlissen ist.
- Michael Kiene stellt 2x jährlich die Statistiken vor. Sie besteht aus Jahresstatistik, Gesamtstatistik, Statistik zur Statistik, zusätzlich zum 31.12. kommen die TopFive, TopFive altersklassenbereinigt und die Statistik LastFiveYears dazu. Zum 31.12.2021 gab es einen neuen Melderekord mit 263 Meldungen. Dazu kommen die Erstellung aller Jubiläumsurkunden und viele Anfragen zur Zählfähigkeit von bestimmten Läufen. Auch das Prüfen der Lauflisten von Neumitgliedern gehört zu Michaels Aufgaben. Wie Michael bereits angedeutet hat, gibt er dieses wichtige Amt 2023 ab. Danke, Michael für Deine sehr gute Arbeit, ein Nachfolger darf sich gerne bei Mario und Gerd melden.
- Gabriele Eisele besorgt den Sportlern über den Hamburger Leichtathletik-Verband Startpässe und verschickt an Mitglieder zu ihren runden Geburtstagen Glückwunschkarten. Diese werden mit Freude entgegengenommen. Insgesamt war die Arbeit des gesamten Vorstands 2021 sehr produktiv und immer freundlich. Danke an alle!

TOP 5 Kassenbericht

- Aufgrund der vielen Neumitglieder ist die finanzielle Lage gut. Wolfgang weist darauf hin, dass, wenn er mal krank werden sollte, der Verein ziemlich hilflos dasteht. Zu seiner Vertretung, nicht für das Amt als solches, wird ein Ersatz-Schatzmeister gesucht. Der Bewerber/die Bewerberin sollte EDV-affin sein und das Online-Banking beherrschen.

TOP6 Bericht der Kassenprüfer

- Da die beiden Kassenprüfer René Wallesch und Sylvia Frühauf nicht anwesend sind, verliest Gerd Junker deren Kassenbericht. Die Kasse wurde von beiden unabhängig voneinander geprüft. Alle Belege waren vollständig, ein paar Fragen wurden vom Vorstand zufriedenstellend beantwortet.

TOP7 Aussprache

- Gabriele Eisele fährt gerne mal mehrere Monate in den Urlaub. Auch sie sucht zur Vertretung jemanden, der aushilfsweise und in Vertretung ihren Job übernimmt. Sie ist bei der Einarbeitung behilflich. Das Ganze sei relativ einfach und kein Hexenwerk.

TOP 8 Entlastung des Vorstands

- Der Vorstand wird einstimmig und ohne Stimmenthaltung entlastet.

TOP 9 Weitere Anträge

- Es gibt keine weiteren Anträge.

TOP10 ANKÜNDIGUNG JHV 2023

--- Weil 2023 wieder Vorstandswahlen stattfinden, würden wir die nächste JHV wieder in Hamburg mit dem dazugehörigen Lauf in Öjendorf stattfinden lassen. Mario steckt schon einmal seine Fühler diesbezüglich aus. Zwei unserer Mitglieder würden dort ihr großes Jubiläum feiern. Falls das nicht gelingen sollte, suchen wir uns in Hamburg eine Alternative.

TOP11 Verschiedenes

--- Sigrid Eichner weist darauf hin, dass ein Läufer die Etikette des 100 Marathon Club in der Aushangstellung nicht eingehalten hat. Dieser wurde bei der Veranstaltung nach Hause geschickt. Es gab daraufhin eine heftige, doch immer freundliche, Diskussion. Der Vorstand überlegt sich dazu weitere Schritte.

Um 20.06 h beendet Mario die Sitzung.

Protokoll erstellt durch Gerd Junker am 02.08.2022

Protokoll geprüft durch Mario Sagasser am 02.08.2022



Mario bei den Ehrungen.
Foto: Jana Bieler

Stellenausschreibungen

Wir suchen:

1 Statistiker (ab Frühjahr 2023)

1 Vertreter Kassenwart (ab sofort)

1 Vertreter Startpassverwaltung (ab sofort)

Bei Interesse bitte melden bei Gerd oder Mario.

