

# Leichtathletik-Club Wuppertal e.V.

Stadtparkasse Wuppertal IBAN: DE17 3305 0000 0000 9067 27

*LCW-Echo* (Ausgabe 110, Februar 2018)



## Einladung zur Jahres-Hauptversammlung

Liebe Mitglieder,

gemäß § 5 unserer Satzung lade ich hiermit zu unserer diesjährigen Hauptversammlung ein.

Zeitpunkt: Montag, **19. März 2018, 19.00 Uhr** Ort: Wuppertaler Brauhaus, Kleine Flurstr. 5

### **Tagesordnung**

1. Begrüßung
2. Wahl einer Protokollführerin bzw. eines Protokollführers
3. Feststellung des Stimmrechts
4. Jahresbericht des Vorstandes
5. Kassenbericht
6. Kassenprüfbericht
7. Aussprache
8. Ehrungen
9. Wahl einer Versammlungsleiterin bzw. eines Versammlungsleiters
10. Entlastung des Vorstandes
11. Neuwahl des Vorstandes
12. Neuwahl einer Kassenprüferin bzw. eines Kassenprüfers
13. Genehmigung des Haushaltsplan-Entwurfes 2018
14. Vorschau 2018
15. Verschiedenes

Anträge können bis zum 12. März 2018 bei unserem Geschäftsführer Norbert Korte eingereicht werden (Anschrift: Alte Rottsieper Str. 22, 42349 Wuppertal bzw. Mail-Adresse: [korte@lc-wuppertal.de](mailto:korte@lc-wuppertal.de)).

Ich würde mich freuen, viele Mitglieder begrüßen zu können. Alkoholfreie Kaltgetränke und Tablets mit belegten Brötchen stehen auf den Tischen. Alles was darüber hinaus getrunken oder gegessen wird, muss leider selbst bezahlt werden.

Mit sportlichen Grüßen

Friedhelm Garze  
1. Vorsitzender

## Vereinsfahrt nach Maastricht – Aachen – Monschau vom 25. - 27. Mai 2018

### Freitag, 25.05.2018

Abfahrt 7.45 Uhr Oberbarmen/ 8.00Uhr Stadthalle

Erstes Ziel wird die Gemeentegrot in Valkenburg sein. Die Grotte ist bekannt wegen des Mergelsteinsabbaus und der Wandmalereien. Von dort fahren wir weiter nach Maastricht, eine der schönsten Städte Hollands. Am späten Nachmittag checken wir im Hotel Krone in Aachen ein.

### Samstag, 26.05.2018

Fahrt nach Monschau. Mittags Teilnahme am 40. Mützenicher Vennlauf (Laufstrecken: 5, 10 + 21,4 km / Nordic-Walkingstrecken: 5 + 10 km / Wandern mit Wanderführer 12 km).

### Sonntag, 27.05.2018

Am Sonntagvormittag eventuell Fahrt nach Eupen. Am späten Mittag über Aachen, mit einer Führung durch den Dom, wieder gen Heimat (Ankunft in Wuppertal ca 19:00 Uhr).

Wenn Ihr Lust habt mitzufahren, meldet Euch bitte spätestens bis zum **15. März** bei Vera und Friedhelm (Tel. 70 82 40, E-Mail: [garzes@lc-wuppertal.de](mailto:garzes@lc-wuppertal.de)) und überweist den Betrag von

230 € (Doppelzimmer) bzw. 155 € (Einzelzimmer)

auf das Vereinskonto des LC Wuppertal mit der IBAN: DE 17 3305 0000 0000 906 727 bei der Stadtparkasse Wuppertal mit dem Vermerk „Vereinsfahrt“ und Eurem Namen.

Bei Fragen stehen wir Euch gerne zur Verfügung.

