

Hallo Rumläufer und solche, die es vielleicht noch werden wollen

Eine lange Wintersaison liegt nun hinter uns, die hoffentlich alle verletzungsfrei überstanden haben. Mit einem lockeren Stundenlauf und einem anschließenden Essen (leckere Erbsensuppe mit reichlicher Einlage) und einigen bleifreien Weizen haben wir die kalte Zeit für beendet erklärt. Endlich können die Winterhosen, Warnwesten, Mützen und und und wieder in den Schrank und die Sommersachen können wieder angezogen werden. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an all die fleißigen Helfer, die uns den ganzen Winter wieder hervorragend versorgt haben.

Damit die im Winter aufgebaute Fitness nicht verloren geht, treffen sich viele der Rumläufer auch weiterhin sonntags morgens um 10.00 Uhr auf dem Rumläuferparkplatz, um ihren sportlichen Aktivitäten nachzugehen. Das Laufen in der Gruppe macht eben mehr Laune als alleine die Gegend unsicher zu machen.

Für die etwas mehr leistungsorientierten Rumläufer stehen schon die ersten Wettkämpfe an, wobei der erste Lauf zum Sparkassen Cup schon hinter uns liegt.

In Badbergen haben wir mit 6 Aktiven am Frühlingslauf teilgenommen und das sehr erfolgreich.

Als schnellster Rumläufer konnte Manni Kurre in der Gesamtwertung den 22. Platz belegen und in seiner Altersklasse den 3. Platz. Kurz hinter Manni kam Uwe Hagemann ins Ziel als 25. der Gesamtwertung und 1. in seiner AK. Egbert Hörnschemeyer belegte in der sehr starken AK M45 einen guten 16. Rang.

Unsere Mädels waren nicht minder gut, was sich in den Ergebnissen widerspiegelt.

Ruth Oevermann als 5. Ihrer AK hat nach einer Erkältung schon wieder ein schönes Ergebnis erzielt. Mit Anette Hörnschemeyer als 2. in ihrer AK und Gudrun Lüken, ebenfalls 2. in ihrer AK haben die Rumläufer insgesamt klasse abgeschnitten. Das macht natürlich Hoffnung für die nächsten Wettbewerbe.

Der nächste Lauf findet schon am 23. April in Eggermühlen statt. Nähere Informationen könnt ihr auf <http://www.laufen-os.de> einsehen.

Eine schöne Woche für Euch

Gruß

Uwe