Jahresstatistik per 30.06.2022 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	St	Marat.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Kloss	Ingo	Bremen	GER	513		56	21	77		1	30.06.2022
Böttjer	Winfried	Bremen	GER	358		49	12	61		2	30.06.2022
Junker	Gerd	Wallenhorst	GER	323		47	14	61		2	30.06.2022
Hottas	Christian	Hamburg	GER	1		49	8	57		4	30.06.2022
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	GER	202		49	6	55		5	30.06.2022
Steckel	Manfred	Köln	GER	385		49	5	54		6	30.06.2022
Bendin	Davor	Kiel	GER	151		32	18	50		7	30.06.2022
Loeber	Ralf	Bornheim	GER	414		46	3	49		8	30.06.2022
Dembeck	Ralf	Geestland	GER	518		37	10	47		9	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	St	Marat.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	GER	389		47	0	47		9	30.06.2022
Turzynski	Michael	Hannover	GER	10		34	10	44		11	30.06.2022
Häsler	Olaf	Bremen	GER	398		36	7	43		12	30.06.2022
Löher	Burkhard	Wedel	GER	409		43	0	43	1	12	30.06.2022
Kühne	Martin	Cuxhaven	GER	572		39	2	41		14	30.06.2022
Kuhn	Sylke	Vellmar	GER	422		27	13	40		15	30.06.2022
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	GER	233		25	15	40		15	30.06.2022
Reddert	Anja	Bergisch Gladbach	GER	542		34	5	39		17	30.06.2022
Feurich	Cornelia	Hamburg	GER	458		25	13	38		18	30.06.2022
Kiene	Michael	Northeim	GER	308		24	13	37		19	30.06.2022
Ostapenko	Tanya	Göttingen	USA	491		9	28	37		19	30.06.2022
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	GER	440		28	8	36		21	30.06.2022
Gluhic	Mukir	Hamburg	BIH	560		23	11	34		22	30.06.2022
Neugebauer	Katrin	Stadthagen	GER	531		20	13	33		23	30.06.2022
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	GER	390		17	15	32		24	30.06.2022
Bieler	Michael	Berlin	GER	502		26	5	31		25	30.06.2022
Bieler	Jana	Berlin	GER	501		26	5	31		25	30.06.2022
Kuhlmann Dr.	Jan	Geestland	GER	582		23	8	31		25	30.06.2022
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	GER	511		16	15	31		25	30.06.2022
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	GER	172		27	3	30		29	30.06.2022
Klopfer	Jürgen	Stuttgart	GER	578		17	12	29		30	30.06.2022
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	GER	450		29	0	29		30	30.06.2022
Neumann	Klaus	Stuttgart	GER	53		25	3	28		32	30.06.2022
Abenhardt	Bodo	Erfstadt	GER	563		26	1	27		33	30.06.2022
Bruns	Annette	Bad Dürkheim	GER	565		16	11	27		33	30.06.2022
Eberle	Dietrich	Seevetal	GER	103		24	3	27		33	30.06.2022
Habedank	Thorsten	Warburg	GER	569		22	5	27		33	30.06.2022
Tüg-Hilbert	Katrin	Kasseedorf	GER	564		21	6	27		33	30.06.2022
Korioth	Detlef	Bad Salzuflen	GER	546		13	13	26		38	30.06.2022
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	GER	137		22	4	26		38	30.06.2022
Laig	Uwe	Lengerich	GER	432		15	10	25		40	30.06.2022
Stahlberg	Jakob Levi	Hamburg	GER	416		21	4	25		40	30.06.2022
Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	GER	571		11	13	24		42	30.06.2022
Dehling	Sascha	Berlin	GER	526		13	11	24		42	30.06.2022
Neumann	Bernd	Vellmar	GER	345		22	2	24		42	30.06.2022
Barz	Inka	Neu Wulmstorf	GER	532		14	9	23		45	30.06.2022
Bremer	Andreas	Witten	GER	468		21	2	23		45	30.06.2022
de Vries	Bennie	Stadskanaal	NED	466		19	4	23		45	30.06.2022
Hammann	Detlef	Stade	GER	555		11	12	23		45	30.06.2022
Berkath	Petra	Walsrode	GER	561		12	10	22		49	30.06.2022
Braemer	Lars	Walsrode	GER	562		12	10	22		49	30.06.2022
Eisele	Gabriele	Rendsburg	GER	354		16	6	22		49	30.06.2022
Fehling	Christian	Marschacht	GER	340		17	5	22		49	30.06.2022
Kröling	Matthias	Köln	GER	514		12	10	22		49	30.06.2022
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	GER	118		22	0	22		49	30.06.2022
Rensmann	Bernhard	Bawinkel	GER	594	A	22	0	22		49	30.06.2022
Meikstat	Gunnar	Berlin	GER	489		11	10	21		56	30.06.2022
Ramthun	Martina	Hamburg	GER	369		15	6	21		56	30.06.2022
Fischer	Marc	Salzgitter	GER	355		13	7	20		58	30.06.2022
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	GER	346		19	1	20		58	30.06.2022
Rohwedder	Cornelia	Berlin	GER	356		0	20	20		58	30.06.2022
Petri	Günter	Berlin	GER	591		17	3	20	2	58	30.06.2022
Pluta	Andreas	Lotte	GER	599	A	17	3	20	2	58	30.06.2022
August	Karsten	Hamburg	GER	520		11	8	19		63	30.06.2022
Bultmann	Jürgen	Asendorf	GER	438		14	5	19		63	30.06.2022
Kahlmeyer	Dirk	Wallenhorst	GER	577		16	3	19		63	30.06.2022
Kortyka	Joachim	Speyer	GER	287		5	14	19		63	30.06.2022
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	GER	171		17	2	19		63	30.06.2022
Henschel	Alexander	Wanfried	GER	550		7	11	18		68	30.06.2022
Meyer	Irina	Osnabrück	GER	585		15	3	18		68	30.06.2022
Spiekermann	Peter	Ahnatal	GER	462		13	5	18		68	30.06.2022
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	GER	44		18	0	18		68	30.06.2022
Heinig	Marcel	Berlin	GER	186		8	9	17		72	30.06.2022
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	GER	17		15	2	17		72	30.06.2022
Klatt	Detlef	Leverkusen	GER	439		14	3	17		72	30.06.2022
Karklis	Ute	Steinhagen	GER	567		9	8	17		72	30.06.2022
Körner	Jens	Leipzig	GER	512		15	2	17		72	30.06.2022
Liegmann	Günter	Osnabrück	GER	319		12	5	17		72	30.06.2022
Scheper	Thorsten	Langförden	GER	410		17	0	17		72	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	St	Marat.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Schulte	Thorsten	Quickborn	GER	431		4	13	17		72	30.06.2022
Tegge-Walderstein	Monika	Norderstedt	GER	477		7	10	17		72	30.06.2022
Treiber	Andreas	Heidelberg	GER	530		11	6	17		72	30.06.2022
von Palombini	Jobst	Bückebug	GER	29		15	2	17		72	30.06.2022
Chittka, Dr.	Jörg	Wietze	GER	451		16	0	16		83	30.06.2022
Dolezych	Steve	Obernholz	GER	482		12	4	16		83	30.06.2022
Hinz	Doris	Eckernförde	GER	486		4	12	16		83	30.06.2022
Jungclaus	Frank	Wedemark	GER	413		7	9	16		83	30.06.2022
Roch	Karl	Oberhausen	GER	470		2	14	16		83	30.06.2022
Breer	Pater Tobias	Duisburg	GER	534		14	1	15		88	30.06.2022
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	GER	403		10	4	14		89	30.06.2022
Britz	Werner	Aurich	GER	226		13	1	14		89	30.06.2022
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	GER	122		10	4	14		89	30.06.2022
Hahn	Alexander	Lensahn	GER	524		6	8	14		89	30.06.2022
Kortyka	Sara	Speyer	GER	351		5	9	14		89	30.06.2022
Leffler	Mirko	Suhl	GER	338		4	10	14		89	30.06.2022
Radzuweit	Thomas	Hamburg	GER	124		10	4	14		89	30.06.2022
Schroeder	Christine	Hamburg	GER	257		12	2	14		89	30.06.2022
Bauman	Judith	Jockgrim	GER	536		13	0	13		97	30.06.2022
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	GER	288		13	0	13		97	30.06.2022
Lüdtke	Jörg	Hamburg	GER	559		9	4	13		97	30.06.2022
Neumeister	Klaus	Gladenbach	GER	13		10	3	13		97	30.06.2022
Rizzitelli	Michele	Barletta	ITA	116		8	5	13		97	30.06.2022
Stelling	Nicola	Aurich	GER	592		7	6	13		97	30.06.2022
Boyde-Wolke	Robert	Zeuthen	GER	545		9	3	12		103	30.06.2022
Fender	Birgit	Rutesheim	GER	335		3	9	12		103	30.06.2022
Frank	Rolf	Hohenaspe	GER	6		11	1	12		103	30.06.2022
Gargano	Angela	Barletta	ITA	115		9	3	12		103	30.06.2022
Heidemann	Udo	Bielefeld	GER	540		7	5	12		103	30.06.2022
Krause	Karsten	Düsseldorf	GER	547		4	8	12		103	30.06.2022
Kühl	Sabine	Alveslohe	GER	471		11	1	12		103	30.06.2022
Möhle	Marion	Darmstadt	GER	282		9	3	12		103	30.06.2022
Riedel	Andreas	Roßleben	GER	472		10	2	12		103	30.06.2022
Spatz	Erik	Hamburg	GER	505		6	6	12		103	30.06.2022
Spieker	Johann	Laar	GER	135		12	0	12		103	30.06.2022
Würl	Hans	Rödinghausen	GER	320		10	2	12		103	30.06.2022
Franck	Arne	Kaltenkirchen	GER	175		11	0	11		115	30.06.2022
Haschen	Jürgen	Kassel	GER	331		7	4	11		115	30.06.2022
Hesse	Jörn	Freden	GER	488		10	1	11		115	30.06.2022
Koczor	Carsten	Kreuztal	GER	496		8	3	11		115	30.06.2022
Pöttger	Robert	Remshalden	GER	392		3	8	11		115	30.06.2022
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	GER	285		9	2	11		115	30.06.2022
Risch	Joachim	Köln	GER	360		9	2	11		115	30.06.2022
Rolfes	Maria	Lohne	GER	294		8	3	11		115	30.06.2022
Sweers	Ralf	Emden	GER	425		9	2	11		115	30.06.2022
Geier	Jürgen	Plochingen	GER	600	A	1	10	11		115	30.06.2022
Bettingen	Andreas	München	GER	549		9	1	10		125	30.06.2022
Gleichmann	Ronny	Erfurt	GER	576		0	10	10		125	30.06.2022
Heeger	Peter	Rheine	GER	473		10	0	10		125	30.06.2022
Jäger	Hans	Mannheim	GER	444		3	7	10		125	30.06.2022
Martin	Peter	Bad Hersfeld	GER	523		4	6	10		125	30.06.2022
Mol	Ben	Almere	NED	37		10	0	10		125	30.06.2022
Strack	Judith	München	GER	548		9	1	10		125	30.06.2022
Traeder	Martin	Hamburg	GER	307		9	1	10		125	30.06.2022
Clever, Dr.	Ulrich Martin	Leipzig	GER	581	A	9	0	9		133	30.06.2022
Dörr	Volker	Harthausen	GER	574		8	1	9		133	30.06.2022
Froonhoff	Rob	Amersfoort	NED	119		6	3	9		133	30.06.2022
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	GER	258		5	4	9		133	30.06.2022
Kuhlmeier Dr.	Jürgen	Oldenburg	GER	43		7	2	9		133	30.06.2022
Lietz	Ralf	Wildeshausen	GER	453		4	5	9		133	30.06.2022
Brendemühl	Dieter	Lontzen	BEL	580		6	2	8		139	30.06.2022
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	GER	357		5	3	8		139	30.06.2022
Deifuß, Dr.	Holger	Ascheberg	GER	541		7	1	8		139	30.06.2022
Niedeck	Tanja	Neuenkirchen	GER	495		5	3	8		139	30.06.2022
Ulrich	Claudia	Ditzingen	GER	537		6	2	8		139	30.06.2022
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	GER	196		7	0	7		144	30.06.2022
Felser	Kerstin	Germersheim	GER	441		7	0	7		144	30.06.2022
Felser	Klaus	Bellheim	GER	463		7	0	7		144	30.06.2022
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	GER	490		5	2	7		144	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	St	Marat.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand
Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	GER	492		1	6	7		144	30.06.2022
Lehner	Martin	Bayreuth	GER	435		5	2	7		144	30.06.2022
Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	GER	537		6	1	7		144	30.06.2022
Sachse	Matthias	Berlin	GER	384		7	0	7		144	30.06.2022
Schremmer	Gerd	Plauen	GER	363		3	4	7		144	30.06.2022
Stoll	Winfried	Offenburg	GER	437		5	2	7		144	30.06.2022
Szarvas	Markus	Sonsbeck	GER	424		7	0	7		144	30.06.2022
Zach	Jürgen	Waiblingen	GER	584		1	6	7		144	30.06.2022
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	GER	395		4	2	6		156	30.06.2022
Fender	Norbert	Rutesheim	GER	336		1	5	6		156	30.06.2022
Gruhn	Frank	Salzgitter	GER	376		5	1	6		156	30.06.2022
Koenig	Jörg	Emmerthal	GER	222		0	6	6		156	30.06.2022
Krauss	Roland	Kammerstein	GER	408		2	4	6		156	30.06.2022
Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	GER	575		6	0	6		156	30.06.2022
Opl	Manfred	Kassel	GER	556		6	0	6		156	30.06.2022
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	GER	269		5	1	6		156	30.06.2022
Retzlaff	Harald	Bochum	GER	341		4	2	6		156	30.06.2022
Schulze	Klaus-Dieter	Kropp	GER	551		6	0	6		156	30.06.2022
Bicher	Stefan	Berlin	GER	276		2	3	5		166	30.06.2022
Graubner	Rolf	Hamburg	GER	375		4	1	5		166	30.06.2022
Heyer	Hermann	Winningen	GER	420		2	3	5		166	30.06.2022
Hirschberger	Torsten	Hannover	GER	125		1	4	5		166	30.06.2022
Huber	René	Ostrhauderfehn	GER	517		3	2	5		166	30.06.2022
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	GER	366		5	0	5		166	30.06.2022
Klatt	Dirk	Montabaur	GER	290		3	2	5		166	30.06.2022
Pitz	Markus	Bad Driburg	GER	406		3	2	5		166	30.06.2022
Schläger	Lars	Bünde	GER	388		5	0	5		166	30.06.2022
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	GER	393		4	1	5		166	30.06.2022
Baade	Mike	Wunstorf	GER	552		2	2	4		176	30.06.2022
Loger	Gerhard	Oldenburg	GER	378		4	0	4		176	30.06.2022
Mantel	Klaus	Fellbach	GER	480		2	2	4		176	30.06.2022
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	GER	443		4	0	4		176	30.06.2022
Sawilla	Holger	Berne	GER	553		1	3	4		176	30.06.2022
Selent	Andrea	Hannover	GER	498		1	3	4		176	30.06.2022
Weber	Michael	Stuttgart	GER	87	E	3	1	4		176	30.06.2022
Danger	Frank	Hamburg	GER	521		3	0	3		183	30.06.2022
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	GER	399		3	0	3		183	30.06.2022
Eichner	Sigrid	Berlin	GER	4	E	1	2	3		183	30.06.2022
Elster	Dieter Max	Buchum	GER	476		3	0	3		183	30.06.2022
Grebe	Sven	Schauenburg	GER	568		2	1	3		183	30.06.2022
Haase	Falko	Hamburg	GER	342		3	0	3		183	30.06.2022
Jaekel	Christoph	Hamburg	GER	467		3	0	3		183	30.06.2022
Javed	Roman	Rietberg	GER	533		2	1	3		183	30.06.2022
Klinger	Uwe	Sindelfingen	GER	508		3	0	3		183	30.06.2022
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	GER	160		3	0	3		183	30.06.2022
Pflügler	Christian	Telgte	GER	253		0	3	3		183	30.06.2022
Pielke	Thomas	Kummerfeld	GER	361		3	0	3		183	30.06.2022
Winkler	Ingolf	Neuss	GER	309		2	1	3		183	30.06.2022
Clausen	Jürgen	Nübel	GER	374		2	0	2		196	30.06.2022
Gaudi	Manfred	Bergen	GER	277		2	0	2		196	30.06.2022
Hajek	Verena	Köln	GER	503		2	0	2		196	30.06.2022
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	GER	332		0	2	2		196	30.06.2022
Höper	Hanno	Lensahn	GER	387		1	1	2		196	30.06.2022
Karczewski	Zenon	Dresden	GER	506		1	1	2		196	30.06.2022
Köhler	Tom	Steinfurt	GER	507		2	0	2		196	30.06.2022
Kummer	Peter	Hamburg	GER	329		2	0	2		196	30.06.2022
Möck	Wolfgang	Linkenheim	GER	207		2	0	2		196	30.06.2022
Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	GER	525		0	2	2		196	30.06.2022
Weismann	Torsten	Breisach	GER	442		2	0	2		196	30.06.2022
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	GER	372		0	2	2		196	30.06.2022
Bartz	Jörg	Kremmen	GER	566		2	0	2		196	30.06.2022
Boenigk	Luzie	Berlin	GER	429		1	0	1		209	30.06.2022
Braun	Helmut	Bielefeld	GER	192		1	0	1		209	30.06.2022
Busse	Thomas	Bernterode	GER	481		1	0	1		209	30.06.2022
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	GER	411		1	0	1		209	30.06.2022
Graebel	Gunther	Duisburg	GER	448		1	0	1		209	30.06.2022
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	GER	337		0	1	1		209	30.06.2022
Rohde	Klaus	Jena	GER	33		1	0	1		209	30.06.2022
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	GER	293		1	0	1		209	20.04.2022