Vera + Friedhelm

### **Unsere nächsten Lauftermine (mit Startgelderstattung)**

So., 18. März	Neandertal-Lauf <a href="http://www.neandertallauf.com">www.neandertallauf.com</a>	5 + 14,065 km 14,065 km (Nordic-) Walking
Sa., 7. April	Benrather Volkslauf (amtlich vermessene Strecken) <a href="http://www.lt-duesseldorf-sued.de">www.lt-duesseldorf-sued.de</a>	5, 10 + 21,1 km
Mi., 18. April	LCW-Vereinsmeisterschaften über 5.000 m in Ratingen-Homberg <a href="http://www.tus-homberg.de">www.tus-homberg.de</a> (Rubrik: Leichtathletik)	
Die., 1. Mai	Mettmanner Bachlauf <a href="http://www.me-sport.de">www.me-sport.de</a>	5 + 10 km 5 km Nordic-Walking
Fr., 15. Juni	Schwerter Ruhrstadtlauf <a href="http://www.ruhrstadtlauf.de">www.ruhrstadtlauf.de</a> (amtlich vermessene Strecken)	5 + 10 km 7,5 km (Nordic-) Walking
So., 8. Juli	Staffellauf „Rund um Wuppertal“ <a href="http://www.rund-um-w.de">www.rund-um-w.de</a>	
So., 19. Aug.	Sengbach-Talsperrenlauf in Leichlingen-Witzhelden <a href="http://www.sengbachlauf.de">www.sengbachlauf.de</a>	11,3 + 21,1 km 11,3 km Walking
So., 2. Sept.	Miss Zöpfchenlauf in Solingen <a href="http://www.solingersport.de">www.solingersport.de</a>	5, 10 + 21,1 km 5 + 10 km (Nordic-) Walking
So., 11. Nov.	Düsseldorfer Martinslauf <a href="http://www.sfd.de">www.sfd.de</a> - amtlich vermessene Strecken -	10 + 21,1 km 10 km Walking

Wer noch nicht als potenzielle Teilnehmerin bzw. potenzieller Teilnehmer bei den Volksläufen mit Startgeld registriert ist, melde sich bitte bei Martina Frieling (Tel. 76 29 34) oder Goran Mihajlovic

(Tel. (31 90 494), Meldungen für die Vereinsmeisterschaften in Ratingen-Homberg bitte an Norbert Korte (Tel. 47 28 90), für den Staffellauf „Rund um Wuppertal“ an Heinz Steimer (Tel. 74 62 55).

### Interessante Meisterschaftstermine 2018

Sa., 10.03.	Deutsche Crossmeisterschaften	Ohrdruf (Thüringen)
03./04.03.	Deutsche Senioren-Hallenmeisterschaften	Erfurt (Thüringen)
Sa., 21.04.	NRW-Langstreckenmeisterschaften Seniorinnen: 5.000 m / Senioren: 10.000 m	Menden Qualifikationsnormen!
So., 29.04.	Deutsche Marathonmeisterschaften einschl. Senioren	Düsseldorf
Do., 10.05.	Offene Westfälische Seniorenmeisterschaften	noch nicht bekannt!
Do, 31.05.	Offene Nordrhein-Seniorenmeisterschaften	noch nicht bekannt!
29.06 - 01.07.	Deutsche Seniorenmeisterschaften	Mönchengladbach
Sa., 01.09.	Deutsche Berglaufmeisterschaften einschl. Senioren	Ilsenburg (Harz)
So., 02.09.	Deutsche 10-km-Straßenlauf-Meisterschaften einschl. Senioren	Bremen
So., 30.09.	NRW-10-km-Straßenlauf-Meisterschaften einschl. Senioren	noch nicht bekannt!
So., 04.11.	Offene NRW-Halbmarathonmeistersch. einschl. Senioren	Gütersloh
So., 02.12.	NRW-Crossmeisterschaften einschl. Senioren	Wesseling?

