

MÄRZ 2011

Kaiserstuhllauf über 17,6 km am 13.03.

Es liefen für LG Sulzburg-Laufen:

Karl-Friedrich Schwanz	1:33:27 (Frieder !)
Arno Linsenmeier	1:36:17
Bärbel Zimmermann	1:36:14

10 km von Rastatt am 13.03.

Peter Jenne läuft die 10 km in 39:19 und gewinnt die Altersklasse M55.

Sulzburger Frühlingslauf am 19.03.

Bei der 17. Auflage unseres eigenen Laufs sind diesmal 15 Teilnehmer der LG dabei gewesen
Auszug aus der Ergebnisliste:

Rosa-Maria Schmidt	1965	W45	43:27	1.
Annika Stoll	1994	WJB	46:53	2.
Helga Schmidt	1964	W45	50:55	
Franziska Schober	1950	W60	53:38	1.
Barbara Breckle	1969	W40	53:51	
Gabriele Hunssdorff 1	1957	W50	61:10	
Ralf Grommek	1973	M35	41:17	
Peter Jenne	1955	M55	42:28	1.
Karl-Friedrich Schwanz	1951	M60	48:28	3.
Edgar Hilfinger	1963	M45	48:54	
Erich Schmidt	1963	M45	49:42	
Hans König	1950	M60	50:56	
Mulugeta Woldeselassie	1956	M55	51:38	
Otmar Träris	1964	M45	54:29	
Jörg Hunssdorff	1953	M55	62:45	

APRIL 2011

8. Freiburg Marathon und Halbmarathon am 3.04.

Bei April-Rekord-Temperaturen um die 27°C wurde von Läufer/innen der LG Sulzburg-Laufen drei mal Marathon und acht mal Halbmarathon ge"finish"t.

Besonders erfolgreich waren die Damen in ihren jeweiligen Altersklassen. Herzlichen Glückwunsch!

Halbmarathon

Rosa-Maria Schmidt	1:32:24	1.W45
Anne Huneke	1:52:55	1.W65
Franziska Schober	1:53:42	2.W60
Barbara Bauer	2:31:35	
Christian Ott	1:28:41	
Ralf Grommek	1:38:15	
Arno Linsenmeier	1:48:40	
Albrecht Schwerer	2:00:18	

Marathon

Gabriele Hunssdorff	5:27:52
Wolfgang Bronner	3:44:41 (Pace für 3:45h)
Jörg Hunssdorff	5:38:52

1. Abendmeeting in Breisach am 15.04.

Peter Jenne eröffnet die Bahnsaison in Breisach und läuft die 1000 m in 3:05 min.

Panoramalauf in Münstertal am 16.04.

Folgende Läufer/innen der LG Sulzburg-Laufen waren beim 2. Lauf zum Markgräfler Cup über 11,7 km am Start:

Grommek Ralf	48:44	
Schmidt Erich	51:33	
Stoll Martin	52:05	
König Hans	55:03	2. M60
Hilfinger Edgar	57:09	
Schwanz Karl-Friedrich	57:21	
Weber Bernd	1:08:30	
Hunssdorff Joerg	1:12:54	
Schmidt Rosa-Maria	50:18	1. W45
Stoll, Annika	55:54	1. WJB
Schmidt Helga	59:00	3. W45
Hunssdorff Gabriele	1:11:33	

2. Abendmeeting in Breisach am 29.04.

Peter Jenne ist erneut dabei und läuft in einem dünn besetzten Lauf beinahe im Alleingang sehr gute 38:42 min über 10000.

MAI 2011

11. Genusslauf über 10,8 km am 1.05.

Annette Bächler (1:04:41) und Wolfgang Bronner (42:48, 1. M55) laufen den "Viertelmarathon", Gabi (2:31:49) und Jörg Hunssdorff (2:35:17) den Halbmarathon. Und zwar genussvoll, was auch ohne Viertele unterwegs möglich ist!

Düsseldorf-Marathon am 08.05.

Wolfgang Bronner lief unter dem Motto "heiß und windig" den Marathon in 3:12:52.

27. Internationaler Schluchseelauf am 08.05.

Annika Stoll	1:32:52	
Martin Stoll	1:21:24,	
Arno Linsenmeier	1:24:45,	
Hans König	1:26:23	3. M 60
Ulrich Kuhn-Matysiak	1:42:45	

"genossen" das warme Wetter im Schwarzwald!

