

# Newsletter



**April 2018**



**Frauenlauf am 7. April in Stuttgart**

....und wieder einmal größte Gruppe „Laufteam Elke“  
....und wieder einmal „Bier“ gewonnen

Bei den Walkerinnen bzw. Stöcklerinnen waren die 3 Powermädeln am Start:  
Dagmar Schramel / Andrea Zeisel / Ingrid Kreiner  
sie erreichten in 1.09 Std. im Mittelfeld das Ziel.

Auf der 7 km Joggingstrecke kamen bei heißen Temperaturen folgende Ergebnisse zustande:

Platz		Zeit
81	Lingel, Manuela	00:37:04
81	Peischl, Elke	00:37:04
196	Lang, Petra	00:40:28
202	Moser, Mirjam	00:40:34
218	Behrend, Ingrid	00:40:56
235	Gross, Florinela	00:41:09
242	Behrend, Patricia	00:41:16
246	Hohenstein, Barbara	00:41:20
247	Bräutigam, Elke	00:41:20
254	Klaaßen, Larissa	00:41:36
294	Bundschuh, Gabriele	00:42:26
315	Grosse, Dareen	00:42:48
336	Tuchen, Ulrike	00:43:05
388	Specht, Judith	00:44:08
442	Haag, Nicole	00:45:07
613	Eisinger, Angelika	00:48:09
635	Stockhammer, Ulrike	00:48:29
636	Mögling, Angelika	00:48:29
702	Kienzle, Alexandra	00:49:30
776	Heer, Elke	00:50:56
937	Bielesch, Christine	00:54:15
1011	Kolb, Konni	00:57:31
1081	Eggert, Daniela	01:05:04

Bestes Ergebnis: Elke Peischl – Platz 1 in der AK60

### **9. Laufteam Elke Schwäbisch Gmünd 1:14:09 (vom 59 Teams bei der Mutter-Tochter Wertung)**

Manuela Lingel 36:57 37:05

Elke Peischl 36:57 37:05



## 12. Laufteam Elke Schwäbisch Gmünd 2:44:35 (beim Freundinnenlauf)

Petra Lang 40:22 40:29

Florinela Gross 41:01 41:10

Elke Bräutigam 41:13 41:20

Larissa Klaaßen 41:10 41:36

Kann eigentlich nicht stimmen, denn ICH hatte auch den Freundinnenlauf angekreuzt.... Egal... nächstes Jahr achten wir drauf !!!!

1800 TN gemeldet.... 2500,- Euro gingen als Spende an das Frauenhaus !!!!





Scheeee wars – wie immer !!!!



Schorndorfer Altstadtlauf am 8. April





Zuerst die Anstrengung – dann der gemütliche Teil mit den fans....

Platz ges.		Platz	Altersklasse	Zeit
23.	Widmann, Antje	Zenn Metallbau	1971 W40	4. 0:40:34
37.	Wagner, Elke	Zenn Metallbau	1970 W40	8. 0:42:44
49.	Lang, Petra	Zenn Metallbau	1964 W50	6. 0:44:20
58.	Drescher, Kerstin	Zenn Metallbau	1967 W50	9. 0:45:06
59.	Drescher, Heike	Zenn Metallbau	1964 W50	10. 0:45:07
64.	Gross, Florinella	Zenn Metallbau	1975 W40	11. 0:45:37
85.	<b>Bundschuh, Gabi</b>	Zenn Metallbau	1953 <b>W60</b>	<b>1. 0:48:23</b>
68.	Melchert, Thomas	Zenn Metallbau	1967 <b>M50</b>	<b>11. 0:35:14</b>
143.	Lasermann, Andreas		1978 M40	32. 0:38:56
151.	Zenn, Hans-Jürgen	Zenn Metallbau	1967 M50	24. 0:39:13
174.	Tellbach, Andreas	Zenn Metallbau	1967 M50	30. 0:40:08
189.	Klenk, Karl	Zenn Metallbau	1956 M60	6. 0:41:05
194.	Clement, Jürgen	Zenn Metallbau	1967 M50	36. 0:41:10
214.	Dreiwurst, Rainer	Zenn Metallbau	1961 M50	42. 0:42:22
219.	Widmann, Jürgen	Zenn Metallbau	1969 M40	48. 0:42:38
269.	Conradt, Ralph	Zenn Metallbau	1957 M60	14. 0:45:34
278.	Spauszus, Ralf	Zenn Metallbau	1964 M50	55. 0:46:23
305.	Zeisel, Gerhard	Zenn Metallbau	1959 M50	64. 0:48:19

Thomas war wieder mal der Schnellste – und Gabi stand auf dem Treppchen als Siegerin ihrer AK – Gratulation an alle – war wieder ein heißer Tag !!!!