Meldungen bitte an Georg Rüttinger (Tel. 0 20 53/ 72 36)

Unsere beiden Veranstaltungen, für die wir wieder viele fleißige Helferinnen und Helfer benötigen:

Sa., 22.09.	52. Wuppertaler Volkslauf „Rund um die Ronsdorfer Talsperre“
Sa., 17.11.	46. Wald- und Crosslauf „Rund um den Freudenberg“

### Weitere Wuppertaler Veranstaltungen

Sa., 07.04.	„Zuckerspiel“, SV Bayer Wuppertal
Die., 01.05.	Sportfest des LAZ Wuppertal
Sa., 05.05.	„WHEW 100“ mit 5- + 10-km-Lauf auf der Nordbahntrasse (MTV Elberfeld)
So., 06.05.	Schwebi-Frauenlauf
Sa., 09.06.	Fuchslauf (Vohwinkeler STV)
So., 01.07.	Schwebebahn-Lauf (Schwebebahn-Lauf e.V.)
So., 16.09.	Cross-Triathlon (Triathlon-Club Wuppertal)
Sa., 29.09.	Schüler-Stadtmeisterschaften

Norbert Korte

### Wir konnten 2017 als neue Mitglieder begrüßen

Erwachsene: Martina Frieling (75) – Peter Lindenbeck (58) – Goran Mihajlovic (76) – Natalie Pottmann (94)

Mädchen: Eylem Caliskan (10) – Nehir Caliskan (10) – Marwa Charfi (08) – Selma Charfi (10) – Aicha Hajjouchi (11) – Ilayda Icme (07) – Ashraf Mohammed (09) – Melina Lemoine (10) seit Januar 2018

Jungen: Mert Bekir Akyildiz (10) - Timm Anani (11) – Omar Hreidin (11) – Darren Hundt (08) – Utku Özbeck (11)

### Gymnastikgruppe (mit 52 neuen LCW-Mitgliedern)

Elisabeth Ahlrichs, Barbara Augst, Bettina Baumann, Claudia Becker, Ute Brion, Helga Brix, Gertraud Brömel, Heidrun Daum, Ruth Dickmann, Monika Diegmann, Dorothea Dietrich, Monika Doßmann, Britta Ebers-Merkel, Pushpamma Elangipilly, Sabine Endert, Karin Eujen, Walpurga Feß, Ursula Gunselmann, Brigitte Guski, Hildegard Hähner, Heidemarie Hasenpflug, Renate Hasel, Dorothee Hecker, Magda Heidenreich, Cornelia Hinze-Römer, Angelika Huff, Sonja Kaschanie-Steinberg, Edith Kessler, Maïke Klöpfer, Mechthild Knippschild, Ulrike Knüvener-Fromm, Ella Kolar, Rosemarie Krumm, Ulrike Leppak, Ulrike Lütke, Ute Mayer, Zora Pericic, Ingrid Charlotte Pohl, Dagmar Pohlmann, Edith Preute, Christine Römer, Heide Salvadori, Brigitte Schäfer-Michalides, Manuela Schwitzky, Hiltrud Siebrecht, Ursula Thomüller, Ursula Voerster, Helga von Spreckelsen, Brigitte Wahner, Renate Weisemann, Ingrid Wichelhaus, Verena Zaiss, außerdem Monika Blunck und Ulrike Kostka-Fray, die aber bereits vorher dem LCW angehörten.

Wir freuen uns, so viele neue Mitglieder begrüßen zu können, denn Mitte des vergangenen Jahres hat sich eine muntere Damentruppe unter der Leitung von Ulrike Knüvener-Fromm unserem Verein angeschlossen. Sie ist vom Wuppertaler SV zu uns gekommen. Die Anfänge dieser Gruppe, die sich einmal in der Woche zur Gymnastik in der Turnhalle Birkenhöhe trifft, reichen bis in die 70er-Jahre zurück. Die Zahl unserer Mitglieder liegt jetzt bei 230, so viele wie nie zuvor in der Geschichte des LCW.

