GREIF CLUB MAGAZIN

Ausgabe 07.2007

Die Erfolge aus April - Mai 2007

Joachim Mertens, Wuppertal, M45, Greif Club Mitglied seit dem 21.10.05, hat Großes vollbracht. Beim Marathon in Bonn steigerte es sich von 3:51 auf 3:24. Über die halb so lange Strecke ging es in Paderborn von 1:37:55 auf 1:32:55. Und auch nach seinem 10 km-Lauf in Leverkusen klapperte es richtig im Bestzeitenschrank. Hier setzte er seinen Hausrekord von 44:15 auf 43:30.

Karl Siederer, A Hausleiten, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 28.11.05, lief in einem Ort mit dem schönen Namen Großmeiseldorf ein 10 km-Rennen mit Erfolg. Er schob dort seine Bestzeit von 39:30 auf 38:46.

Steven Pluder, Markneukirchen, M30, Greif-Club-Mitglied seit dem 27.11.06, verbrannte seine alte persönliche Bestleistung über die 21,1 km auf den Straßen von Legenfeld. Er lief eine 1:24:14 nach 1:26:55.

Jörg Albrecht, Erfurt, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 06.11.06, schrieb: "Leider einen Hänger gehabt auf den letzten km." Aber dennoch gelang ihm beim Leipzig-Marathon eine Steigerung seines persönlichen Rekords von 3:39 auf 3:27.

Holger de Vries, Krummhörn, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 30.10.06, ließ es beim Citylauf in Norden über 10 km so richtig krachen. Seinen Hausrekord von 42:26 vermanschte er zu einer schönen 40:39.

Torsten Gunia, Schwerin, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 27.10.03, versuchte sich mit schönem Erfolg über 10000 m auf der Bahn in Rostock. Dabei brachte er seine Bestzeit über diese Distanz von 37:35 auf 36:42.

Klaus Gansera, Porta Westfalica, M45, Greif Club Mitglied seit dem 21.07.05, wertete seinen Marathon-rekord in Bonn um ein schönes Stück auf. Nach einer 3:21 erreichte Klaus eine 3:12:20.

Thomas Brand, Berlin, M50, Greif-Club-Mitglied seit dem 04.12.06, erreichte eine Aufwertung seiner Bestzeit beim Hamburg Marathon. Seinen Hausrekord von 3:42:55 setzte er nun auf 3:32:55.

Markus Zänkmann, Lauda, M40, Greif Club Mitglied seit dem 22.05.06, konnte beim Hamburg-Marathon einen schönen Leistungssprung verbuchen. Aus seiner bisherigen Bestzeit von 3:38 machte er 3:22:26.

Dieter Brandt, Bielefeld, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 20.06.05, lief in seiner Heimat den westfälischen Kultwettkampf "Hermannslauf" mit Erfolg. Er schaffte dort eine "Punktlandung" mit seiner Zeit von 2:15:11, genau diese Zeit hatte er bei einem bisherigen persönlichen Rekord von 2:19:23 eingeplant.

Reiner Schipper, Goldbach, M50, Greif-Club-Mitglied seit dem 04.12.06, veredelte in Dresden seine Marathon-Bestleistung von 3:16:23 auf 3:08:22. Auch eine kleine Steigerung seiner 10 km-Zeit von 39:33 auf 39:28 konnte Reiner melden.

Torsten Schele, Hannover, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 30.10.06, lief im letzten Jahr in Hamburg noch eine 3:21:31. Heuer reichte es für Thorsten in der Hansestadt schon zu einer 2:59:01. Da kann man nur den Hut ziehen, so eine Steigerung innerhalb eines Jahres soll dem Thorsten schon einmal jemand nachmachen.

Stefan Merta, Hamburg, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 25.11.95, ist schon 12 Jahre im Greif-Club und steigert sich immer noch. In seiner Heimatstadt verbesserte er sich jetzt über die Marathonstrecke von 3:41 auf 3:20:07.

Thomas Ebel, Glückstadt, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 11.07.05, lief zwei nicht nur für einen M40-er wertvolle persönliche Rekorde. Am 1.4.2007 setzte er in Hamburg seine Halbmarathon-Bestzeit von 1:14:13 auf 1:13:07. Am selben Ort gelang ihm vier Wochen später auch noch eine sehr schöne Aufwertung seiner Marathonzeit von 2:35:09 auf 2:32:58. Thomas meint dazu: "So kann es weiter gehen!" Der Meinung sind wir sicher alle.