30. Internationaler Kandel-Berglauf am 14.05.

Beim der bekannten Bergprüfung in Waldkirch haben Helga Schmidt 1:19:56, Erich Schmidt 1:07:45 und Martin Stoll 1:13:25 bestanden !

SAISON-HIGHLIGHT !

Europameisterschaften der Senioren im Cross-Country am 14.05. in Thionville (F)

Für Peter Jenne ist ein Traum wahr geworden!

Mit seinen Laufkollegen in der AK 55 hat sich Peter Staffelbronze bei den Crosscountry EM knapp hinter GB (15 sec.) und RUS (10sec) und knapp vor CZE (15 sec) und 2 weiteren Teams erkämpft. (3. Platz mit der Nationalstaffel M55)

Mit etwas schweren Beinen nach dem 1. Lauf über 10 km Straße am Vortag gelang dem deutschen Team dieser AK ein relativ gleichmäßiges Rennen und eine solide Mannschaftsleistung auf dem flachen, aber welligen Rasen-Parcours von ca. 4 km Länge.

Bei dem 10 km Straßenlauf hatte sich Peter mit der Zeit von 39:08 min als 4. Deutscher der AK 55 von 12 deutschen Teilnehmern für die Staffel empfohlen.

Er erreichte den insgesamt 21 Platz in der AK von insgesamt 45 Startern, lag also noch in der 1. Hälfte. Da zwei Mannschaftskameraden auf einen Staffelstart verzichteten wurde Peter vom DLV für das 1. Staffelteam nominiert und bekam damit seine 2. Chance!

Die LG Sulzburg-Laufen ist stolz und gratuliert herzlich zu diesem tollen Erfolg!

100. San Francisco Bay to Breakers am 15.05.

Bei der 100. Ausgabe dieses riesigen Events über 12 km, bei dem von der Bucht von San Francisco (bay) bis zum Pazifik (breakers) auf der anderen Seite der Halbinsel gelaufen wird, nehmen jährlich rund 50000 Läuferinnen und Läufer aus aller Welt teil. Claudia (1:15 h) und Wolfgang (53 min) Bronner waren zum 2. mal nach dem Jahr 2000 dabei und haben den Lauf bei herrlichem Wetter aber kühlen Temperaturen genossen.

(zazzlebaytobreakers.com)

Abendsportfest in Teningen am 20.05.11

Von der LG war Peter Jenne über 3000 m in 10:50,71 min erfolgreich.

26. Haspa Marathon Hamburg 22.05.11

Bei wiederum warmen Temperaturen lief Christian Ott die 42,195 km in 3:17:51 !

Panoramalauf Zweitäler 22.05.11

Von der LG war Jürgen Wendschlag 2:15:45 vertreten.

JUNI 2011

1. Feierabendlauf in Badenweiler am 1.06.

Dieser neue Lauf - immer am Tag vor Christi Himmelfahrt - ersetzt den bisherigen Herbstlauf. Die anspruchsvolle Strecke, zwei Runden mit satten 15% Steigungen, wird mit 9,7 km angegeben. Mit dabei waren ...

Annika Stoll 1994 WJB 0:42:23 (1.WJB)

Gabriele Hunssdorff 1957 W50 1:02:05

Wolfgang Bronner 1956 M55 0:38:22 (1.M55)

Ralf Grommek 1973 M35 0:39:01

Martin Stoll 1966 M45 0:39:01

Jörg Hunssdorff 1953 M55 0:57:18

10 km von Bormes (F) am 5.06.

Helga (48,38-- 5.V1F) und Erich Schmidt (42,26----13.V1M) sowie Peter Jenne (40,08---5.V2M) liefen die Strecke von Cabason Plage über den Col de Griotte zum Jachthafen von Faviere, wel-

che von den Steigungen und der zu bewältigenden Gesamthöhe mit dem Britzinger Silvesterlauf vergleichbar ist.

Lörracher Stadtlauf am 9.06.

Bei dem traditionellen Lauf durch die Lörracher Innenstadt lief Martin Stoll über 6215 m glatte 23:00 min.

Graubünden-Marathon in Lenzerheide am 25.06.

"Der härteste Marathon der Welt" wird er genannt und die Härtesten der LG nahmen teil. Betrachtet man da Höhenprofil dieses Laufs, wird einem angst und bang.