### **2017 haben den LCW verlassen**

Hans-Jürgen Busch (48) - Oliver Frieling (70) - Jörg Kayser (66) - Wilfried Papenburg (64)  
Ramona Paulick (86) - Daniela Rüttinger (82) - Rosemarie Schüttler (39) - Siegfried Schüttler (35)  
Olaf von der Cron (74) + 8 Kinder und Jugendliche aus der Gruppe von Andrea Oppermann und Natalie Pottmann.

### **Vereins-Bestenliste 2017**

Unsere überragenden Athleten in der vergangenen Saison waren mal wieder Veronika Scharbatke und Werner Beecker. Sie bekamen jede Menge Medaillen um den Hals gehängt, Veronika sogar auch auf internationaler Ebene.

Nach Platz 6 über 200 m und zweiten Plätzen über 400 m, 800 m + 1.500 m in der W 65 bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften in Zittau konnte sich Veronika auch auf europäischer Ebene bei den Seniorenmeisterschaften im dänischen Aarhus weit vorne behaupten. Mit der deutschen Staffel sicherte sie sich sogar über 4 x 400 m den Titel und über 800 m die Silbermedaille. 5. Plätze belegte sie über 200 m und 400 m.

Werner holte sich bei Deutschen Meisterschaften in der M 85 fünf Titel (in Zittau über 800 m, 1.500 m + 5.000 m, in Löningen im Crosslauf und in Bad Liebenzell im 10-km-Straßenlauf). Außerdem stellte er neue deutsche Senioren-Bestleistungen für die Altersklasse M 85 über 1.500 m, 3.000 m, 5.000 m und 10.000 m auf.

1.500 m: 7:12,43	bisher Herbert E. Müller (LAV Bayer Uerdingen/Dormagen) mit 7:18,37
3.000 m: 14:54,81	bisher Herbert E. Müller (LAV Bayer Uerdingen/Dormagen) mit 17:05,58
5.000 m: 25:14,91	bisher Josef Galia (ASV St. Augustin) mit 26:50,1
10.000 m: 52:27,15	bisher Josef Galia (ASV St. Augustin) mit 54:23,0

3.000 m in der Halle: 15:08,08 bisher Herbert E. Müller mit 16:48,20

Überzeugen konnten auch Heinz Steimer und Hans-Hermann Gronemeyer. Mit seiner 10.000-m-Zeit von 41:38,91 Min. dürfte sich Heinz einen Platz unter den besten 50 deutschen Läufern in

der Altersklasse M 55 gesichert haben, Hermann Gronemeyers 46:24,58 Min. müssten in der M 65 sogar für einen Platz unter den besten 20 gut sein. Auf der Straße bestätigte er diese Zeit mit 46:22 Min. Hier hängen die Trauben aber ungleich höher. Zu den besten 50 wird er deshalb wohl nicht gehören.

Neben Veronika Scharbatke konnte auch Dagmar Wilde in der Altersklasse W 50 mit hervorragenden Zeiten über 10 km auf der Straße (45:47 Min.) und über die Halbmarathondistanz (1:44:09 Std.) aufwarten. Ein Marathonlauf stand bei ihr im vergangenen Jahr nicht auf dem Programm. Den will sie erst 2018 wieder laufen.

Aus unserer Schülergruppe ragte Valentina Krause heraus. Sie gewann den Kreismeistertitel im Dreikampf der Altersklasse W 11. In dieser Saison startet sie für den TSV Bayer Leverkusen, bleibt aber weiterhin LCW-Mitglied.

