

Nike – Winterlaufserie am 28. Februar 2009 in Duisburg (2. Lauf)

Bei der 2.Auflage der diesjährigen Duisburger Nike-Winterlaufserie präsentierten sich die Läuferinnen und Läufer der LG Coesfeld wieder von ihrer besten Seiten. Bei idealen äußeren Bedingungen: bewölkt – 12 Grad – kaum Wind lieferten die Kreisstädter wieder Bestzeiten am Fließband ab. Im Zwischenklassement der „Kleinen Serie“ liegen sie damit sowohl in den Einzel- als auch in den Mannschaftswertungen ganz vorne. Für das überragende Resultat des Tages sorgte Carolin Aehling, die die fünf Kilometer in phantastischen 16:39 Minuten absolvierte. Gemeinsam mit Nathalie Hörnemann (21:30 min) und Jasmin Laukamp (21:57 min), die sich ebenfalls steigern konnten, verteidigte das Trio souverän Platz eins der Teamwertung. Ganz oben in der Rangliste stehen auch ihre männlichen Kollegen. Angeführt von Roman Kemmerling, der sich als Gesamtdritter auf



Foto : Carsten Bäumer (Nr.1010)

17:14 Minuten steigerte, haben die Coesfelder ebenfalls den Sieg vor Augen. Eine starke Vorstellung lieferte Ralf Gottheil über die 15 Kilometerdistanz der „Großen Serie“ ab. Seine 10 Kilometer Durchgangszeit war deutlich schneller als seine Endzeit vor vier Wochen, so dass er in 52:23 Minuten die Zeillinie überquerte und bei der anschließenden Siegerehrung als Gesamtsechster ein Präsent in Empfang nehmen durfte. Mit der selben Renntaktik war Matthias Cramer in 55:39 min als zweitbester Coesfelder erfolgreich. Dahinter folgte Michael Thentie, der in 59:27 Minuten als drittbeste Coesfelder die Stundenmarke knackte und sich wie viele seiner Vereinskameraden über eine persönliche Rekordzeit freuen konnte.

Jetzt heißt es für alle gesund bleiben und gut weiter trainieren. Immerhin stehen bei der dritten Auflage Ende März mit dem 10 Kilometerlauf der kleinen Serie und dem Halbmarathon in der große Serie die längsten Strecken auf dem Programm.