



Rechter Kasten Auszug aus meinem Bericht des Vorjahres.

Axel Gerlach, der OrgaChef, bot die Kurzstrecke an und hatte damit durchschlagenden Erfolg, denn so kamen nicht nur 480 Anmeldungen zustande, sondern auch 403 Zieleinläufe. Davon entfielen 139 auf die 10,9 km-Strecke. Es lief alles vortrefflich, trotz kleiner „Streckenkorrektur“, dem üblichen Gemesere wegen Tee oder Cola, wegen T-Shirt usw.

Mit dem Rursee, Steinfurt, Bottrop, Düsseldorf u.v.m. hat die Veranstaltung starke Konkurrenten,

hat sich aber gut in Szene und durchgesetzt.

Schaut man in die EL sieht man sehr sehr Viele, die einen weiten Weg unternommen haben, um an diesem Event teilzuhaben.

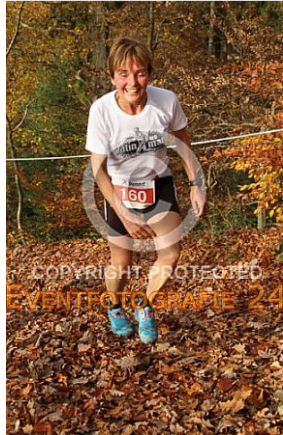
Gleichwohl muss der Lauf im engeren Umfeld noch viel Überzeugungsarbeit leisten, denn die Trail- und Landschaftslaufkundschaft des Rhein-Sieg Kreises blieb überwiegend fern.

Die 25,7 km, gewürzt mit 840 HöM, bieten einige echte Schmanderl und während die einen am Stock gehen, greifen die anderen zum Seil und ziehen sich den Berg hinauf, um nicht hinten herunter zu fallen. Unten ist die Streckengrafik zu sehen und wie die Woche 7 Tage hat, also einen für jeden, durfte hier alles am Stück absolviert werden. Wer das unter oder im 2-h-Bereich schaffen will, der muss enorm gut in Schuss sein oder Bergziegenverwandtschaften bestehen.

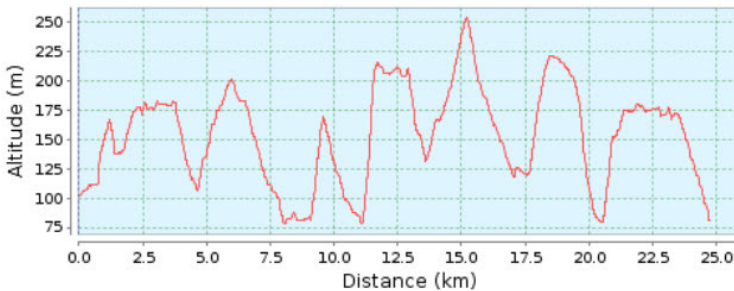
52% sollen es am steilsten Stück sein, was einer Wand gleicht. **Ulrike, Burkhard und Harry** nahmen diese Herausforderung an und zeigten es sich und allen, was mit Freude und Ehrgeiz möglich ist.

Die 10,9 km-Strecke war ein Fall für **Barbara, Alexander, Norbert und Waldemar**. Beide Strecken starten in Lauthausen, aber diese geht nicht ganz so hoch hinaus.

Die Ergebnisliste aus LLG-Sicht ist höchst erfreulich, denn es gab quer durch alle AK nur Podestplätze, was in dieser Dichte nur höchst selten der Fall.



Höhendifferenz: 175 Meter
(Höhe von 78 Meter bis 253 Meter)
bis zu 52% Steigung!
Gesamtanstieg: 815 Meter



2. Platinmann-Lauf am 09.11.

Bei Sonnenschein und Temperaturen um 10° starteten knapp 200 TeilnehmerInnen zum Platinmann in Hennef-Lauthausen. Mit ca. 25 km, ca. 800 HöM und an der steilsten Stelle mit 52 Prozent Steigung, machen diesen Lauf zu einer der härtesten Prüfungen in der ganzen Region.

Das ist Fluch und Segen zugleich, denn die Konkurrenzangebote (s.o.) sind deutlich leichtere Kost und Läufer achten ja bekanntlich auf ihre Ernährung. Dann auch immer und immer wieder mit den brutal schweren Anstiegen zu werben und das überharte herauszustellen, kostet die vielen Normalos, die die Starterfelder sonst füllen. Für die „Extremisten“ mag es ein Vergnügen sein, diese Bedingungen für kleines Geld präsentiert zu bekommen. Gleichwohl sind die in der Minderheit.

Vielleicht kann sich Veranstalter Axel Gerlach für 2015 auch zu einer Lightversion durchringen, um die Laufkundschaft an das noch Anspruchsvollere zu gewinnen bzw. heran zu führen



Länge: 10.865m,
Gesamtanstieg:
274 Meter

08.11.2015 -

Ulrike Steeger
Burkhard Lennartz
Harry Putz
Norbert Tesch
Barbara Kaulbach
Alexander Reglin
Waldemar Böttcher

25,66 km	02:34:02
25,66 km	02:00:47
25,66 km	02:09:09
10,86 km	00:51:53
10,86 km	01:06:18
10,86 km	00:58:28
10,86 km	00:59:19

Platin(wo)man Hennef

21./75 F	3./11	W50
12./189 M	1./56	M45
28./189 M	1./11	M55
10./88 M	1./6	M55
16./51 F	1./4	W50
29./88 M	3./7	M35
32./88 M	4./7	M35