Norbert Korte

### Männer

<u>800 m:</u>	3:35,35	Werner Beecker (32)	M 85	15.06. Krefeld-Uerdingen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 85		
<u>1.000 m:</u>	4:30,77	Norbert Korte (50)	M 65	31.08. Bergisch Gladbach
	4:40,90	Werner Beecker (32)	M 85	31.08. Bergisch Gladbach
<u>1.500 m:</u>	7:12,43	Werner Beecker (25.06.32)	M 85	15.06. Krefeld Uerdingen
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 85		
<u>3.000 m:</u>	11:39,14	Heinz Steimer (58)	M 55	26.04. Ratingen-Homberg
		Platz 10 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55		
	12:17,75	Udo Wilde (56)	M 60	26.04. Ratingen-Homberg
		Platz 11 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 60		
	13:40,20	Norbert Korte (50)	M 65	26.04. Ratingen-Homberg
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	14:54,81	Werner Beecker (32)	M 85	26.04. Ratingen-Homberg
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 85		
		15:05,04 - 24.08. Bergisch Gladbach (für internationale Bestenlisten)		
	15:22,15	Adolf Keller (44)	M 70	24.08. Bergisch Gladbach
		Platz 4 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 70		
<u>5.000 m:</u>	19:41,75	Guido Witte (69)	M 45	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 15 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 45		
	19:49,69	Heinz Steimer (58)	M 55	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55		
	22:24,75	Hans-Hermann Gronemeyer (48)	M 65	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 4 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	23:28,43	Norbert Korte (50)	M 65	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	23:30,43	Friedhelm Garze (48)	M 65	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	25:14,91	Werner Beecker (32)	M 85	03.05. Ratingen-Homberg
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 85		

<u>10.000 m:</u>	41:31,98	Heinz Steimer (58)	M 55	10.05. Ratingen-Homberg
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55		
	46:24,58	Hans-Hermann Gronemeyer (48)	M 65	29.04. Neuss
		Platz 4 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	49:16,82	Norbert Korte (50)	M 65	10.05. Ratingen-Homberg
		Platz 5 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 65		
	52:27,15	Werner Beecker (32)	M 85	10.05. Ratingen-Homberg
		Platz 1 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 85		

In der Halle:

<u>800 m:</u>	3:36,92	Werner Beecker (32)	M 85	15.01. Düsseldorf
<u>3.000 m:</u>	11:44,24	Heinz Steimer (58)	M 55	15.01. Düsseldorf
	13:41,00	Norbert Korte (50)	M 65	15.01. Düsseldorf
	15:08,08	Werner Beecker (32)	M 85	15.01. Düsseldorf

10 km Straße

42:21	Heinz Steimer (58)	M 55	12.11. Düsseldorf	Brutto: 42:23
44:05	Udo Wilde (56)	M 60	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 44:07
44:38	Rolf Werg (56)	M 60	12.11. Düsseldorf	Brutto: 45:01
45:16	Rainer Krüger (62)	M 55	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 45:23
46:22	Hans-Hermann Gronemeyer (48)	M 65	25.03. Duisburg	Brutto: 46:28
47:19	Siegfried Schönberg (66)	M 50	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 45:27
47:54	Stephan Happe (66)	M 50	12.11. Düsseldorf	Brutto: 48:05
49:14	Norbert Korte (50)	M 65	25.02. Mönchengladbach-Hardt	
57:01	Jörn Werner (67)	M 50	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 57:12
57:05	Goran Mihajlovic (76)	M 40	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 57:30
57:43	Werner Beecker (32)	M 85	03.09. Bad Liebenzell	Brutto: 57:54
58:01	Kurt Scharbatke (50)	M 65	12.11. Düsseldorf	Brutto: 58:41

Zeiten auf nicht amtlich vermessenen Strecken

43:59	Udo Wilde (56)	M 55	07.10. Wertheim	
46:07	Julien Levy (85)	M 30	22.01. Hilden	Brutto: 46:15
46:47	Stephan Happe (66)	M 50	03.09. Solingen	
50:02	Friedhelm Garze (48)	M 65	07.10. Wertheim	
51:58	Martin Blunck (51)	M 65	07.10. Wertheim	

Halbmarathon

1:43:00	Rainer Krüger (62)	M 55	12.11. Düsseldorf	Brutto: 1:43:22
1:43:12	Julien Levy (85)	M 30	12.11. Düsseldorf	Brutto: 1:43:30
1:44:22	Siegfried Schönberg (66)	M 50	12.11. Düsseldorf	Brutto: 1:44:44
1:52:26	Dirk Slembeck (57)	M 55	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 1:53:08
2:07:39	Martin Quensel (72)	M 45	01.10. Köln	Brutto: 2:29:07
2:15:40	Goran Mihajlovic (76)	M 40	12.11. Düsseldorf	Brutto: 2:17:07