Jörg Striebecks, Hofheim, M40, Greif Club Mitglied seit dem 24.11.06, konnte sich beim Hermannslauf über 31,1 km entscheidend verbessern. Von 2:19:30 kam er auf eine 2:13:13.

Dr. Wolfgang Feil, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 04.12.06, plante beim Dresden-Marathon eine 2:55 und landete punktgenau bei 2:55:15. Dies sind zwar nur 2:30 min besser als sein bisheriger persönlicher Rekord, aber diesen stellte Wolfgang schon vor sechs Jahren auf. Nun freut er sich, dass er sich auf "seine alten Tage" noch einmal gesteigert hat.

Carsten Hufnagel, Köln, M35, Greif Club Mitglied seit dem 22.11.04, lief beim Duisburg-Marathon trotz hoher Temperaturen fast auf den Kopf genau einen Vierer-Schnitt. Mit 2:48:53 war er erheblich schneller als bei seinem vorherigen Hausrekord von 2:53:42.

Udo Tönjann, Gronau, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 08.01.07, nutzte die guten Bedingungen beim Hamburg-Marathon zu einer neuen persönlichen Bestleistung, in dem er von 3:09:20 auf 3:05:11 kam.

Jörg Schaper, Hannover, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 18.12.06, hat einen bewundernswerten Leistungssprung vollbracht. Beim Hamburg-Marathon lief er bei einer vormaligen Bestzeit von 3:14:50 eine 2:56:42!!! So etwas kommt wirklich ganz selten vor, da kann man wirklich nur gratulieren.

Michael Kabicher, A HoheWand-Maiersdorf, M20, Greif Club-Mitglied seit dem 17.01.07, rief auch Erstaunen hervor. Beim Wien-Marathon setzte er seinen Hausrekord von 3:12:28 gleich auf 2:57:09. Auch über die 21,1 km lief Michael eine neue persönliche Bestleistung. Ebenso in Wien wertete er seine bisherige 1:23:21 zu einer 1:20:21 auf.

Wolfgang Albrecht, Ratzeburg, M50, Greif-Club-Mitglied seit dem 30.10.06, ist auch einer der Glücklichen, der mit einem großen Schritt unter die 3 h gekommen ist. Beim Hansemarathon gelang ihm der Sprung von 3:16:11 auf 2:59:20!

Rene Romdane, Melle, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 24.10.05, setzt seine Hausrekordserie fort. In Hamburg brachte er seine Marathon-Bestzeit von 3:20:12 auf 3:14:38.

Michael Heyen, Wilhelmshaven, M35, Greif Club Mitglied seit dem 24.10.05, streifte beim Hamburg-Marathon eine 30-er-Zeit ganz knapp. Von seinem bisherigen Hausrekord von 2:42:52 kam er dabei auf eine 2:40:03.

Patrick van Hall, Lilienthal, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 25.12.06, verzeichnete auch einen überragenden Erfolg in Hamburg. Seine bisherige Marathonbestzeit von 3:29:56 veredelte er zu einer 3:07:30.

Alex Morschhäuser, Schweinfurt, M40, Greif Club Mitglied seit dem 05.08.05, lief beim Duisburg-Marathon trotz hoher Temperaturen eine 3:30:43 nach 3:49:17. Alex wollte eigentlich unter die 3:30 kommen und schrieb dazu: "Bis km 35 klar auf 3:30er Kurs, dann leider doch äweng geschwächelt. Wor öber a ä mords Gegenwind auf die letzten paar km. Und äweng worm wor's halt a."

Jürgen Krause, Markkleeberg, M50, Greif-Club-Mitglied seit dem 08.12.06, lief im Herbst in Dresden mit dem "Count-Down" eine 3:18:54 und wollte es in Leipzig mit einer Zeit unter 3:15 noch einmal wissen. Dies schaffte er mit 3:13:24 ganz bravourös.

Hartmut Giesen, Roetgen, M40, Greif-Club-Mitglied seit dem 24.11.03, hat einen bewundernswerten Leistungs-sprung vollbracht. In Eschweiler kam er über 21,1 km von 1:23:21 auf 1:17:26. In Bonn dann knackte er auch seine Marathonzeit von 2:46:26 und machte daraus eine 2:43:3.

