

Sport in Kürze

KSB-Workshop

Einen Workshop unter dem Motto »Potpourri der Bewegungsförderung« bietet jetzt der Kreissportbund für Donnerstag, 26. September, in Borgentreich an. Der Workshop (vier Lerneinheiten) richtet sich an Übungsleiter der Lizenzstufe ÜL-B im Bereich Bewegungsförderung im Kindergarten und Sportverein. Er bietet einen bunten Strauß an Ideen und soll das Übungs- und Spielerepertoire auffrischen und erweitern. Es werden verschiedene Methoden der Bewegungsförderung (Spiele mit und ohne Kleingeräte oder Bewegungsgeschichten) erprobt und gemeinsam neue Ideen entwickelt. Anmeldungen unter www.ksb-hoexter.de/anmeldungen.

Kurse in Ovenhausen

Der TuS Ovenhausen bietet ab Montag, 16. September Sportkurse an: Montags: Zumba Danceworkout und Fit für »Jeder Mann«. Dienstags: Workout für Frauen. Die Kurse finden in Kooperation mit dem SV Brenkhausen statt. Auch Nichtmitglieder sind willkommen. Der TuS Ovenhausen freut sich über rege Resonanz der heimischen Sportler.

Aufbau-Lehrgang

Einen sechs Wochenenden umfassender Aufbaulehrgang, der mit der Lizenz zum Übungsleiter C (ÜL-C) im Breitensport für Kinder und Jugendliche abschließt, bietet der Kreissportbund Höxter in diesem Herbst an. Beginn ist am Freitag, 27. September. Der Lehrgang ist im Programm »NRW bewegt seine Kinder« eingebunden. Teilnehmer müssen mindestens 16 Jahre alt sein. Anmeldungen und Infos gibt es ab sofort beim Kreissportbund unter www.ksb-hoexter.de

Bültelauf steigt in Holzminden

Holzminden. Der 25. Holzmindener Bültel-Volkslauf des MTV Altendorf steht Sonntag, 25. August, auf dem Terminkalender der heimischen Läufer.

Zum Jubiläumslauf erwartet der Lauffreud des MTV Altendorf eine Rekordbeteiligung und zahlreiche Zuschauer. Läufer und Walker können beim Bültelauf über verschiedene Distanzen starten. Die Strecken führen vom Stadion Liebigstr. in Holzminden über Feld- und Waldwege durch den Solling. Start und Ziel liegen direkt im Stadion. Der »Autohaus Talke-Lauf«, die mit 22,6 Kilometern längste der angebotenen Distanzen, ist eine anspruchsvolle Strecke durch den Solling. Start ist um 10 Uhr im Liebigstadion. Ebenfalls um 10.00 Uhr starten die Läufer und Walker zum zehnten Kilometer »Allersheimer-Urpils-Lauf«. Um 10.10 Uhr können die Läufer des »Altendorfer Hof Laufs« und die Walker des »Intersport Schwager Walking« auf die fünf Kilometer lange Strecke starten. Wie in jedem Jahr sind wieder ausreichend Verpflegungspunkte auf den Strecken eingerichtet. Beim »Bambini-Lauf« (ca. 300 Meter) können sich die Kleinsten ausprobieren und auch von den Eltern begleitet werden. Jeder Teilnehmer erhält eine Urkunde und ein kleines Präsent. Start ist um 10.15 Uhr. Anmelden können sich die Sportler bei Heike Meyer, Tel.: 05531/61864, per Email an heike.meyer@gmx.de oder bei Katrin Schliephake, Tel.: 05531/120279, per Email an koj.schliephake@t-online.de. Sammelmeldungen von Vereinen und Gruppen sind bis Freitag, 23. August, möglich. Nachmeldungen können, gegen eine Nachmeldegebühr von einem Euro bis eine halbe Stunde vor den jeweiligen Starts vorgenommen werden. Alle weiteren Infos zu Startgeldern, Strecken, Zeitmessungen und Altersklassen gibt es auf der Homepage unter www.bueltelauf.de.



Bereits am Start über 4,5 Kilometer stürmte Matthias Berkemeier (Nummer 605) an die Spitze, die er bis ins Ziel nicht mehr abgibt.