Name	Vorname	Ort	Nat.	MNr.	St	Marat.	Ultra	Summe	Bem	Platz	Stand	
Schmitz	Siegfried	Kiel	GER	57		1	0	1		209	30.06.2022	
Storz	Armin	Lichtenwald	GER	421		1	0	1		209	30.06.2022	
Walendy	Andreas	Vellmar	GER	479		0	1	1		209	30.06.2022	
						2463	934	3397				
Summe:						M	U	M + U				30.06.2022

Gesamtstatistik per 30.06.2022 (erstellt von Michael Kiene)

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Hottas	Christian	Hamburg	1956	GER	1		2626	488	3.114		1	30.06.2022
Eichner	Sigrid	Berlin	1940	GER	4	E	1444	857	2.301		2	30.06.2022
Mütze	Willem	Heerlen	1956	NED	254		766	1052	1.818		3	31.12.2021
Meyer	Hans-Joachim	Hamburg	1939	GER	2	E/I	1189	430	1.619		4	30.06.2019
Wallesch	René	Geesthacht	1972	GER	12		1113	301	1.414		5	30.06.2021
Eberle	Dietrich	Seevetal	1951	GER	103		1088	309	1.397		6	30.06.2022
Wieneke	Peter	Hamfelde	1946	GER	42		1156	155	1.311		7	31.12.2021
Neumann	Klaus	Stuttgart	1952	GER	53		614	609	1.223		8	30.06.2022
von Kocemba	Rosemarie	Kiel	1944	GER	118		985	213	1.198		9	30.06.2022
Ulmschneider	Klaus-Peter	Ostfildern	1962	GER	202		740	363	1.103		10	30.06.2022
Schroeder	Christine	Hamburg	1958	GER	257		878	204	1.082		11	30.06.2022
Gargano	Angela	Barletta	1961	ITA	115		724	317	1.041		12	30.06.2022
Rizzitelli	Michele	Barletta	1946	ITA	116		746	292	1.038		13	30.06.2022
Mol	Ben	Almere	1949	NED	37		818	211	1.029		14	30.06.2022
Slaaf	Sjoerd	Groningen	1952	NED	99		872	138	1.010		15	1952-2022
Kiene	Michael	Northeim	1971	GER	308		668	342	1.010		15	30.06.2022
Feurich	Cornelia	Hamburg	1955	GER	458		691	248	939		17	30.06.2022
Junker	Gerd	Wallenhorst	1956	GER	323		757	168	925		18	30.06.2022
Schütte	Heinrich	Nordstemmen	1956	GER	137		603	298	901		19	30.06.2022
Mintgen	Dietmar	Nickenich	1954	GER	237		510	354	864		20	31.12.2021
von Palombini	Jobst	Bückebug	1969	GER	29		640	210	850		21	30.06.2022
Sagasser	Mario	Henstedt-Ulzburg	1965	GER	172		769	80	849		22	30.06.2022
Biallas	Jürgen	Iserlohn	1954	GER	148	I	300	482	782		23	31.12.2021
Radzuweit	Thomas	Hamburg	1965	GER	124		657	119	776		24	30.06.2022
Turzynski	Michael	Hannover	1968	GER	10		584	164	748		25	30.06.2022
Buis	Hans	Midwoud	1951	NED	554		642	95	737		26	31.12.2021
Koenig	Jörg	Emmerthal	1949	GER	222		288	439	727		27	30.06.2022
Kuhlmey Dr.	Jürgen	Oldenburg	1938	GER	43		590	115	705		28	30.06.2022
Frühau	Sylvia	Bissendorf	1964	GER	328		515	182	697		29	31.12.2021
Cavaleiro	Peer	Viersen	1981	GER	292		450	235	685		30	31.12.2020
Komar	Ewald	Weinheim	1950	GER	493		232	452	684		31	30.06.2022
Steckel	Manfred	Köln	1955	GER	385		478	195	673		32	30.06.2022
Drexler Prof. Dr.	Hans	Braunschweig	1953	GER	122		364	303	667		33	30.06.2022
Wenzel Dr.	Christoph	Dortmund	1960	GER	44		553	111	664		34	30.06.2022
Tomaschewski	Ulrich	Crailsheim	1954	GER	233		391	252	643		35	30.06.2022
Löher	Burkhard	Wedel	1959	GER	409		515	124	639	1	36	30.06.2022
Kater	Werner	Fuhlen	1952	GER	434		588	46	634		37	1952-2022
Kuhn	Sylke	Vellmar	1971	GER	422		530	80	610		38	30.06.2022
Heitfeldt	Ulrich	Hohenhameln	1957	GER	440		399	210	609		39	30.06.2022
Spieker	Johann	Laar	1939	GER	135		496	108	604		40	30.06.2022
Gieler Prof. Dr.	Wolfgang	Bad Neuenahr	1960	GER	389		465	134	599		41	30.06.2022
Henke Dr.	Volkmar	Rheine	1944	GER	17		554	44	598		42	30.06.2022
Häsler	Olaf	Bremen	1965	GER	398		418	176	594		43	30.06.2022
Kortyka	Joachim	Speyer	1955	GER	287		304	272	576		44	30.06.2022
Cavaleiro Prof.	Claudia	Viersen	1970	GER	248		419	145	564		45	31.12.2020
de Vries	Bennie	Stadskanaal	1965	NED	466		479	85	564		45	30.06.2022
Braun	Helmut	Bielefeld	1951	GER	192		533	30	563		47	30.06.2022
Weitkämper	Wolfgang	Edeweicht	1960	GER	211		474	76	550		48	30.06.2022
Felle	Kurt	Memmingen	1941	GER	5	P	364	185	549		49	31.12.1999
Laig	Uwe	Lengerich	1957	GER	432		372	168	540		50	30.06.2022
Themm	Thorsten	Nortorf	1972	GER	95		262	269	531		51	30.06.2021

