



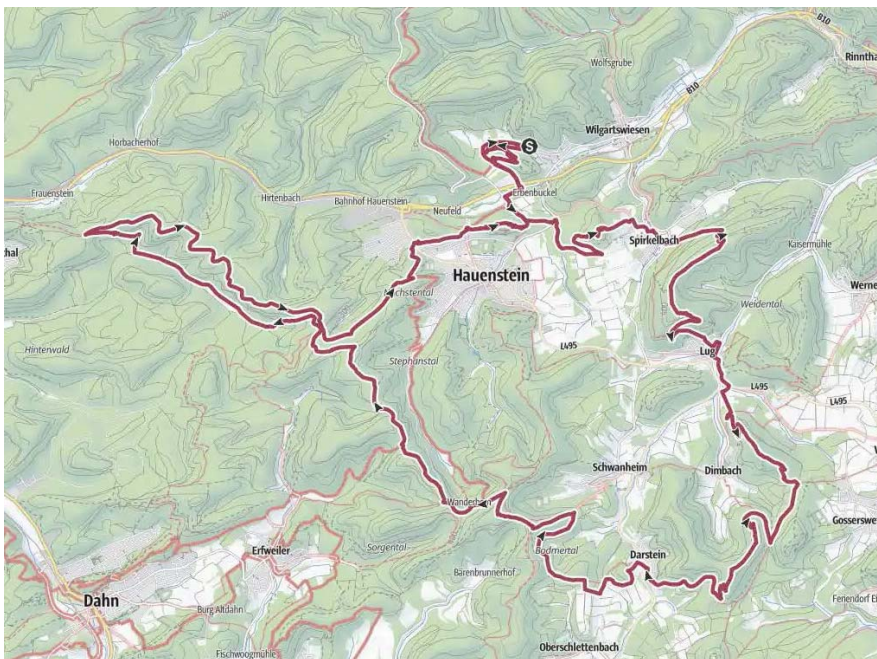
Lohmar, 30.09.2025

2 Seiten

Vereinsnachrichten 42-25



19. Pfälzerwald Marathon am 13.09.25



Traditionell ist Grün die Farbe der Hoffnung und ist mit Natur, Wachstum und Erneuerung verbunden. Nach einem langen Winter und erfrischendem Frühling kommt wieder Leben in die Bude und auch in der Natur. Nach einem langen Sommer kann der noch immer grüne Wald der Schattenspender und der Ruhepol

Im Oktober sind im Verein:

Adam Hochstuhl	2 Jahre
Henning Bock	1 Jahr
Thorsten Sohni	20 Jahre
Achim Neitzel	25 Jahre
Matthias Albert	2 Jahre
Sylvia Hochstuhl	2 Jahre
Carina Lichtenthäler	5 Jahre
Marion Longerich	2 Jahre
Claudia Brandl-Meyer	3 Jahre

Für die LLG am Start:

13.09. Pirmasens, Lennartz
14.09. Köln, Hartzsch
21.09. Münster, Hartnack
20.09. Eupen, BrandtK
19.-20.9. Vettelschoß, Lennartz
28.09. Erkrath, Lennartz
28.09. Bonn, TeschN
05.10. Köln, Montuori, SohniM+TT
Lichtenthäler, Welteroth,
Krause, BrandtK, Zöll, Mazsits
Lörch, Lennartz, Hartzsch
19.10. Bonn, Oberndörfer, Montuori
26.10. Remscheid, Lämmlein, Montuori
26.10. Thomasberg, Ilse
02.11. Refrath, Oberndörferx2
11.11. Köln, Lennartz
22.11. Köln, Hartzsch, Lennartz
Kaymer, BrandtK
07.12. Bad Honnef, BrandtK, Hartnack
15.03. Bensberg, Jenneweine, Oberndörfer, Bornemann
09.05. Schmiedefeld, Hartzsch, Lennartz

Wer feiert seinen Geburtstag?