Zeiten auf nicht amtlich vermessenen Strecken

1:35:53	Heinz Steimer (58)	M 55	19.02. Hilden	Brutto: 1:35:00
2:18:47	Matthias Busch (65)	M 50	28.10. Remscheid*)	Brutto: 2:20:01

\*) Remscheider Röntgenlauf: Die Strecke wurde durch den Fachbereich Bauen, Vermessung und Kataster der Stadt Remscheid vermessen (+ 265 Höhenmeter, ./ 420 Höhenmeter)

### Marathon

3:30:01	Julien Levy (85)	M 30	23.04. Hamburg	Brutto: 3:31:33
3:47:19	Rainer Krüger (62)	M 55	23.04. Hamburg	Brutto: 3:50:15
	Platz 7 Nordrhein-Senioren-Bestenliste M 55			
3:59:05	Patrick Balkow (80)	M 35	30.04. Düsseldorf	Brutto: 3:59:28
4:42:26	Matthias Busch (65)	M 50	24.09. Berlin	Brutto: 5:11:22

In der vom LVN-Laufwart Detlev Ackermann zusammengestellten Nordrhein-Senioren-Bestenliste für die Straßenlaufwettbewerbe wird vom LCW nur Rainer Krüger im Halbmarathon- und Marathonlauf genannt, über die Halbmarathondistanz allerdings mit seiner schwächeren Kölner Zeit.

100 km: 12:04:15 Patrick Balkow (80) M 35 06.05. Wuppertal

### **Frauen**

<u>100 m:</u>	17,95 (-0,4)	Veronika Scharbatke (50)	W 65	15.06. Krefeld-Uerdingen
<u>200 m:</u>	35,80 (-1,7)	Veronika Scharbatke (50)	W 65	04.08. Aarhus/ DEN
<u>400 m:</u>	79,54	Veronika Scharbatke (50)	W 65	02.08. Aarhus/ DEN
<u>800 m:</u>	3:00,20	Veronika Scharbatke (50)	W 65	05.08. Aarhus/ DEN
<u>1.500 m:</u>	6:24,91	Veronika Scharbatke (50)	W 65	01.07. Zittau

Platzierungen in der Nordrhein-Senioren-BL: 100 m: Platz 2, 200, 400, 800 + 1.500 m: Platz 1

### 10 km Straße

45:47	Dagmar Wilde (63)	W 50	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 45:54
	Platz 12 Kreis-Bestenliste 2017			
51:56	Annette Schönberg (68)	W 45	12.11. Düsseldorf	Brutto: 52:16
53:57	Veronika Scharbatke (50)	W 65	12.11. Düsseldorf	Brutto: 54:17
55:42	Daniela Levy (87)	W 30	12.11. Düsseldorf	Brutto: 56:21
56:04	Christa Becker (65)	W 50	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 56:17
56:55	Susanne Böhnke (61)	W 55	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 57:07
57:49	Martina Frieling (75)	W 40	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 58:14
73:36	Gerlinde Kiel (51)	W 65	08.04. Düsseldorf-Benrath	Brutto: 73:48

### Zeiten auf nicht amtlich vermessenen Strecken

50:50	Veronika Scharbatke (50)	W 65	07.10. Wertheim	
52:06	Annette Schönberg (68)	W 45	07.10. Wertheim	
56:05	Susanne Böhnke (61)	W 55	17.06. Velen	
56:10	Cordula Hümpfner (61)	W 55	03.09. Solingen	
56:07	Sylvia Quensel (74)	W 40	15.02. Hilden	Brutto: 56:20
58:06	Birgit Black (54)	W 60	07.10. Wertheim	
58:15	Vera Garze (59)	W 55	07.10. Wertheim	