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Hertinger	Bernhard	Laudenbach	1955	GER	241		324	205	529		52	31.12.2017
Sagasser	Doris	Henstedt-Ulzburg	1968	GER	171		498	29	527		53	30.06.2022
Loeber	Ralf	Bornheim	1977	GER	414		503	22	525		54	30.06.2022
Böttjer	Winfried	Bremen	1956	GER	358		340	183	523		55	30.06.2022
Kloss	Ingo	Bremen	1970	GER	513		320	197	517		56	30.06.2022
Rösner	Karl-Ernst	Haan	1938	GER	8	P	356	154	510		57	30.06.2019
Baumgarten	Karl-Wolfgang	Weyhe	1952	GER	196		440	66	506		58	30.06.2022
Dolphin	Bob	Renton	1929	USA	104		458	44	502		59	1929-2021
Pandian	Sivabalan	Mumbai	1958	IND	457		457	43	500		60	07.11.2021
Heinig	Marcel	Berlin	1981	GER	186		269	224	493		61	30.06.2022
Sporleder	Ole	Hamburg	1969	GER	152		395	88	483		62	31.12.2021
Gino	Paolo	Novara	1961	ITA	380		422	48	470		63	31.12.2020
Rohwedder	Karl	Berlin	1955	GER	334	I	216	244	460		64	31.12.2019
Bangert	Klaus	Bargfeld-Stegen	1958	GER	288		406	48	454		65	30.06.2022
Britz	Werner	Aurich	1945	GER	226		396	54	450		66	30.06.2022
Frank	Rolf	Hohenaspe	1937	GER	6		344	105	449		67	30.06.2022
Randt	Christoph	Mannheim	1954	GER	139	I	389	57	446		68	31.12.2021
Schmitz	Siegfried	Kiel	1946	GER	57		344	101	445		69	30.06.2022
Bruns	Annette	Bad Dürkheim	1967	GER	565		223	222	445		69	30.06.2022
Rolfes	Maria	Lohne	1954	GER	294		360	80	440		71	30.06.2022
Petersen	Ronald	Kiel	1943	GER	106		361	77	438		72	31.12.2018
Bremer	Andreas	Witten	1956	GER	468		430	8	438		72	30.06.2022
Gerlach	Jörg	Bergkamen	1960	GER	208		308	128	436		74	31.12.2021
Froonhoff	Rob	Amersfoort	1966	NED	119		347	88	435		75	30.06.2022
Peemöller	Sven	Bad Oldesloe	1968	GER	269		377	52	429		76	30.06.2022
Fischer	Marc	Salzgitter	1973	GER	355		351	75	426		77	30.06.2022
Rohwedder	Cornelia	Berlin	1965	GER	356		152	268	420		78	30.06.2022
Barthelmann	Joachim	Koblenz	1949	GER	191	I	233	184	417		79	31.12.2019
Heyer	Günter	Kiel	1938	GER	212		368	48	416		80	30.06.2022
Papcke	Gerd-Rudi	Stuttgart	1933	GER	100	I	383	33	416		80	31.12.2016
Rehers, Dr.	Hans-Werner	Osnabrück	1947	GER	285		313	102	415		82	30.06.2022
Weber	Michael	Stuttgart	1958	GER	87	E	346	61	407		83	30.06.2022
Gröhn	Beate	Kaltenkirchen	1962	GER	346		364	41	405		84	30.06.2022
Neumeister	Klaus	Gladenbach	1959	GER	13		349	55	404		85	30.06.2022
Kortyka	Sara	Speyer	1991	GER	351		212	191	403		86	30.06.2022
Jost	Karl-Heinz	Kiel	1937	GER	48		244	156	400		87	1937-2016
Würl	Hans	Rödinghausen	1961	GER	320		264	133	397		88	30.06.2022
Stohldreier	Thorsten	Hamburg	1971	GER	390		284	102	386		89	30.06.2022
Etzrodt	Frank-Ulrich	Berlin	1952	GER	217		253	130	383		90	31.12.2021
Liegmann	Günter	Osnabrück	1956	GER	319		221	148	369		91	30.06.2022
Neumann	Bernd	Vellmar	1951	GER	345		356	10	366		92	30.06.2022
Berka	Frank	Hamburg	1970	GER	168		245	116	361		93	30.06.2022
Ramthun	Martina	Hamburg	1964	GER	369		233	126	359		94	30.06.2022
Vollmer	Ralf	Buxtehude	1962	GER	255		269	87	356		95	30.06.2021
Fehling	Christian	Marschacht	1971	GER	340		278	72	350		96	30.06.2022
Haase	Falko	Hamburg	1969	GER	342		314	35	349		97	30.06.2022
Steinbrecher	Diethard	Cottbus	1952	GER	232		149	194	343		98	30.06.2021
Graubner	Rolf	Hamburg	1955	GER	375		264	77	341		99	30.06.2022
Sonntag	Werner	Ostfildern	1926	GER	3	E	190	149	339		100	1926-2021
Traeder	Martin	Hamburg	1990	GER	307		261	76	337		101	30.06.2022
Szlachetka	Barbara	Hamburg	1956	POL	28	E	279	57	336		102	1956-2005
Reinhard-Miltz	Gerhard	Kreuzlingen	1956	SUI	260		296	39	335		103	31.12.2021
Dembeck	Ralf	Geestland	1970	GER	518		216	119	335		103	30.06.2022
Hunhold	Jens	Rathenow	1968	GER	367		269	63	332		105	31.12.2021
Vajen	Heino	Osterh.-Scharmb.	1963	GER	446		267	65	332		105	1963-2022
Frank	Arne	Kaltenkirchen	1962	GER	175		332	0	332		105	30.06.2022
Kieselbach	Wolfgang	Buchholz	1952	GER	223	I	314	11	325		108	31.12.2017
Schwengler	Franz	Nürnberg	1963	GER	74		325	0	325		108	30.06.2022
Eberle	Gunia	Seevetal	1952	GER	179		251	73	324		110	30.06.2022
Stampfer	Hartmann	Völs am Schlern	1960	ITA	301	P	304	20	324		110	30.06.2022
Schmidt	Patrik	Hamburg	1946	GER	9		277	41	318		112	05.09.2020
Iffert	Friedrich	Kassel	1944	GER	32	I	215	102	317		113	31.12.2017
Pufahl	Rainer	Müssen	1964	GER	273		270	41	311		114	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Schulte	Thorsten	Quickborn	1982	GER	431		173	134	307		115	30.06.2022
Weidemann	Friedhelm	Sassenburg-Stüde	1959	GER	16		269	37	306		116	30.06.2022
Eipper	Götz W.	Hamburg	1934	GER	114	I	287	19	306		116	31.12.2015
Köhn	Erika	Tangstedt	1956	GER	272		279	26	305		118	31.12.2021
Gierse	Gerold	Wildeshausen	1955	GER	79		208	93	301		119	30.06.2022
Eisele	Gabriele	Rendsburg	1963	GER	354		207	94	301		119	30.06.2022
Mehl	Wojciech Piotr	Stockelsdorf	1951	GER	450		292	7	299		121	30.06.2022
Wrage	Jens-Peter	Bad Oldesloe	1965	GER	372		267	31	298		122	21.01.2022
Jungclaus	Frank	Wedemark	1969	GER	413		171	127	298		122	30.06.2022
Pflügler	Christian	Telgte	1967	GER	253		190	107	297		124	30.06.2022
Gehrke	Lothar	Hamburg	1939	GER	85	E	266	29	295		125	1939-2010
Bicher	Stefan	Berlin	1982	GER	276		143	151	294		126	30.06.2022
Blumenroth	Michael	Frankfurt/Main	1964	GER	403		216	74	290		127	30.06.2022
Tegge-Walderst.	Monika	Norderstedt	1968	GER	477		220	70	290		127	30.06.2022
Bogacz	Rico	Teltow	1987	GER	427		197	89	286		129	30.06.2022
Neuhaus	Joachim	Hamburg	1959	GER	321		251	31	282		130	1959-2016
Decius, Dr.	Karl-Walter	Bünde	1949	GER	357		187	94	281		131	30.06.2022
Leffler	Mirko	Suhl	1970	GER	338		127	154	281		131	30.06.2022
Möhle	Marion	Darmstadt	1965	GER	282		211	68	279		133	30.06.2022
Fender	Norbert	Rutesheim	1959	GER	336		140	135	275		134	30.06.2022
Haschen	Jürgen	Kassel	1962	GER	331		211	64	275		134	30.06.2022
Dilling	Daniela	Bad Freienwalde	1962	GER	264		129	144	273		136	31.12.2019
Wolf	Dieter	Röpersdorf	1939	GER	15		249	23	272		137	1939-2020
Bieler	Jana	Berlin	1979	GER	501		241	31	272		137	30.06.2022
Burns	Peter	Essex	1947	GBR	296		270	0	270		139	30.06.2017
Fender	Birgit	Rutesheim	1963	GER	335		141	126	267		140	30.06.2022
Reddert	Anja	Bergisch Gladbach	1975	GER	542		236	31	267		140	30.06.2022
Kröling	Matthias	Köln	1989	GER	514		163	100	263		142	30.06.2022
Schläger	Lars	Bünde	1984	GER	388		134	128	262		143	30.06.2022
Spiekermann	Peter	Ahnatal	1954	GER	462		206	55	261		144	30.06.2022
Lietz	Ralf	Wildeshausen	1961	GER	453		145	116	261		144	30.06.2022
Seitz	Bernd	Regensburg	1939	GER	55		108	153	261		144	06.08.2019
Sesterheim	Bernhard	Trier	1945	GER	121		174	87	261		144	31.12.2009
Klatt	Dirk	Montabaur	1959	GER	290		199	60	259		148	30.06.2022
Bieler	Michael	Berlin	1978	GER	502		224	35	259		148	30.06.2022
Nielsen	Michael	Broby	1970	DEN	311		214	43	257		150	07.07.2012
Schiebel	Thomas	Dresden	1954	GER	84		210	47	257		150	1954-2006
Schlüter	Eva	Hatzenbühl	1968	GER	274		120	137	257		150	30.06.2022
Kummer	Peter	Hamburg	1953	GER	329		218	38	256		153	30.06.2022
Frenken	Han	Stein	1962	NED	93		158	95	253		154	30.06.2022
Schlüter	Gabriel	Hatzenbühl	1949	GER	220		104	149	253		154	1949-2016
Erdmann	Claudia	Kaltenkirchen	1963	GER	244		233	18	251		156	30.06.2017
Gormanns	Kurt	Bramsche	1951	GER	270		177	74	251		156	31.12.2011
Rüdig	Otmar	Neuwied	1943	GER	89		154	97	251		156	31.12.2015
Klatt	Detlef	Leverkusen	1966	GER	439		232	19	251		156	30.06.2022
Isman	Dehen	Köln	1967	AUT	469		223	27	250		160	31.12.2021
Serafin	Reinhold	Gießen	1934	GER	56		172	76	248		161	1934-2015
Schwarz	Konrad	Barmstedt	1956	GER	62		188	57	245		162	31.12.2009
Meikstat	Gunnar	Berlin	1981	GER	489		141	104	245		162	30.06.2022
Hetzel	Hans-Jürgen	Ellerbek	1962	GER	332		198	46	244		164	30.06.2022
Kellermann	Peter	Wentorf	1957	GER	271		208	36	244		164	31.12.2021
Chittka, Dr.	Jörg	Wietze	1964	GER	451		239	2	241		166	30.06.2022
Andreesen	Andres	Wittmund	1966	GER	325		197	43	240		167	31.12.2017
Kießling	Achim	München	1939	GER	65		224	16	240		167	31.12.2006
Schulz	Jürgen	Nesse-Apfelstädt	1947	GER	256		171	66	237		169	31.12.2019
Dehling	Sascha	Berlin	1977	GER	526		138	99	237		169	30.06.2022
Strack	Judith	München	1959	GER	548		220	16	236		171	30.06.2022
Bettingen	Andreas	München	1965	GER	549		215	20	235		172	30.06.2022
Hoffmann	Frank	Horneburg	1964	GER	371		221	11	232		173	31.12.2018
Richter	Michael	Braunschweig	1956	GER	157		156	75	231		174	31.12.2021
Neugebauer	Katrin	Stadthagen	1986	GER	531		167	64	231		174	30.06.2022
Abenhardt	Bodo	Erfstadt	1968	GER	563		216	4	220		176	30.06.2022