28.09. Hans-J. Kück	64 Jahre
28.09. Jörg Hartnack	51 Jahre
30.09. Achim Neitzel	61 Jahre
08.10. Bettina Knappe	61 Jahre
08.10. Christof Hess	61 Jahre
16.10. Ilse Schmitz	62 Jahre

Verbilligte Startkarten für:

02.11. Refrath	(4)
26.10. Frankfurt	(1)
07.12. Bad Honnef	(9)
08.03. Kandel	(6)
15.03. Bensberg	(16)
12.04. Bad Dürkheim	(4)
info@marathon-und-mehr.de	

sein, den so mancher schätzt.

Davon gibt es auf den 42 km überreichlich und wer Animation braucht tut sich hier schwer, denn man hört seinen Atem, man spürt sein Beine, man sucht mit den Augen nach Abwechslung im Biosphärenreservat Pfälzerwald-Nordvogesen. Die Veranstaltung ist an alle gerichtet und damit sind Kinder jeden Alters (weit über 1000 am Start) und Normalos, die sich mit ihrer Firma in gemeinschaftlichen Treiben zeigen (weit über 2000 Fr+Mä) Staffel-Marathon, HM und MAR runden das Angebot ab.



Birgit zog den grünen Marathon vor und gehörte zu den ca. 150 Enthusiasten. Start und Ziel in einer der riesigen Messehallen aus der Zeit, wo PS im Millionenranking (pro Einwohnerzahl) noch ganz weit vorne lag. Das hat sich gewandelt und das Ranking ist genau andersherum. Die Strecke ist zumindest hügelig und kostet mehr Zeit als einem lieb ist. Aber man kann auch bei HM den Blinker setzen.

Brückenlauf
Halbmarathon
14.09.2025



Erlebe Köln von seiner schönsten Seite! Bis zu 7 Brücken, je nach Distanz – mit traumhaften Ausblicken auf den Rhein, den Dom und die Kölner Skyline. Zwei Drittel der Strecke führen am Rheinufer entlang, so der Veranstalter.

Neuer Schwung und Konzept war aber auch nötig, denn Meinung und Stimmung hatten aus den Vorjahren gelitten und da bot sich ein Neustart dringlich an, um die Laufkundschaft wieder zu gewinnen.

Aus unserem Verein war **GabrieleH** über die 11 km am Start und machte in der W55 eine sehr gute Figur. Endlich auf vermessenen Strecken, also mit Anerkennung und

Vergleichsmöglichkeit fand das Angebot hohen Zuspruch, trotz hoher Startgeldkosten. Die kölsche Strecke von 11,11 km begann am Schokoladenmuseum im Rheinauhafen. Ausblicke, Panorama, Sehenswürdigkeiten, der Rhein, der Blick von den Brücken, spektakulär



und keine Zeit für Langeweile. Das Wetter half kräftig mit und sorgte für ca. 1.250 Finisher über die 11,11 km.

Meldezahlen auf Rekordniveau

„Wir erleben gerade die neue Lust am Laufen: einfach mal raus, Schuhe an und los. Und erfreulichweise haben immer mehr Frauen den Köln Marathon für sich entdeckt. Gerade nach der großen, coronabedingten Delle entwickelt sich der Laufsport wieder zu einer boomenden Sportart. Wir werden wieder mehr, jünger und lebendiger“, schätzt Markus Frisch die aktuellen Entwicklungen bei den Meldezahlen ein.



GENERALI
KÖLN
MARATHON



Die Entwicklungen im Detail:

Marathon: 10.952 +42,6% zum Vorjahr, beste Meldezahl seit 2006

Halbmarathon: 20.383 +11,7%, Melderekord

Staffelmarathon: 3.876 (969 Teams) +19,6%

Schulmarathon: 1.218 (174 Teams) +61%

Kinderlauf: 623, +18,4%

Durchschnitts-Alter Frauen: Marathon, 34,7 (2019 38,9 Jahre), Halbmarathon 34,4 Jahre (2019 36,6 Jahre)

Durchschnittsalter Männer: Marathon 36,4 Jahre (2019 41,1 Jahre), Halbmarathon 38,8 Jahre (2019 40,3 Jahre)

Frauenanteil: Marathon 25,2% (2019 24,1%), Halbmarathon 46,6% (2019 42,9%)