FOTOS: HEINZ WILFERT

Dohmann läuft beim Klassiker davon

Volkslauf: Godelheimer dominiert beim 34. Brunnenlauf über zehn Kilometer. Bei den Frauen siegt Verena Henze beim »Kleinen Hermann«. 430 Teilnehmer warten bei besten Bedingungen mit starken Auftritten auf

Bad Driburg. Bestes Wetter. Top-Leistungen. Rekorde. 430 Teilnehmer. Der 34. Brunnenlauf des TV Jahn Bad Driburg bietet ideale Bedingungen. Den Klassiker über zehn Kilometer dominiert Christoph Dohmann (Non-Stop-Ultra Brakel). Auf der Halbmarathondistanz des Sachsenringlaufs siegt Marcel Bücker (»Delbrück läuft«). Im Jedermannlauf läuft Matthias Berkemeier (LF Lüchtringen) zu einem souveränen Start-Ziel-Sieg.

Christoph Dohmann setzt bei Volksläufen im Kreis derzeit Maßstäbe. Der Godelheimer beeindruckt mit der Leichtigkeit seines Laufstils. Bis zur acht Kilometer-Marke lief Dohmann mit Christian Gemke dem Feld voraus. »Plötzlich gab Christoph Gas und war weg«, zeigte sich der ehemalige Vinsebecker Gemke, der jetzt für LAZ Rhein-Sieg läuft, beeindruckt. »Ich bin noch nicht in der gewünschten Form«, sagte Gemke. Bis ins Ziel baute Dohmann den Vorsprung auf über 20 Sekunden aus und wiederholte in 38.12 Minuten seinen Vorjahressieg. Gemke wurde in 38.34 Minuten Zweiter. Platz drei belegte Paul Maksuti (39.38 Minuten, Delbrück läuft). Als Vierter blieb Devon Grass (39.59 Minuten) vom Grass Running-Team noch unter 40 Minuten. Unter die ersten Zehn liefen auch Lars Meier (RunArtist Holzminden) als Siebter (43.14) sowie Benedikt Hildmann (Non-Stop-Ultra/Eggemänner) als Achter (44.13). Siegerin bei den Frauen wurde Anna Hilleke (51.27 Minuten) vor Cornelia Holtbrügge (56.16 Minuten, LF Lüchtringen) und Andrea Müller (57.32, Non-Stop-Ultra).

Nach einem ersten Test beim Berglauf in Ovenhausen vor einer



Die Siegerfaust reckt Nils Deppe vom LV Bördeland-Borgentreich nach seinem Sieg über 1000 Meter nach oben.

Woche kam im Kreis Höxter bei einem Brunnenlauf erstmals die elektronische Zeitmessung zum Einsatz. Alle Teilnehmer trugen Sensoren, die von der Organisation des Hochstift-Cups zur Verfügung gestellt wurden und beim Zieldurchlauf über eine Matte die Zeitmessung auslösten. »Die neue Technik funktionierte problemlos«, freute sich Jahn-Vorsitzender Peter Kufner. »Die Veranstalter müssen zwar etwas mehr Zeit in die Vorbereitung investieren. Das lohnt sich aber«, so Jürgen Koralewicz, stellvertretender Vorsitzender des Hochstift-Cups. 1000 der elektronischen Chips wurden dafür angeschafft, die den Vereinen zur Verfügung gestellt werden.

»Aktuell absolviere ich ein intensives Training.«

Matthias Berkemeier, LF Lüchtringen

Der Jahn-Vorsitzende ist sicher, dass die Organisation der Läufe wesentlich einfacher wird: »Wir benötigen weniger Helfer. Dementsprechend erfolgen die Siegerehrungen deutlich schneller.«

Selbst ein Stopp an einer geschlossenen Bahnschranke (die Benedikt Hildmann (Non-Stop-Ultra/Eggemänner) als Achter (44.13). Siegerin bei den Frauen wurde Anna Hilleke (51.27 Minuten) vor Cornelia Holtbrügge (56.16 Minuten, LF Lüchtringen) und Andrea Müller (57.32, Non-Stop-Ultra). Nach einem ersten Test beim Berglauf in Ovenhausen vor einer Woche kam im Kreis Höxter bei einem Brunnenlauf erstmals die elektronische Zeitmessung zum Einsatz. Alle Teilnehmer trugen Sensoren, die von der Organisation des Hochstift-Cups zur Verfügung gestellt wurden und beim Zieldurchlauf über eine Matte die Zeitmessung auslösten. »Die neue Technik funktionierte problemlos«, freute sich Jahn-Vorsitzender Peter Kufner. »Die Veranstalter müssen zwar etwas mehr Zeit in die Vorbereitung investieren. Das lohnt sich aber«, so Jürgen Koralewicz, stellvertretender Vorsitzender des Hochstift-Cups. 1000 der elektronischen Chips wurden dafür angeschafft, die den Vereinen zur Verfügung gestellt werden.