Bultmann	Jürgen	Asendorf	1961	GER	438		143	75	218		177	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Rohde	Klaus	Jena	1942	GER	33		184	32	216		178	30.06.2022
Makuszies	Bodo	Winsen / Luhe	1958	GER	160		192	24	216		178	30.06.2022
Tauber	Lothar	Zwickau	1935	GER	68		196	20	216		178	1935-2018
Raulf	Martin	Winsen Luhe	1960	GER	396		168	47	215		181	31.12.2019
Littwin	Rüdiger	Dorsten	1953	GER	306		144	68	212		182	31.12.2016
Reich	Dieter	Ahnatal	1942	GER	436		211	0	211		183	31.12.2021
Dolezych	Steve	Obernholz	1983	GER	482		170	41	211		183	30.06.2022
Hirschberger	Torsten	Hannover	1964	GER	125		128	81	209		185	30.06.2022
August	Karsten	Hamburg	1979	GER	520		157	52	209		185	30.06.2022
Risch	Joachim	Köln	1955	GER	360		112	95	207		187	30.06.2022
Heyer	Hermann	Winningen	1960	GER	420		137	70	207		187	30.06.2022
Punge	Wolfgang	Bünde	1964	GER	343	I	167	40	207		187	30.06.2021
Soff	Andreas	Unterwellenborn	1960	GER	281		161	46	207		187	31.12.2018
Westphal	Hans-Joachim	Berlin	1957	GER	393		169	37	206		191	30.06.2022
Korioth	Detlef	Bad Salzuflen	1948	GER	546		116	89	205		192	30.06.2022
Schulz	Wolfgang	Barsinghausen	1968	GER	511		162	43	205		192	30.06.2022
Hinz	Doris	Eckernförde	1971	GER	486		124	81	205		192	30.06.2022
Bellwart	Günter	Sassenburg-Stüde	1941	GER	142	I	199	5	204		195	31.12.2017
Schäfers	Gottfried	Altenberge	1938	GER	178		199	5	204		195	31.12.2013
Hammann	Detlef	Stade	1965	GER	555		115	87	202		197	30.06.2022
Scheper	Thorsten	Langförden	1965	GER	410		161	41	202		197	30.06.2022
Pöttger	Robert	Remshalden	1960	GER	392		83	118	201		199	30.06.2022
Krauss	Roland	Kammerstein	1962	GER	408		122	79	201		199	30.06.2022
Schneider	Sabine	Hachenburg	1963	GER	201	P	188	13	201		199	31.12.2010
Möck	Wolfgang	Linkenheim	1957	GER	207		155	44	199		202	30.06.2022
Treiber	Andreas	Heidelberg	1960	GER	530		103	95	198		203	30.06.2022
Giersberg	Andreas	Bochum	1965	GER	359		117	81	198		203	31.12.2020
Sembach	Markus	Kamen	1962	GER	362		151	47	198		203	31.12.2019
Sachse	Matthias	Berlin	1964	GER	384		176	19	195		206	30.06.2022
Riedel	Andreas	Roßleben	1976	GER	472		167	28	195		206	30.06.2022
Stoll	Winfried	Offenburg	1964	GER	437		153	41	194		208	30.06.2022
Wolfgramm	Klaus	Herford	1957	GER	339		179	15	194		208	31.12.2020
Kerkenbusch	Werner	Oberhausen	1947	GER	366		185	8	193		210	30.06.2022
Gluhic	Mukir	Hamburg	1965	BIH	560		145	48	193		210	30.06.2022
Antoni	Günter	Buxtehude	1941	GER	225	I	151	41	192		212	31.12.2020
Jung	Helmut	Kaltenkirchen	1935	GER	174		190	2	192		212	1935-2007
Schremmer	Gerd	Plauen	1956	GER	363		141	50	191		214	30.06.2022
Lorber	Heinz	Hannover	1965	GER	7		175	13	188		215	31.12.2007
Schacht	Torsten	Norderstedt	1961	GER	162		172	14	186		216	31.12.2021
Orth	Peter	Vellmar	1943	GER	426		167	18	185		217	31.12.2021
Ziegler	Sven	Ratingen	1977	GER	433		118	67	185		217	31.12.2019
Ostapenko	Tanya	Göttingen	1984	USA	491		101	83	184		219	30.06.2022
Gaudl	Manfred	Bergen	1960	GER	277		170	13	183		220	30.06.2022
Schumacher	Gabi	Vechta	1971	GER	445		89	94	183		220	31.12.2019
Kühl	Sabine	Alveslohe	1968	GER	471		173	9	182		222	30.06.2022
Bernath	Wolfgang	Waldbreitbach	1959	GER	395		138	43	181		223	30.06.2022
Peñalba	Rafael	Buttenheim	1960	GER	279		140	41	181		223	31.12.2021
Hesse	Jörn	Freden	1974	GER	488		122	59	181		223	30.06.2022
Roch	Karl	Oberhausen	1963	GER	470		84	95	179		226	30.06.2022
Weismann	Torsten	Breisach	1975	GER	442		140	38	178		227	30.06.2022
Reuter	Jürgen	Lebach	1966	GER	487		118	59	177		228	30.06.2022
Szarvas	Markus	Sonsbeck	1967	GER	424		147	30	177		228	30.06.2022
Ehrlich	Hartmut	Lübeck	1941	GER	11		137	39	176		230	31.12.2015
Kimitta	Ernst-Otto	Rieseby	1954	GER	185		150	25	175		231	31.12.2015
Barz	Inka	Neu Wulmstorf	1971	GER	532		95	80	175		231	30.06.2022
Willems	André	Troisdorf	1967	GER	108		148	26	174		233	31.12.2010
Bendin	Davor	Kiel	1971	GER	151		84	90	174		233	30.06.2022
Körner	Jens	Leipzig	1972	GER	512		161	13	174		233	30.06.2022
Steinberg	Antonius	Lennestadt	1947	GER	24	P	165	8	173		236	31.12.2014
Sweers	Ralf	Emden	1963	GER	425		153	18	171		237	30.06.2022
SchmidtKonz	Thomas	Forchheim	1959	GER	291		115	56	171		237	31.12.2019
Stahlberg	Jakob Levi	Hamburg	1971	GER	416		152	19	171		237	30.06.2022
Heilers	Florian	Düsseldorf	1975	GER	373		133	37	170		240	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Tüg-Hilbert	Katrin	Kasseedorf	1970	GER	564		88	81	169		241	30.06.2022
Datzmann	Helmut	Roth	1946	GER	198	I	111	57	168		242	30.06.2018
Descombes	Michel	Ebsdorfergrund	1941	GER	275		168	0	168		242	31.12.2009
Hummel	Helmut	Waldkirch	1942	GER	97		153	15	168		242	31.12.2007
Deutsch	Wilhelm	Leopoldshöhe	1939	GER	216		141	26	167		245	31.12.2018
Brendemühl	Dieter	Lontzen	1939	BEL	580		112	54	166		246	30.06.2022
Jendrasch	Horst	Kelkheim/Ts.	1936	GER	58		123	43	166		246	31.12.2014
Gaemlich	Bernd	Düsseldorf	1959	GER	64		158	6	164		248	31.12.2013
Rohwedder	Wolfgang	Büsum	1962	GER	443		161	1	162		249	30.06.2022
Schubert	Ralf K.	Frankfurt/Main	1968	GER	397		158	3	161		250	31.12.2019
Preine	Gerrit	Bomlitz	1962	GER	383		140	20	160		251	30.06.2022
Mantel	Klaus	Fellbach	1963	GER	480		65	95	160		251	30.06.2022
Jäger	Hans	Mannheim	1968	GER	444		96	64	160		251	30.06.2022
Kühne	Martin	Cuxhaven	1968	GER	572		143	16	159		254	30.06.2022
Clausen	Jürgen	Nübel	1962	GER	374		106	52	158		255	30.06.2022
Gruhn	Frank	Salzgitter	1965	GER	376		109	49	158		255	30.06.2022
Martin	Peter	Bad Hersfeld	1965	GER	523		104	54	158		255	30.06.2022
Spatz	Erik	Hamburg	1970	GER	505		123	35	158		255	30.06.2022
Loger	Gerhard	Oldenburg	1959	GER	378		116	39	155		259	30.06.2022
Höper	Hanno	Lensahn	1960	GER	387		103	52	155		259	30.06.2022
Larimo	Tapani	Seinäjäki	1950	FIN	120	I	155	0	155		259	31.12.2018
Giese	Kay	Buxtehude	1971	GER	318		81	73	154		262	30.06.2020
Sawilla	Holger	Berne	1971	GER	553		91	63	154		262	30.06.2022
Krön	Meinulf	Hamburg	1963	GER	230		141	12	153		264	30.06.2015
Berkath	Petra	Walsrode	1972	GER	561		91	62	153		264	30.06.2022
Herbst	Klaus	Mainz	1954	GER	238		152	0	152		266	12.08.2014
Schmidt	Günter	Wermsdorf	1952	GER	417	I	140	12	152		266	31.12.2020
Heidemann	Udo	Bielefeld	1970	GER	540		89	63	152		266	30.06.2022
Hantscher	Stefan	Suhl-Heinrichs	1970	GER	492		83	68	151		269	30.06.2022
Zachau	Axel	Viersen	1974	GER	558		131	19	150		270	31.12.2021
Roth, Dr.	Sebastian	Bischofswiesen	1970	GER	293		112	38	150		270	20.04.2022
Jaekel	Christoph	Hamburg	1973	GER	467		138	12	150		270	30.06.2022
Waßmer	Alfred	Aßlar / Werdorf	1959	GER	163	I	104	45	149		273	31.12.2014
Pitz	Markus	Bad Driburg	1969	GER	406		129	20	149		273	30.06.2022
Henschel	Alexander	Wanfried	1990	GER	550		77	72	149		273	30.06.2022
Retzlaff	Harald	Bochum	1961	GER	341		89	59	148		276	30.06.2022
Braemer	Lars	Walsrode	1972	GER	562		86	62	148		276	30.06.2022
Niedeck	Tanja	Neuenkirchen	1975	GER	495		61	87	148		276	30.06.2022
Lüdtke	Jörg	Hamburg	1965	GER	559		128	19	147		279	30.06.2022
Felser	Kerstin	Germersheim	1973	GER	441		124	23	147		279	30.06.2022
Storz	Armin	Lichtenwald	1960	GER	421		88	58	146		281	30.06.2022
Leiker	Jörg Ulrich	Cuxhaven	1967	GER	386	I	102	44	146		281	30.06.2020
Pielke	Thomas	Kummerfeld	1963	GER	361		140	5	145		283	30.06.2022
Hoffmann	Jens	Laasdorf	1967	GER	456		64	81	145		283	31.12.2021
Zach	Jürgen	Waiblingen	1968	GER	584		49	95	144		285	30.06.2022
Liszewitz	Dagmar	Köln	1962	GER	210		61	83	144		285	1962-2017
Habedank	Thorsten	Warburg	1973	GER	569		129	15	144		285	30.06.2022
Gickler Dr.	Wolfgang	Lahnstein	1959	GER	490		115	27	142		288	30.06.2022
Heeger	Peter	Rheine	1961	GER	473		142	0	142		288	30.06.2022
Frech	Werner	Lahnau	1950	GER	92		80	62	142		288	31.12.2003
Halder	Roland	Köln	1970	GER	302		60	81	141		291	30.06.2012
Mnich	Wolfgang Peter	Odenthal	1962	GER	537		136	4	140		292	30.06.2022
Luther	Heiko	Neunkirchen am Br.	1966	GER	527		131	9	140		292	31.12.2021
Wendefeuer	Heiko	Magdeburg	1982	GER	278		119	21	140		292	31.12.2017
Hahn	Alexander	Lensahn	1970	GER	524		121	19	140		292	30.06.2022
Koczor	Carsten	Kreuztal	1972	GER	496		102	38	140		292	30.06.2022
Scheer	Oliver	Hamburg	1967	GER	165		87	52	139		297	05.08.2020
Boyde-Wolke	Robert	Zeuthen	1974	GER	545		120	19	139		297	30.06.2022
Klopfer	Jürgen	Stuttgart	1978	GER	578		78	61	139		297	30.06.2022
Breer	Pater Tobias	Duisburg	1963	GER	534		130	7	137		300	30.06.2022
Menzel	Wolfgang	Sankt Augustin	1955	GER	535		105	31	136		301	30.06.2022
Karklis	Ute	Steinhagen	1969	GER	567		79	57	136		301	30.06.2022
Lo	Schek kee	Hamburg	1966	GER	134		102	34	136		301	31.12.2007