Erfolgreich am Start waren:

Erich Schmidt in 5:17:24

Hans König in 5:40:25 und gewann damit sensationell die M60er Klasse! Herzlichen Glückwunsch!

Beim Rothorn-Run über 11,5 km lief Michael Höning 1:47:30 (Die letzten 11 km des Marathons).

Biengener Mitternachtslauf am 25.06.

Es liefen:

Annika Stoll	39:28	1.w. Jugend B
Martin Stoll	34:57	
Peter Jenne	35:00	1.M55
Wolfgang Bronner	35:35	2:M55
Ralf Grommek	36:01	
Karl Friedrich "Frieder "Schwanz	43:06	
Jörg Hunssdorff	54:34	

JULI 2011

Sonnwendlauf in Seelbach (bei Lahr) am 1.07.

Gute Zeiten liefen Peter Jenne (38:27) und Wolfgang Bronner (38:49) und gewannen in der Altersklasse M55 erneut Platz 1 und 2.

Schauinslandberglauf am 3.07.

Karl Friedrich "Frieder "Schwanz lief in 1:34:54 zum Gipfel!

Freiburger Laufnacht am 9.07.

Im Sportlerlauf über 6000 m überzeugte Ralf Grommek in 22:15 min. Eine Runde weniger hatte Wolfgang Bronner im Hobbylauf über 5000 m zurück zu legen und gewann in 18:31 min die Seniorenwertung 50plus.

AUGUST 2011

Schilthorn Infernolauf (Halbmarathon) am 19.08.

Bei dem sehr schweren Lauf über 2000 Höhenmeter finden sich folgende LGler in der Ergebnisliste:

Schmidt Erich, D-Bad Krozingen	1963 LG Sulzburg-Laufen	2:51.52,5
Hillmer Oliver, D-Freiburg	1963 LG Sulzburg-Laufen	2:52.04,3
König Hans, D-Seefeld	1950 LG Sulzburg-Laufen	3:17.23,1
Bächler Martin, D-Sulzburg	1965 LG Sulzburg-Laufen	4:04.01,2
Bächler Annette, D-Sulzburg	1964 LG Sulzburg-Laufen	4:04.01,1

21. Wehratallauf am 27.08. in Wehr
Jürgen Wendschlag läuft über die hügeligen 10,2 km 54:33

SEPTEMBER 2011

Jungfrau-Marathon in Interlaken am 10.09.

Annette, Hans und Erich waren unsere Helden/in in diesem Jahr bei dem schönen Lauf unterhalb der Eiger-Mönch-Jungfrau-Massivs:

Schmidt Erich	4:37.43
König Hans	4:45.30
Bächler Annette	6:19.59

15. Rieselfeldmeile am 11.09. in Freiburg

Die 5 km Strecke kreuz und quer durch das Stadtteil Rieselfeld legen Christian Ott in 18:32, Ralf Grommek in 18:49 und Peter Jenne in 19:22 zurück.

6. Belchen-Berglauf am 17.09. in Schönau

Bei der 6. Auflage dieses schönen Bergrennens waren vier LGler am Start:

Annika Stoll	1:18:22	1. WJB
Gabriele Hunssdorff	1:35:15	
Oliver Hilmer	1:00:36	
Otmar Träris	1:39:53	

4. breisgau energy night in Eschbach am 24.09.

Bei dem ehrlichen Wettkampf über die genaue und absolut ebene Strecke liefen aus der LG Sulzburg-Laufen 10 km bzw. 5 km:

10 km

Ott, Christian	38:51	1. M50
Grommek, Ralf	40:03	
Hilfinger, Edgar	48:05	
Stoll, Andreas	55:27	
Bächler, Annette	55:37	

5 km

Schmidt, Rosa-Maria	20:33	1. W45	<i>(Gesamtsiegerin 5 km)</i>
Riesterer, Julian	24:09		
Westhöfer, Andreas	34:57		

38. Berlin-Marathon am 25.09.

Ulrich Kuhn-Matysiak vertrat unsere Farben und lief den Marathon in 4:10:08.