### Halbmarathon

1:44:09	Dagmar Wilde (63)	W 50	12.11. Düsseldorf	Brutto: 1:44:31
	Platz 9 Kreis-Bestenliste 2017			
1:48:18	Andrea Oppermann (76)	W 40	12.11. Düsseldorf	Brutto: 1:48:46
2:07:38	Sylvia Quensel (74)	W 40	01.10. Köln	Brutto: 2:29:07
2:15:42	Martina Frieling (75)	W 40	12.11. Düsseldorf	Brutto: 2:17:07

### Zeiten auf nicht amtlich vermessenen Strecken

2:03:07 Annette Schönberg (68) W 45 28.10. Remscheid\* Brutto: 2:03:21  
2:18:29 Vera Garze-Hellmich (59) W 55 28.10 Remscheid\*) Brutto: 2:19:00

\*) Remscheider Röntgenlauf: Die Strecke wurde durch den Fachbereich Bauen, Vermessung und Kataster der Stadt Remscheid vermessen (+ 265 Höhenmeter, ./ 420 Höhenmeter)

### Marathon

4:16:00 Daniela Levy (87) W 30 24.09. Berlin Brutto: 5:06:37

### **Kinder M + W U 12**

W 10 + W 11, Dreikampf: 1.338 Valentina Krause (06) W 11 08.07. Solingen  
8,09 s – 4,23 m – 40,0 m Platz 1 Kreis-BL 2017  
762 Helene Dreymann (07) W 10 30.09. Wuppertal  
9,36 s – 2,87 m – 15,5 m

Mit ihren Einzelleistungen sicherte sich Valentina in der Kreis-BL 2017 Platz 1 im Schlagballwurf, Platz 3 im Weitsprung und Platz 12 im 50-m-Lauf.

W 11, 800-m-Lauf: 3:00,29 Valentina Krause (06) W 11 30.09. Wuppertal  
Platz 5 Kreis-BL 2017

M 9 + M 10, Dreikampf: 755 Leander Haseding (07) M 10 30.09. Wuppertal  
50 m: 8,70 s – Weitsprung: 3,28 m – Schlagball 22,0 m  
322 Mohammad Hreidin (08) M 9 30.09. Wuppertal  
11,09 s – 2,08 m – 14,0 m

M 9 + M 10, 800-m-Lauf: 3:19,09 Leander Haseding (07) M 10 30.09. Wuppertal  
4:05,68 Mohammad Hreidin (08) M 9 30.09. Wuppertal

### **Deutsche Senioren-Bestenliste 2016 (Jörg Reckemeier)**

Nachzutragen sind noch die Platzierungen unserer LCWerinnen und LCWer in der Deutschen Senioren-Bestenliste 2016:

Veronika Scharbatke (W 65): 200 m: 36,74 Platz 7 400 m: 81,86 Platz 1  
800 m: 3:13,19 Platz 1 1.500 m: 6:27,01 Platz 2

In der Halle: 200 m: 35,97 Platz 6 400 m: 81,13 Platz 1  
800 m: 2:59,98 Platz 1 3.000 m: 14:17,58 Platz 4

Dagmar Wilde (W 50) 5.000 m: 22:30,97 Top 40 Marathon: 3:27:31 Top 30

Susanne Böhnke (W 55) 5.000 m: 26:04,89 Top 50

Udo Wilde (M 60): 5.000 m: 20:47,73 Top 50 Halbmarathon: 1:30:58 Top 40

Eberhard Dunger (M 65): 3.000 m: 13:08,15 Top 30 5.000 m: 21:51,86 Top 40

Hans-H. Gronemeyer (M 65): 5.000 m: 20:49,11 Top 20 10 km Straße: 43:16 Top 50

Adolf Keller (M 70) 5.000 m: 24:48,70 Top 30

Werner Beecker (M 80) 800 m: 3:32,76 Platz 6 1.500 m: 7:03,57 Platz 3