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Rietkötter	Fritz	Wildeshausen	1966	GER	419		106	30	136		301	31.12.2019
Albrecht	Dieter	Gerlingen	1941	GER	377	I	45	90	135		305	31.12.2020
Müller	Willi	Kaltenborn	1947	GER	195		90	45	135		305	31.12.2009
Javed	Roman	Rietberg	1985	GER	533		108	27	135		305	30.06.2022
Felser	Klaus	Bellheim	1946	GER	463		118	16	134		308	30.06.2022
Teicher	Bernhard	Ostbevern	1943	GER	51		102	32	134		308	31.12.2007
Janßen	Thorsten	Winsen / Luhe	1972	GER	258		105	29	134		308	30.06.2022
Haßlinger	Johannes	Marklohe	1978	GER	364		104	29	133		311	30.06.2014
Liedtke	Otto	Gifhorn	1960	GER	176		108	25	133		311	1960-2012
Winkler	Ingolf	Neuss	1972	GER	309		112	20	132		313	30.06.2022
Walendy	Andreas	Vellmar	1982	GER	479		121	10	131		314	30.06.2022
Ulrich	Claudia	Ditzingen	1969	GER	537		33	97	130		315	30.06.2022
Korölus	Markus	Freiburg	1993	GER	324		107	23	130		315	31.12.2014
Kurani	Hirendra	Henstedt-Ulzburg	1955	IND	246		116	14	130		315	31.12.2009
Hussel	Patrick	Springe	1980	GER	516		89	41	130		315	17.01.2022
Schulze	Ingo	Horb	1948	GER	49	I	42	87	129		319	30.06.2014
Drechsel, Dr.	Uwe	Bad Elster	1958	GER	411		128	0	128		320	30.06.2022
Kahlmeyer	Dirk	Wallenhorst	1966	GER	577		108	20	128		320	30.06.2022
Schlosser	Jens	Bennewitz	1961	GER	430		124	3	127		322	30.06.2022
Albrecht	Bernd	Schwalmstadt	1940	GER	284		69	58	127		322	30.06.2010
Schmid	Norbert	Hamburg	1950	GER	159		121	6	127		322	31.12.2005
Lehner	Martin	Bayreuth	1963	GER	435		118	8	126		325	30.06.2022
Barz	Stephan	Neu Wulmstorf	1965	GER	571		64	62	126		325	30.06.2022
Huber	René	Ostrhauderfehn	1966	GER	517		82	44	126		325	30.06.2022
Selent	Andrea	Hannover	1966	GER	498		63	63	126		325	30.06.2022
Kuhlmann Dr.	Jan	Geestland	1969	GER	582		87	39	126		325	30.06.2022
Kopp	Jürgen	Tremsbüttel	1948	GER	101		104	22	126		325	30.06.2016
Witt	Bruno	Zerf	1953	GER	283		101	25	126		325	29.03.2016
Elster	Dieter Max	Buchum	1956	GER	476		125	0	125		332	30.06.2022
Opl	Manfred	Kassel	1957	GER	556		120	5	125		332	30.06.2022
Stepponat	Jörg	Bad Homburg	1958	GER	509		114	11	125		332	30.06.2022
Krause	Karsten	Düsseldorf	1972	GER	547		98	27	125		332	30.06.2022
Penning	Hans-Dieter	Leer	1962	GER	519		74	51	125		332	31.12.2021
Schwien	Reinhard	Wesseln	1961	GER	460		115	10	125		332	30.06.2020
Zwilling	Thomas	Bad Soden	1969	GER	557		104	21	125		332	31.12.2021
Labs	Michael	Berlin	1961	GER	322		92	32	124		339	30.06.2022
Danger	Frank	Hamburg	1964	GER	521		118	6	124		339	30.06.2022
Kahlert	Wolfgang	Seevetal	1950	GER	224		100	24	124		339	30.06.2020
Baumann	Judith	Jockgrim	1972	GER	536		103	20	123		342	30.06.2022
Petermann	Hans	Riedlingen-Zwief.	1948	GER	412		95	28	123		342	31.12.2019
Schöll	Martin	Augsburg	1972	GER	370		120	3	123		342	31.12.2017
Kiderlen	Wolfgang	Offenburg	1941	GER	337		88	33	121		345	30.06.2022
Boenigk	Luzie	Berlin	1962	GER	429		88	33	121		345	30.06.2022
Deifuß, Dr.	Holger	Ascheberg	1968	GER	541		106	15	121		345	30.06.2022
Sandelmann	Monika	Wilhelmshaven	1957	GER	499		74	47	121		345	31.12.2020
Delbanco, Dr.	Evert	Köln	1969	GER	314		120	0	120		349	30.06.2022
Mohr	Johannes	Mörfelden	1934	GER	126		82	38	120		349	1934-2018
Dörnte	Regine	Kaltenkirchen	1963	GER	399		118	0	118		351	30.06.2022
Grebe	Sven	Schauenburg	1969	GER	568		109	9	118		351	30.06.2022
Köhler	Tom	Steinfurt	1970	GER	507		98	20	118		351	30.06.2022
Henke	Peter	Münsterdorf	1963	GER	365		98	19	117		354	30.06.2022
Dreiser	Timo	Dinteshelm	1966	GER	415	I	96	21	117		354	31.12.2020
Laube	Kurt	Stüde	1948	GER	295		114	2	116		356	31.12.2017
Nolte	Hannes	Braunschweig	1942	GER	250	I	108	8	116		356	30.06.2018
Nolte	Dirk	Hannover	1982	GER	449		94	22	116		356	31.12.2021
Szlachta	Richie	Witten	1952	GER	347		116	0	116		356	05.07.2014
Gleichmann	Ronny	Erfurt	1972	GER	576		2	113	115		360	30.06.2022
Schulze	Klaus-Dieter	Kropp	1952	GER	551		98	16	114		361	30.06.2022
Dörr	Volker	Harthausen	1957	GER	574		60	54	114		361	30.06.2022
Tewes	Günter	Garrel	1957	GER	219		102	12	114		361	31.12.2007
Brandl	Johannes	Berlin	1981	GER	352		88	25	113		364	30.06.2014
Klinger	Uwe	Sindelfingen	1969	GER	508		93	19	112		365	30.06.2022
Leffler	Andreas	Kaltenkirchen	1971	GER	454		111	1	112		365	30.06.2022

