

11. Siegener ½ Stunden/ Stunden-Paar-Lauf



15. Mai 2019 | Glück-Auf-Kampfbahn | Siegen-Weidenau

powered by: **:anlauf**



Neuer Rekord beim 11. Siegener Stundenlauf

Der traditionell im Vorfeld des Firmenlaufes stattfindende Siegener Stunden-Paar-Lauf mit Musik ist ein Lauf der aus dem üblichen Rahmen fällt. Der Volkslauf auf der Stadionrundbahn ist für die einen Spaßlauf, Teamlauf oder auch Familienlauf – für die Leistungsorientierten ein hartes Intervall-Tempotraining. Und auch das ist mal etwas Besonderes: Gelaufen wird bei motivierender und fetziger Musik und am Ende zählt nicht die Zeit, sondern die gelaufene Streckenlänge auf der 400-Meter-Rundbahn. Knapp 200 Läuferinnen und Läufer – so viele wie noch nie zuvor – starteten beim 11. Siegener Halb-Stunden-/Stunden-/Paar-Lauf mit Musik in der Glück-Auf-Kampfbahn in Weidenau. Neben dem neuen Teilnehmerrekord gab es dann auch noch einen neuen Distanzrekord beim Stundenlauf.

Wie schon im Vorjahr waren die Bedingungen für den Siegener Stundenlauf ideal: Bei 15 Grad und Abendsonne mit blauem Himmel und nur mäßigem Wind (das Stadionoval liegt recht geschützt), war das Teilnehmerfeld wieder bunt gemischt: Familienteams, viele Firmenläufer die Trainingsgruppen von :anlauf und der SG Siegen Giersberg sowie der Lauftreff Inklusive Begegnungen waren stark vertreten. Für viele Starter war das Ergebnis eher zweitrangig, der Spaß und die Freude am Laufen im Zweierteam stand im Vordergrund. Aber es gingen natürlich auch ambitionierte Laufpaare an den Start, die in einer Stunde möglichst viele Meter zurücklegen wollten.

Ein Laufduo „ballerte“ in hohem Tempo über die Bahn und war so weit gekommen, wie noch kein Paar zuvor. Timo Böhl und Franziska Espeter, sonst bei Wettkämpfen für die LG Wittgenstein unterwegs, hatten sich das Team „Die Ballerknaller“ zusammengetan. Taktisch geschickt wechselten sie sich in der schnellsten Variante jeweils nach 400 Metern ab. Nach einer Stunde wurde das Rennen „abgeschossen“ und bis dahin hatte das Mixed-Team beachtliche 19.100 Meter zurückgelegt. Böhl/Espeter waren mit dem neuen Stundenrekord sogar deutlich schneller als das Männerduo des TuS Deuz, Viktor Horch (Fa. Karl Buch) und Bert Schmal (Heinrich Georg GmbH) im Vorjahr mit 18.350 Metern. Unter der Rekordmarke aus dem Vorjahr blieb auch das Männerduo Frank Queißer und Florian Fürstenau (Vundalish Racing Team) mit 18.500 Metern. Bei den Frauen kamen Heike Schürbusch und Bianca Siebel in einer Stunde 13.500 Meter weit. Beste Einzelläufer waren Florian Schneider (15.100 Meter) und Bianca Holdinghausen (10.800 Meter).



Ergebnisse Halbstundenlauf 2019

Mixed:

- | | |
|-----------------------------------|--------|
| 1. Michelle Landeck + Uwe Landeck | 6.000m |
|-----------------------------------|--------|

Männer:

- | | |
|--|--------|
| 1. Karsten Gabriel + Kevin Roth (FlipFlop Jogger Schock) | 8.400m |
| 2. Mathias Nebe + Nikolaus Zamutek (AMZ Siegen) | 7.870m |

Frauen:

- | | |
|--|--------|
| 1. Sara Glowacki + Nadine Münchow (Die flotten Kusinen) | 7.100m |
| 2. Verena Rehbein + Christin Kilian (FlipFlop Jogger Schock) | 6.750m |
| 3. Renate Hoffmann + Hanna Stein (Lauftreff Inklusive Begegnungen) | 5.975m |