OKTOBER 2011

25. Staufener Altstadtlauf am 3.10.

Die sechs anspruchsvollen Runden mit Start und Ziel am historischen Marktplatz legten zurück:

Stoll, Annika	6:36	1.W16
Schober, Franziska	30:20	1.W60
Huneke, Anne	31:47	2.W65
Hunssdorff, Gabriele	34:43	
Bronner, Wolfgang	23:05	1.M55

Grommek, Ralf	23:12	
Jenne, Peter	23:21	2.M55
Riesterer, Julian	28:04	

Sport Scheck Stadtlauf in Freiburg 09.10.

Beim "Halbmarathon" des Kommerzlaufs (diesmal 21,2 km!) lief Ralf Grommek sehr gute 1:26:56 und erreichte den 3. Platz in M35.

44.Schwarzwald-Marathon am 09.10. in Bräunlingen

Bei dem traditionsreichen Rennen liefen Gabriele (5:11:42) und Jörg Hunssdorff (5:34:23) über die anspruchsvolle und hügelige Marathonstrecke.

Crosslauf FR-St.Georgen am 22.10.

Beim ersten Cross der Saison gewann Peter Jenne über 7650 m in 29:19 souverän die AK55.

30. Frankfurt-Marathon am 31.10.

Rosi Schmidt läuft eine tolle Bestzeit über Marathon in 3:09:35 (Neuer Vereinsrekord)!

Dabei lief sie en passant mit einer Durchgangszeit von 1:30:48 noch eine Halbmarathon-Bestzeit. Bernd Bauer legte die Marathonstrecke in 5:05:42 zurück.

Luzern Marathon am 30.10.

Beim Halbmarathon erreicht Jürgen Wendschlag eine Zeit von 1:50:59.

NOVEMBER 2011

BW Waldlauf-Meisterschaften am 13.11.

Einen dritten Platz gab es für die M50/M55 Mannschaft der LG Sulzburg-Laufen durch Christian Ott (21:27), Peter Jenne (21:30) und Wolfgang Bronner (21:44) bei dem Lauf über ca. 5,5 km durch den Rheinwald bei Rheinau/ Mannheim. Siehe auch BA-WÜ-WALDLAUF11

Crosslauf Denzlingen am 19.11.

Peter Jenne konnte das M55 durch eine kluge Renneinteilung erneut klar für sich entscheiden.

Crosslauf Wyhl am 3.12.

In der Altersklasse M55 siegt erneut Peter Jenne und sichert sich schon vor dem letzten Lauf in Pfaffenweiler den Seriensieg in dieser Altersklasse.

Nikolauslauf Badenweiler am 3.12.

Bei dem beliebten Lauf über 8,4 km (es waren drei Runden je 2,8 km zu laufen) war diesmal Ralf Grommek in 32:58 vertreten.

27. Britzinger Silvesterlauf am 31.12.

Am letzten Tag des Jahres war die hügelige Rebenrunde wie jedes Jahr wieder unser Abschluss-Highlight (diesmal nennen wir Ladies first)::

Stoll, Annika	1994 w WJB	0:47:51	3.WJB
Huneke, Anne	1946 w W65	0:52:55	2.W65
Schmidt, Helga	1964 w W45	0:54:44	
Panther, Birgit	1955 w W55	0:56:24	
Posekany, Barbara	1964 w W45	0:56:43	
Effinger, Melitta	1957 w W50	0:57:03	
Panther, Eric	1965 m M45	0:57:17	
Hunssdorff, Gabriele	1957 w W50	1:02:25	
Bauer, Barbara	1959 w W50	1:04:20	

Jenne, Peter	1955 m M55	0:40:29	1.M55
Grommek, Ralf	1973 m M35	0:40:57	
Bronner, Wolfgang	1956 m M55	0:42:14	
Schmidt, Erich	1963 m M45	0:44:38	
Schwerer, Albrecht	1956 m M55	0:44:39	
Hilfinger, Edgar	1963 m M45	0:46:43	
Schwanz, Karl-Friedrich	1951 m M60	0:47:02	
König, Hans	1950 m M60	0:47:37	
Stoll, Martin	1966 m M45	0:47:56	
Engler, Wolfram	1957 m M50	0:48:22	
Riesterer, Julian	1996 m MJB	0:50:24	
Wendschlag, Jürgen	1957 m M50	0:51:49	
Hunssdorff, Joerg	1953 m M55	1:05:28	
Bauer, Bernd	1955 m M55	1:09:21	

Aufgeschrieben und recherchiert von Wolfgang Bronner und Andy Westhöfer

WAS FEHLT? BITTE MELDEN!