Name	Vorname	Ort	Jahrg.	Nat.	MNr.	Sta	Marat.	Ultra	Summe	Bem.	Platz	Stand
Porstner	Crispin	Bremen	1987	GER	455	I	61	51	112		365	31.12.2021
Busse	Thomas	Bernterode	1965	GER	481		110	1	111		368	30.06.2022
Stepponat	Birgit	Bad Homburg	1965	GER	570		101	10	111		368	30.06.2022
Burmeister	Werner	Glinde	1964	GER	259		100	11	111		368	31.12.2009
Merten	Torsten	Köln	1977	GER	510		91	20	111		368	30.06.2020
Messerschmidt	Lutz	Magdeburg	1962	GER	575		102	8	110		372	30.06.2022
Sandelmann	Dieter	Wilhelmshaven	1953	GER	500		66	44	110		372	31.12.2020
Wiethüchter	Wolfgang	Dortmund	1941	GER	147		110	0	110		372	31.12.2007
Graebel	Gunther	Duisburg	1953	GER	448		109	0	109		375	30.06.2022
Baade	Mike	Wunstorf	1973	GER	552		76	33	109		375	30.06.2022
Riedel	Karl-Jürgen	Zwickau	1945	GER	465		70	39	109		375	31.12.2019
Willner	Peter	Steinfurt	1951	GER	494		67	42	109		375	30.06.2020
Hajek	Verena	Köln	1952	GER	503		108	0	108		379	30.06.2022
Koll	Helmut	Bonn	1955	GER	460		103	5	108		379	24.04.2022
Pünjer	Peter	Buxtehude	1948	GER	475	P	105	3	108		379	30.06.2020
Zeller	Gunther	Stuttgart	1952	GER	484		60	48	108		379	31.12.2021
Mickel	Klaus-Peter	Karlsruhe	1944	GER	381		92	15	107		383	30.06.2022
Gassner	Uli	Weiler-Simmerberg	1957	GER	452		89	18	107		383	30.06.2022
Karczewski	Zenon	Dresden	1958	GER	506		93	14	107		383	30.06.2022
Frey	Jürgen	Otterndorf	1971	GER	394		83	23	106		386	16.05.2015
Gottschlich Dr.	Winfried	Köln	1963	GER	529		106	0	106		386	1963-2020
Koch	Steven	Meiningen	1979	GER	140		79	27	106		386	30.06.2014
Schulte	Uli	Schwanewede	1955	GER	111	I	71	35	106		386	30.06.2015
Kotman	Gerhard	Schüttorf	1956	GER	311	I	80	25	105		390	30.06.2014
Stein	Elmar	Weimar-Wolfshaus.	1950	GER	262		103	2	105		390	31.12.2013
Petri	Günter	Berlin	1957	GER	597		98	6	104	2	392	30.06.2022
Bartz	Jörg	Kremmen	1963	GER	566		86	18	104		392	30.06.2022
Lange	Hans-Jürgen	Rellingen	1950	GER	251		104	0	104		392	1950-2021
Meyer	Irina	Osnabrück	1970	GER	585		87	16	103		395	30.06.2022
Scherer	Rainer	München	1943	GER	298	P	103	0	103		395	30.06.2014
Klotz	Stefan	Köln	1958	GER	591		83	19	102		397	30.06.2022
Reichart	Rolf-Achim	Obertshausen	1959	GER	525		54	47	101		398	30.06.2022
Stelling	Nicola	Aurich	1967	GER	592		56	45	101		398	30.06.2022
Grüneberg	Manfred	Hoyerswerda	1955	GER	404	I	93	8	101		398	31.12.2019
Müller	Gerd	Havelberg	1948	GER	402	I	76	25	101		398	31.12.2017
Theuerkorn	Thomas	Bielefeld	1961	GER	423		95	6	101		398	30.06.2018
Berkmann	Thomas	Hannover	1968	GER	478		71	29	100		403	31.12.2018
Fuchs	Jürgen U.	Reutlingen	1945	GER	96	I	70	30	100		403	30.06.2014
Seeliger	Wolfgang	Brandenburg	1959	GER	382		69	31	100		403	1959-2018
Thomé	Niko	Koblenz	1966	GER	348		100	0	100		403	26.10.2013
Clever, Dr.	Ulrich Martin	Leipzig	1953	GER	581	A	95	4	99		407	30.06.2022
Rensmann	Bernhard	Bawinkel	1964	GER	594	A	99	0	99		407	30.06.2022
Geier	Jürgen	Plochingen	1963	GER	600	A	22	76	98		409	30.06.2022
Pluta	Andreas	Lotte	1981	GER	599	A	76	20	96	2	410	30.06.2022
von der Ahé	Heiko	Langenhagen	1972	GER	583	A	36	38	74		411	31.12.2021
Birnbach	Torsten	Hamburg	1968	GER	155	A	53	3	56		412	31.12.2007
Hotze-Müller	Thomas	Hamburg	1957	GER	240	A	56	0	56		412	30.06.2017
Wilde	David	Dortmund	1978	GER	280	A	44	6	50		414	31.12.2009
Reich	Daniel	Romanshorn	1958	SUI	315	A	44	0	44		415	31.12.2019
Hunold	John Karl	Nürnberg	1965	GER	265	A	17	26	43		416	31.12.2008
Kaselow	Wolfgang	Eutin	1955	GER	242	A	41	1	42		417	31.12.2013
Runtze	Anja	Gudensberg	1970	GER	252	A	13	26	39		418	31.12.2009
Klahr	Peter	Nienburg	1935	GER	80	A	30	0	30		419	30.06.2007
Bauer	Henrik	Bredenbek	1968	GER	239	A	25	1	26		420	31.12.2012
							92387	31038	123425			
		Summe	über alle Läufe:				M	U	M+U			30.06.2022

