

### Des einen Freud', des anderen Leid'... zuschauerfreundlicher Osterlauf ;-)

Während das schöne Osterwetter gute Laune machte, so war der plötzliche Temperatursprung dann doch etwas heftig. Gut trainiert sollten Stefan's Aussage nach zahlreiche Bestzeiten auf der schnellen Strecke in Paderborn fallen. Doch es kam anders. Am schönsten Tag des Jahres bei 25°C im Schatten mussten fast alle, egal ob Topläufer oder Hobbyjogger, Federn lassen. Einhellige Meinung, ohne jammern zu wollen...

Als erste startete **Karolin Müller** um 11:35 Uhr über die 5 Kilometer und finishte in der Frauenwertung auf Platz 14 in 21:57 Minuten.

Um 12.50 Uhr war dann der Start über 10 Kilometer. **Stefan Losch** rettete sich mit 33:56min. noch so gerade unter 34 Minuten, hatte sich aber eine Zeit unter 33:30min. erhofft. Platz 28 hinter einer Phalanx von Kenianern und ein paar Deutschen waren dann immerhin der 1. Platz in der M40. Ähnlich erging es

**Thorsten Buck**

und

**Alexander Ockl**

, die nach Vorbereitung locker unter 35min. hätten laufen können. Während Alex dennoch mutig alles auf eine Karte setzte und später dafür dann eben doch büßen musste, ging Thorsten von vornerein etwas defensiver an und konnte das Feld auf der 2. Hälfte von hinten aufräumen. Mit 35:22min. blieb er aber ebenso wie Alex in 36:12min. unter seinen Möglichkeiten. Für die drei kam überraschenderweise ein sicherer

**2. Platz in der Mannschaftswertung**

(von über 300 Mannschaften) in 1:45:29 heraus.

**Michael Strathmann** lief "gewohnt defensiv" und blieb in 39:42min. noch unter 40 Minuten, während Tochter **Lisa** zwar wie ALLE anderen auch etwas für ihren Teint tat ;-), aber mit 45:31min. auch eine ihrer schlechteren 10er-Zeiten ablieferte.

**Jörg Steinmann** und Zwillingbruder Eike gingen somit schon gewarnt auf die Halbmarathonstrecke und korrigierten ihre Zielzeit von 1:15h etwas nach oben. Letztlich benötigten sie knapp über 1:20h, und das war dann auch nicht mal so eben locker herausgelaufen.

## 11.04.09 - 63. Paderborner Osterlauf

Geschrieben von: Stefan Losch

---

So mussten an diesem Tag leider viele Bestzeitenhoffnungen begraben werden, und dies nicht nur bei den TUSEMern. Entschädigt wurde dies durch einen wunderschönen Sonnentag, eine nette Veranstaltung und einen gemütlich ausklingenden Abend.

### Alle Ergebnisse des TUSEM:

Platz	Pl. AK	Name	Netto-Zeit
5 Kilometer 14.	4.W20	Müller, Karolin	0:21:57
10 Kilometer 28.	1.M40	Losch, Stefan	0:33:55
42.	9.M35	Buck, Thorsten	0:35:22
58.	16.M35	Ockl, Alexander	0:36:12
141.	17.M45	Strathmann, Michael	0:39:42
34.	12.W20	Strathmann, Lisa	0:45:31
Halbmarathon 28.	10.M30	Steinmann, Jörg	1:20:12

**Weitere Informationen:** [Veranstalterhomepage](#) | [Ergebnisse](#)

**Fotos oder Videos** bei [Khalid](#), [NW-News](#), [www.paderline.com](#), [www.runnersworld.de](#), [www.laufpix.de](#)

und

[www.maxfun.de](#)