

Mondorfer **REWE** Weihnachtslauf

Rekordergebnis beim 21. Mondorfer Weihnachtslauf am
29.11.15

Erneut kann sich der Lauf- und Walking Treff TuS Mondorf über einen neuen Rekord freuen. Bei der 21. Auflage des Mondorfer REWE Weihnachtslaufs haben **1445 Teilnehmer das Ziel** erreicht. Das ist ein Plus von 5 %, und natürlich war es wieder eine tolle Veranstaltung.

Eine traditionelle Veranstaltung und Rundumversorgung für alles, was sich laufend bewegen möchte für jedes Alter.

Um die 200 Winzlinge toben über 150 m um die aufgebauten Buden. Dann sieht man Schüler, die 1200 m durchs Dorf flitzen und nicht zu vergessen, die bei Veranstaltungen rar gesäten Walker, aber in Mondorf mit gut 100 vertreten.

Dabei auch die uns sehr vertraute Anneliese Anklam, die als ältester Teilnehmer herausgehoben wurde. Nun sind 80 Jahre schon ein beträchtliches Alter, aber, mit Verlaub, unser Wolfgang Koppatsch ist um die 1000 Tage älter und hat sich im 5 km-Lauf sehr schön zurückgemeldet. Deutlich unter 40 min!!! So manch einer träumt davon, aber nicht mit 83 sondern mit 40 oder 50!!!

Olaf schreibt:

Der Weihnachtslauf in Mondorf ist einer der Läufe, wo immer relativ viele LLGler am Start sind. Das liegt sicher nicht nur daran, dass der Lauf fast vor der Haustür stattfindet, sondern auch daran, dass er gut organisiert ist und sich dadurch über viele Jahre einen festen Platz im Laufgeschehen der Region erworben hat.

Das letzte Mal bin ich 2012 in Mondorf gelaufen, dieses Jahr entschied ich mich wieder für Mondorf, um vor dem HM im Siebengebirge noch einen flotten 10-er zu laufen. Als ich mich bei Udo meldete, wusste ich aber noch nicht, dass mich noch eine Erkältung mit Schnupfen erwischen sollte. Aber den „harten Läufer“ bringt nichts um, so dass ich nach einer Woche Pause wieder trainieren und auf den Start in Mondorf hoffen konnte.

Nachdem sich am Samstagnachmittag das Wetter von seiner besten Seite zeigte, sollte es am Sonntag wieder regnen und Sturmböen geben. Aber die Organisatoren den 10 km-Lauf gutes Wetter bestellt, denn rechtzeitig vor dem Start war es trocken und auch der Wind hielt sich in Grenzen.

Vor dem Start traf ich noch auf Heinz und im Startblock dann auf Barbara. Birgit und Nach dem Start versuchte ich mich erst ein wenig frei zu laufen, aber auch nicht zu schnell anzugehen. Das gelang auch und nach zwei Kilometern hatte ich Gisèle eingeholt, die dann unten am Deich ein ganzes Stück vor mir lief. Auf der langen Geraden zurück zum Mondorfer Hafen hatte ich das Gefühl, das Tempo noch gut halten zu können. Dann wurde es aber zunehmend anstrengender und ich auch etwas langsamer. Hier fehlte mir noch die Power, um am Ende noch einmal das Tempo etwas anziehen zu können. Im Ziel war ich froh, noch unter 43 min angekommen zu sein, auch wenn ich eigentlich mit einer 41-er Zeit nach Hause kommen wollte. Aber das kann ja bis Silvester vielleicht noch etwas werden. :-)

Das anschließende Auslaufen konnte ich noch richtig genießen. Es regnete immer noch nicht wieder und ich konnte noch einmal in Ruhe auf den Rhein und in die Umgebung schauen. Erst als ich wieder zurück nach Hennef fuhr, öffnete der Himmel wieder seine Schleusen. Danke Petrus, gutes Timing! ☺



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller



© Foto - Team - Müller

© Foto - Team - Müller

LAUF- UND WALKING-TREFF



URKUNDE

21. Mondorfer **REWE** Weihnachtslauf

Zu Gunsten der
Elterninitiative Krebskranker Kinder,
Sankt Augustin e. V.

5km Jedermannlauf
Wolfgang Koppatsch

LLG St. Augustin

Gesamtplatz: 195

Platz in AK: 1

Netto: 00:37:09

Brutto: 00:37:39

Niederkassel,
am 29.11.2015
LT TuS Mondorf

Helmut Otto
Helmut Otto



Elterninitiative
Krebskranker
Kinder