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

1. Es liegt ausschließlich die Anzahl der Läufe vor

2. Listen liegen vor, aber Mitglied erst nach dem 30.06.2022

Verstorben

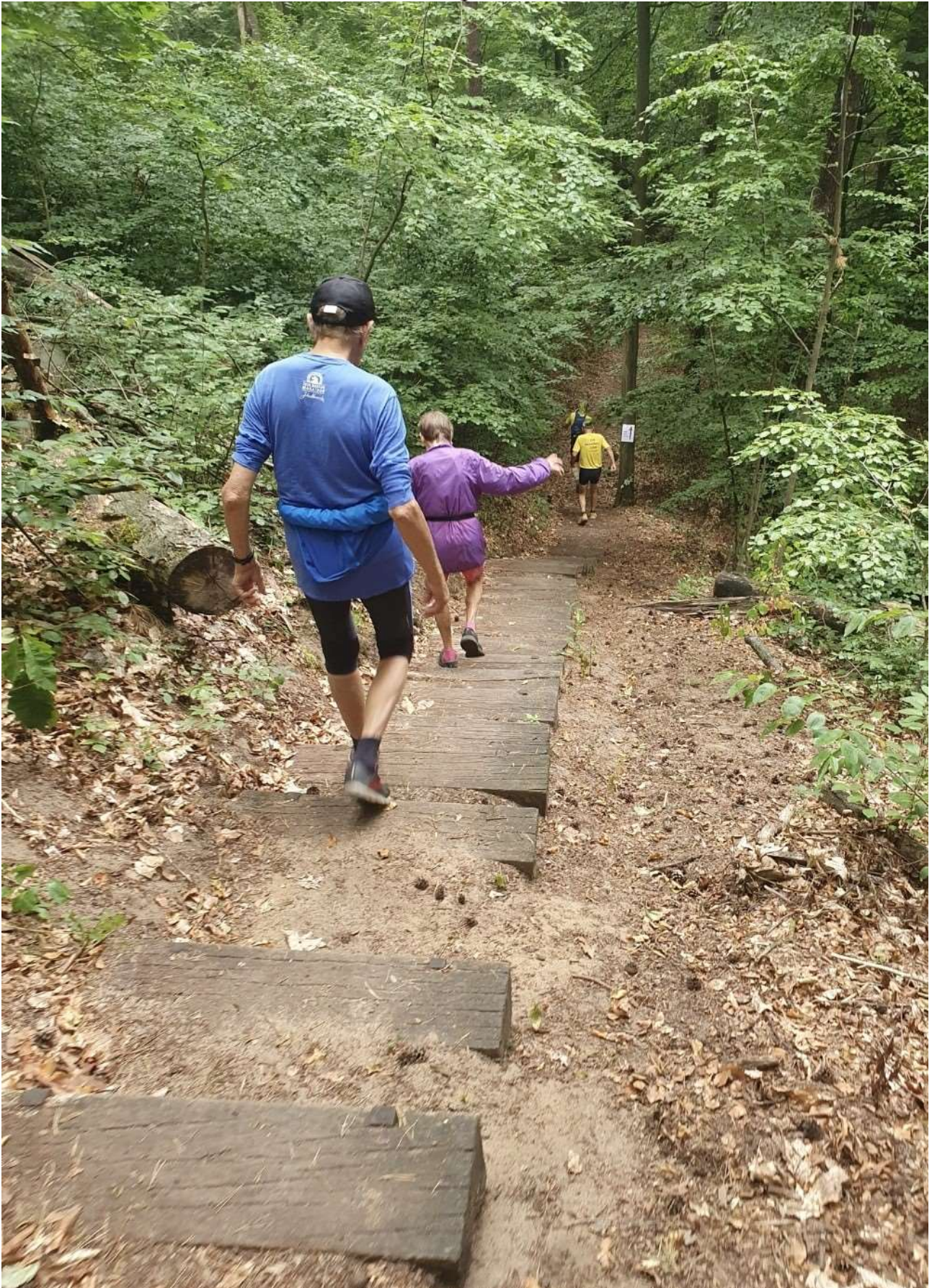
Inhalt

Adressen	2
Berichte unserer Mitglieder.....	3
Mein erster US Marathon – „Good job“	3
Frühlingsultra in Freudenstadt-Grüntal am 26.03.....	4
Frozen Lake Marathon am 26.03. Norwegen, Gol, Tisleia Fjord.....	6
Bonn-Marathon (April-Challenge) am 30.04. – mal ganz anders	7
Schwarzwaldlauf - Etappenlauf vom 12. bis 18. Juni.....	10
Presseberichte	13
301 Kilometer in sieben Tagen	13
Personalien	13
Neue Mitglieder seit letzter Clubheftausgabe	13
Jubiläen	14
Geburtstage	15
Trauer um Ehrenmitglied Horst Preisler	16
Trauer um Werner Kater	16
Trauer um Heino Vajen	17
Trauer um Sjoerd Slaaf.....	17
Protokoll der Mitgliederversammlung am 30.07. in Dresden	18
Stellenausschreibungen	20
Jahresstatistik per 30.06.2022 (erstellt von Michael Kiene).....	20
Gesamtstatistik per 30.06.2022 (erstellt von Michael Kiene)	24
Inhalt.....	31
Impressum	31

Impressum

Veröffentlichung:	“100MC aktuell“ wird seit Oktober 1999 in der Regel dreimal jährlich veröffentlicht
Druck:	WirmachenDruck Backnang
Auflage:	500 Exemplare
Nächstes Heft:	“100MC aktuell“ 3/2022 erscheint ca. Ende November 2022 Redaktionsschluss: 10.11.2022 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:



100MC Heide Ultra Trail zur Mitgliederversammlung