**Und dann war da noch der.....**



# Hitze macht Marathonis zu schaffen

Beim Marathon waren unzählige Menschen auf und an der Strecke / Viele Läufer wurden behandelt, einer musste reanimiert werden

Von Christian Engel

**FREIBURG.** Mehr als 10 000 Sportler aus 80 Nationen waren beim Freiburg-Marathon gemeldet, rund 9300 kamen am Sonntag ins Ziel. Die Temperaturen waren extrem, was zur Folge hatte, dass viele Läufer im Zielbereich und auf der Strecke medizinisch betreut werden mussten. Ein 23-Jähriger wurde in kritischem Zustand ins Krankenhaus eingeliefert.

## Wetter und Gesundheit

Anzeige einer Apotheke in der Innenstadt zeigt am Sonntagmittag zwischen 14 Grad Celsius an. 23 Grad sind es schlussendlich – schön für die Zuschauer, die kurze Hose, Rock oder Top mühsam allerdings für die Läufer;

Mann sogar reanimiert werden musste und sich in der Klinik in kritischem Zustand befindet.

## Vorbereitung und Startschuss

Am Morgen, eine Stunde vor dem Start, ist es noch etwas kühler. Auf dem Messengelände bereiten sich die Sportler vor. Manche grübeln, ob sie mit Longsleeve und langer Hose laufen sollen. Eine Frau hat sich einen Schal umgelegt. Eine Studentin zieht sich eine Mütze an, lässt diese auch während des Laufs auf.

Für die meisten ist allerdings klar: kurze Hose, T-Shirt oder Top. „Es wird noch warm geübt“, sagt Bernd Prieb. Der 48-Jährige aus Kehl hat Erfahrung. Jeden Freiburg-Marathon hat er bisher mitgemacht, in seinem Leben ist er 75 Marathons gelaufen, wie er

Vorbereitung aus. „Wir sind um 7 Uhr aufgestanden“, sagt die 24-Jährige. „Bisshen den Kreislauf in Schwung bringen.“ Wenig später geht es los.

## Wasser und Bananen

Während die Läufer an der Messe um 11 Uhr auf die Strecke gehen, werden an der Messe bereits Pappbecher mit Wasser gefüllt. Insgesamt sind 600 ehrenamtliche Helfer aus 30 Freiburger Vereinen im Einsatz – einer davon ist der Eisenbahner

Sportverein mit 80 Mitgliedern, unter ihnen Dorothea Schultz und Christa Langenbach. Sie stehen in der Richard-Wagner-Straße im Stadtteil Zähringen, bei Kilometer fünf – an der ersten von drei Versorgungsstellen. 20 000 Becher für Wasser haben sie vom Veranstalter, das Stadtmarketing FWTM, bekommen. 12 000 für Isopetlinks, dazu 19 000 mit Bananen. Horst Brändle, 77, Marathon stets mit schwarzem Hut auf dem Kopf, koordiniert die Truppe. Not mit seiner roten Trille. Noch ist es ruhig, er hat keine Sorgen zu machen. Die Versorgungsstelle mit sechs Bechern steht dieses Jahr nur auf einer Seite, früher waren es zwei Seiten. Außerdem gibt es nur einen Schlauch für Wasser, um die Behälter zu füllen. „Das geht schief“



Michaela beim Freiburg Marathon am 8. April

Einen reinen „Sonnenlauf“ hatte Michaela am WE in Freiburg beim Marathon – keinen Schatten und viel Hitze – aber trotzdem super gefinished in 5.07 Std.

GRATULATION !!!

Ach ja – fast hätte ich es vergessen – Voraussetzung für das tolle Laufwochenende war der Freitag davor:



Cantina Tomaso – lecker essen und viel Trinken bei INGE....  
Eine Top-Grundlage für ein sportliches Wochenende....



Ralle war mit seiner Schwiegertochter Miriam beim 10 km Lauf in Lichtenwald am 15. April am Start und sie kamen gemeinsam in 1:02.11 Std. ins Ziel





Elke war beim Halbmarathon am Start mit 315 HM und TOP-Wetter.  
Sie wurde 29. von 94 Frauen und 1. in der W60 (von 8)



**Frauenlauf in Konstanz am 22. April 2018 über 7200 m bei traumhaftem Wetter entlang des Bodensees. Die T-Shirts sind Klasse Mädels – endlich mal kein rosa.....**

26.	W50	Angelika Mögling	Laufteam Elke	0:43:46,9
30.	W50	Ulrike Stockhammer	Laufteam Elke	0:44:08,5
11.	W60	Angelika Eisinger	Laufteam Elke	0:45:54,2



Ralle war mit seiner Schwiegertochter Miriam beim Remstal-Lauf in Winterbach. Gemeinsam liefen sie die 10 km in 1.03 Std. durchs Ziel.