Einen starken Auftritt legte Matthias Berkemeier im Lauf über 4,5 Kilometer hin. »Für mich ist es heute super gelaufen«, sagte der Eversener, der für die LF Lüchtringen läuft, später. Bereits nach einer Runde im Stadion führte der Powerathlet mit klarem Vorsprung, den er bis ins Ziel (16.34 Minuten) auf seinen härtesten Verfolger Debesay Gebreyonas (17.27, Non-Stop-Ultra) auf fast eine Minute ausbaute. Berkemeier, der derzeit ein Freiwilliges Soziales Jahr an der Biologischen Station Schieder absolviert, legt ein anspruchsvolles Trainingsprogramm hin: »Ich stehe um 6 Uhr auf, laufe 15 Kilometer. Danach geht es mit dem Fahrrad von Eversen nach Schieder und nachmittags wieder zurück. Es folgt eine weitere Trainingseinheit.«

Dritter wurde Nils Klocke (18.08 Minuten, SC Borchten). Pascal Kleibrink vom Braun Media Team belegte Platz fünf in (18.26 Minuten) vor Christoph Giefers (18.36 Minuten, TuS 13 Hembsen), Stefan Rustemeier (18.37 Minuten, TV Jahn Bad Driburg), Christian Koch (18.44 Minuten, DJK Adler Brakel), Tim Fröhlich (19.08, Radtreff Brakelsiek) und Lukas Grüner (19.13 Minuten, NSU). Petra Brand war in 20.42 Minuten schnellste Frau vor Meike Wohlleben (21.02 Minuten, »Laufen gegen Leiden«) und Elke Wolf (21.26, SCC Scharmede). Eine bärstarke Leistung zeigte das Riesentalent Leonhard Rustemeier, der auf Platz 13 lief (20.03 Minuten). Der Elfjährige vom TV Jahn hatte bereits den 1000-Meter Lauf in den Beinen. Hier war der Youngster Zweiter geworden.

Die jüngere Klasse über 1000 Meter gewann Nils Deppe (LV Bördeland/Borgentreich) in 3.43 Minuten. Deppe hatte sich den Lauf gut eingeteilt und legte abschließend einen starken Sprint vor Cedric Czorny (3.50, Solbad Ravensberg), Giulia Weingarten (3.51, MTSC Weingarten) und der Steinheimerin Insa Rösenberg (4.01, TuS 13 Hembsen) hin.

Eine stattliche Nachwuchsgruppe stellte der TuS Hembsen. Trainer Josef Hillebrand hob hervor: »Wir wollten den Pokal für den Verein mit den meisten Finishern zum dritten Mal in Folge gewinnen und endgültig nach Hembsen holen.« In der älteren Jugendklasse gewann Jannis Menze (LC Paderborn), der mit 3.20 Minuten knapp an seine Bestzeit heranlief. Zweiter wurde Leonhard Rustemeier (3.35) vor Lisa Siepler (4.02, DJK Adler Brakel).



Schnelle Frauen: Beim »kleinen Hermann« Sachsenringlauf siegt Verena Henze vor Alexandra Dux (links, »Teuto Runner«) und Simone Siepler (rechts, Non-Stop-Ultra Brakel).



Dominator beim Brunnenlauf über zehn Kilometer ist Christoph Dohmann (Nr. 1089) vor Christian Gemke (Nr. 1153). Dritter wird Paul Maksuti (Nr. 1116) vor Devon Grass.



Wenn der Vater mit dem Sohne: Stefan Rustemeier und das elfjährige Riesentalent Leonhard sind nicht nur beim Brunnenlauf Bad Driburg erfolgreich unterwegs.