Ergebnisse Stundenlauf

Mixed:

- | | |
|--|---------|
| 1. Timo Böhl + Franziska Espeter (Die Ballerknaller) | 19.100m |
| 2. Ralf Grafe + Astrid Grafe (Tus Müsen) | 15.800m |
| 3. Martin Fuchs + Ingrid Fuchs (Fox on the Run) | 14.800m |

Männer:

- | | |
|--|---------|
| 1. Frank Queiser + Florian Fürstenau (Vundalish Racing Team) | 18.500m |
| 2. Daniel Jung + Andreas Fink | 18.200m |
| 3. Markus Mockenhaupt + Marcus Müermann (Flotte M) | 17.825m |

Frauen:

- | | |
|--|---------|
| 1. Heike Schürbusch + Bianca Siebel (anlauf) | 13.500m |
| 2. Katharina Blach + Christina Höppner | 13.400m |
| 3. Anke Schneider + Maren Kapteina | 13.400m |

Ergebnisse Einzelläufer/innen

Männer:

- | | |
|----------------------|---------|
| 1. Florian Schneider | 15.100m |
| 2. Markus Kringe | 13.200m |
| 2. Daniel Funken | 13.200m |

Frauen:

- | | |
|-------------------------------|---------|
| 1. Bianca Holdinghausen | 10.800m |
| 2. Barbara Jüngst | 10.300m |
| 3. Birgit Müller + Uta Streif | 9.230m |

Vorname	Name	Vorname1	Name2	Team/Verein	Geschlecht	E/P	Meter	
	Stundenlauf							
Franziska	Espeter	Timo	Böhl	Die Ballerknaller	x	P	19.100	1.
Frank	Queiser	Florian	Fürstenu	Vundalish Racingteam	m	P	18.500	1.
Andreas	Fink	Daniel	Jung		m	P	18.200	2.
Markus	Mockenhaupt	Marcus	Müermann	Flotte M	m	P	17.825	3.
Matthias	Bachhofer	Maiese	Roberto		m	P	17.400	4.
Niklas	Rübke	Steffen	Rath	Erdnussbutter Racing Team	m	P	16.400	5.
Astrid	Grafe	Ralf	Grafe	TUS Müsen	x	P	15.800	2.
André	Kopetz	Stefan	Kosiahn	Hoffnungslos	m	P	15.500	6.
Florian	Schneider				m	E	15.150	1.
Tobias	Holzhauser	Kevin	Müller	Komet Siegerland	m	P	14.920	7.
Ingrid	Fuchs	Fuchs	Martin	Fox on the run	x	P	14.800	3.
Tineke	Kring	Mike	Kölsch	Double Kay	x	P	14.400	4.
Christina	Bachhofer	Georg	Bachhofer		x	P	14.200	5.,
Tim	Waltematke	Lena	Schmidt		x	P	14.200	6.
Sandra	Bohn	Alex	Bohn		x	P	14.000	7.
Dominik	Hoogstraten	Inga	Stein	:anlauf	x	P	13.850	8.
Lena	Niesar	Julian	Göbel	Shootingstars	x	P	13.850	9.
Tim	Kattwinkel	Markus	Leicher		m	P	13.800	8.
Amelie	Schimmelpfennig	Rainer	Schimmelpfennig	Papa-Tochter-Team	x	P	13.600	10.
Stefan	Traut	Jürgen	Rink	:anlauf	m	P	13.560	9.
Heike	Schürbusch	Bianca	Siebel	:anlauf	w	P	13.500	1. Platz
Christina	Dobers	Mario	Bürger	N-Flow Army 2.	x	P	13.400	11.
Manuela	Münch	Alexander	Jerominek		x	P	13.400	12.
Katharina	Blach	Christina	Höppner	Rennschnecken	w	P	13.400	2.
Anke	Schneider	Maren	Kapteina		w	P	13.400	3.
René	Gudernatsch	Thorsten	von Dahlen		m	P	13.200	10
Markus	Kringe			Kringo	m	E	13.200	2.
Daniel	Funken			:anlauf	m	E	13.200	2.
Tanja	Schuchardt	Uwe	Poetzel		x	P	13.160	13.
Bernd	Stefener	Ulrike	Weber	SG Siegen-Giersberg	x	P	12.800	14.
Sabrina	Wolke	Ralf	Laesecke	Berg spielen :anlauf	x	P	12.800	15.
Reimund	Ditsche	Christine	Ditsche-Stötzel	Two-Ocean-Runners	x	P	12.300	16.
Manfred	Stettner	Frank	Schaub		m	P	12.250	11.
Ute	Wukadinowitsch	Fred	Wukadinowitsch	Opa und Oma	x	P	12.100	17.
Marlene	Stettner	Marco	Steuber	:anlauf	x	P	12.100	18.
Volker	Bartsch	Carmen	Bartsch	SG Siegen-Giersberg	x	P	12.000	19.
Reinhard	Becker				m	E	12.000	4. Platz
Gerhard	Reitmeier			Hetzt mich nicht	m	E	11.450	5. Platz
Wolfgang	Müller-Rubens			SG Siegen-Giersberg	m	E	11.350	6. Platz
Sören	Koperwas				m	E	11.200	7. Platz
Eckhard	Jünger	Jaka	Mälzer		x	P	10.900	20.
Bianca	Holdingshausen				w	E	10.800	1. Platz
Barbara	Jüngst				w	E	10.300	2. Platz
Karina	Schneider	Carola	Jordan		w	P	10.100	4.
Melanie	Vazsiliadis	Tine	Dietz	Tri Team Mamas	w	P	10.000	5.
Sven	Holdingshausen				m	E	10.000	8. Platz