### Gaidorfer Kochertallauf am 28.4.18

Am Samstag trafen sich zum Kochertallauf die 10 km Läufer/innen Helga Arnet, Rainer Wörner, Manuela Lingel und Doro Seitler. 200 HM ging zudem noch auf 4 km bergauf. Rainer lief einen fantastischen Frustlauf schon wieder unter 1 Std. Manuela (Elke's P. Nichte) verbesserte sich auch wieder einmal und auch Doro und Helga waren mit ihren Leistungen zufrieden.

Beim Halbmarathon musste Elke auf der langweilige Strecke an der Kocher entlang und da der Start um 15 Uhr war, kam da pünktlich auch die Sonne raus und spendete zuviel Wärme....

Somit wollte Elke schnell ins Ziel kommen und schaffte bei nur 75 HM den Lauf unter 2 Std.

Platz	AK		Zeit 10 km (94 TN)
2.	Manuela Lingel	1984 w Laufteam Elke	0:52:50
19.	Rainer Wörner	1964 m Laufteam Elke Schw. Gmünd	0:56:12
6.	Dorothea Seitler	1960 w Laufteam Elke Schw. Gmünd	1:00:44
7.	Helga Arnet	1961 w RRC Petticoat	1:02:29
			Zeit 21,1 km (64 TN)
1.	Elke Peischl	1957 w Laufteam Elke Schw. Gmünd	1:56:49



Bei der Hügelse tour Plüderhausen war am Sonntag Top-Wetter angesagt und 130 km mit 1600 HM für Rainer, Dietmar und Elke – die dann noch auf Lisa gestoßen sind.

## Anregungen/Termine 2018

6. Mai Wings for Life World Run 2018 - Munich, Germany

6. Mai Barbarossa Berglauf

12. Mai Murrhardt 10 km

12. Mai Vaihingen-Ensing 10 + 21,1 sowie in Bad Waldsee + Mannheim

12. Mai Stuttgart-Feuerbach 10 Meilen Lauf (16 km) um 15 Uhr

27. Mai Unterkochen 10 km

9. Juni Welzheim 10 + 21,1 km

9. Juni Fladenlauf Bargau

10. Juni Heidenheim 10 + 21,1 km

16. Juni Hüttlingen 10 km

17. Juni 15 km Laufen und Nordic Walking in Reutlingen

**23. Juni Spendenlauf Laufteam Elke/Schützenverein Straßdorf zugunsten Kinderhospiz Stuttgart**



## **Spendenlauf 23. Juni 2018**

im Rahmen der Süddeutsche Meisterschaft im  
Bogenlaufen in Straßdorf + Deutschland-Cup

wird ein Spendenlauf zugunsten dem Kinderhospiz in  
Stuttgart ausgetragen.

Ort: Schützenhaus Straßdorf

Zeit: 11-13.30 Uhr

Distanz 600m – Runde

Spende: jede/r Teilnehmer/in spendet pro gelaufene  
Runde 1,- €

Es besteht ausserdem die Möglichkeit, bei den Staffelläufen  
mitzumachen. Probetraining dazu auf Anfrage.

Info und Anmeldung bei Elke Peischl: 07171/42053 oder 0179/7369517



<http://www.hospiz-stuttgart.de/kinderhospiz.html>

24. Juni Stuttgart Lauf 21,1 km

**1. Juli Eselsburger Tal Lauf 10 + 21,1 km**

7. Juli Süßen 10 km

**8. Juli Steinenberg (Rudersberg) 8 + 11,3 + 21,1 km**

14. Juli Reschenseelauf 15 km ([www.reschenseelauf.it](http://www.reschenseelauf.it))

15. Juli Auingen 15 km

13.7.-20.7.18 Alpenüberquerung Elke, Hansi, Andy, Dietmar und ?  
Garmisch bis Riva 390 km über 11000 hm mit MTB

22. Juli Ubstadt 21,1 km

**4. August Ettlingen 21,1 km**

5. August Calw 15 + 35 + 50 km

11. August Altbach 11,5 km

12. August Hambrücken 10 + 21,1 km ebenso in Lichtenau (Ulm)

18. August 2018 Arlberg Höhen-Halbmarathon  
<http://www.lech-zuers.at/arlberg-laeuft-hoehenhalbmarathon>

**8. September Rommelshausen 10 + 21,1 km**

8./9. September Niedernhall 10 + 21,1 + 42,2 km

**9. September Lauterner Landschaftsläufe 12,6 + 23,6 km mit NW**

15. September Bodensee 21,1 + 42,2 km

16. September Reichenau Bodensee 21,1 km

23. September Ulm 10 + 21,1 + 42,2 km

**23. September Esslingen 21,1 km**

30. September Tübingen 13,1 km

**7. Oktober Köln – Halbmarathon und Marathon**