Frank Kahlmeier, Hagen, M45, Greif Club-Mitglied seit dem 16.05.03, schrieb zu seinem neuen Hausrekord: "Bin gestern persönlich Bestzeit beim Bonn Marathon gelaufen. Dabei war die 2.Hälfte knapp 1 Minute und 30 Sekunden schneller als die erste. Bei einer 10 km Zielzeit von 39:30 (die ich noch lange nicht erreicht habe!) muss ich mit einer Zeit von 3:01:49 wohl ein Beißholzdurchbeißer sein. Meine bisherige Bestzeit war genau 4 Minuten langsamer und wurde letzten Herbst in Köln erreicht. Besonders erfreut hat mich, dass ich meine angestrebte Zielzeit von 3:03:00 unterbieten konnte.

Judith Menn, Laaspe, W45, Greif-Club-Mitglied seit dem 06.11.06, konnte sich beim Bonn-Marathon von 4:19 auf 4:13 steigern.

Ludger Gern, Salem, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 13.11.06, lief in Freiburg seinen ersten Marathon. Im Durchgang bei 21,1 km gelang es ihm seine Halbmarathonzeit von 1:42:33 auf 1:29:33 zu verbessern.

Petra Stiegler, Heilbronn, W40, Greif Club Mitglied seit dem 24.01.05, hat einen geradezu gewaltigen Leistungssprung im Marathon getan. In Bonn machte sie aus ihrer bisherigen Bestzeit von 4:15 eine 3:29:37. Etwas bescheidener war Petra in Weinsberg beim Halbmarathon wo sie von 1:42:48 auf 1:41:15 kam.

Hans-Dieter Pütz, Bergheim, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 24.10.05, kann zwei schöne Erfolge bei Rennen in seiner Region melden. In Benrath am 14.04.2007 brachte er seinen Halbmarathon-Rekord von 1:24:50 auf 1:24:29. In Leverkusen über 10 km setzte er vorher schon seine Bestzeit von 37:58 auf 37:28.

Gerald Ortner, A Vasoldsberg, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 30.10.06, wollte beim Linz-Marathon eigentlich die 3:15 knacken, musste aber der Hitze Tribut zollen. Er kam doch noch zu einem persönlichen Rekord mit 3:20:06 nach 3:24:45.

Thorsten Hintsch, Fellbach, M30, Greif-Club-Mitglied seit dem 13.06.2005, litt auch in Paris unter den hohen Temperaturen, aber auch bei ihm reichte es noch zu einer Bestzeit von 3:11:09 bei einem bisherigen Rekord von 3:13:41.

Stephanie Warner, Senden, W40, Greif-Club-Mitglied seit dem 18.12.2006, lief in Paris mit 3:23:40 einen neuen Hausrekord und kam als 99. Frau unter die Top 100 dieses Marathons.

Andreas Eichhorn, Lauf, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 08.11.2004, lief in Wendelstein ein 5 km-Rennen. Dort wertete er seinen persönlichen Rekord über diese Distanz von 17:20 auf 17:04 auf.

Thomas Barth, Bonn, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 30.08.2004, war trotz seiner neuen Bestzeit von 2:51:44 nach 2:53:27 beim Bonn-Marathon enttäuscht. Nach einer Halbmarathonzeit von 1:18:46 hatte er sich doch etwas mehr erwartet.

Judith Menn, Laaspe, W45, Greif-Club-Mitglied seit dem 01.11.2006, schaffte beim Bonn-Marathon bei einem bisherigen Hausrekord von 4:19:46 eine 4:13:07.

Stephan Dimitriadis, Bonn, M35, Greif-Club-Mitglied seit dem 29.08.2005, sorgte in Bonn für eine Aufwertung seiner Marathon-Bilanz. Von 2:54:50 kam er auf eine 2:53:08.

Franz Kalschuer, Bocholt, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 24.10.2005, versuchte sich in Enschede über die 42,2 km. Unter dem Motto, so wie er schrieb: „Mühselig ernährt sich das Eichhörn-chen!", machte er aus seinem Haus-rekord von 3:02:18 eine 3:02:06.

Jürgen Peters, Hildesheim, M45, Greif-Club-Mitglied seit dem 24.05.2004, setzte seinen persönlichen Marathon-Rekord in Hamburg hoch. Von 3:43:18 ging es auf 3:36:46.

Klaus-Peter Jakubek, Jeeben, M55, Greif-Club-Mitglied seit dem 01.08.2004, erzielte beim Hamburg-Marathon für einen M55-er einen sehr schönen Erfolg. Bei einem bisherigen Hausrekord von 3:18:53 lief er in der Hansestadt eine 3:15:16.