Nicole	Giebeler	Nicole	Herling	Happy-Feet	w	P	9.600	6.
Marcel	Heinemann				m	E	9.600	9. Platz
Birgit	Gudernatsch	Sahin	Nurhayat		w	P	9.580	7.
Marie	Kölsch	Lars	Büdenbender		x	P	9.500	21
Birgit	Müller			SG Siegen-Giersberg	w	E	9.230	3. Platz
Uta	Streif			SG Siegen-Giersberg	w	E	9.230	3. Platz
Doris	Gödicke	Bianca	Mühlbauer		w	P	9.200	8.
Klaus	Erwin				m	E	9.200	10. Platz
Petra	Josting			:anlauf	m	E	9.200	5. Platz
Ernst Otto	Trippler				m	E	8.700	11. Platz
	Halbstundenlauf							
Karsten	Gabriel	Kevin	Roth	FlipFlopiger Shock	m	P	8.400	1.
Matthias	Nebe	Nikolaus	Zarmutek	AMZ	m	P	7.870	2.
Sara	Glowacki	Nadine	Münchow	Flotte Cousinen	w	P	7.100	1.
Kristin	Kilian	Verena	Rehbein	FlipFlop Jogger	w	P	6.750	2.
Michelle	Landeck	Uwe	Landeck		x	P	6.000	1.
Renate	Hoffmann	Hanna	Stein	Inklusive Begegnung	w	P	5.975	3.
Cosima	Bartsch			Inklusive Begegnung	w	E	5.200	1. Platz
Guido	Schneider	Daniel	Büdenbender	Inklusive Begegnung	m	P	5.000	3.
Daniela	Sting	Jessika	Hammerschmidt		w	P	4.800	4.
Daniel	Mockenhaupt	Andreas	Biegler	Inklusive Begegnung	m	P	4.600	4.
Carolyn	Lelk	Silke	Meutsch	Inklusive Begegnung	w	P	4.200	5.
Petra	Großhaus	Melanie	Hoffmann	Inklusive Begegnung	w	P	4.000	6.
Maria	Manderbach	Julian	Manderbach	Inklusive Begegnung	x	P	3.200	2.
Maria	Manderbach	Jennifer		Inklusive Begegnung	w	P	3.200	7.