

Nach längerer verletzungs- und krankheitsbedingter Pause ohne jegliche Bewegung, ist Markus Uhlendahl seit wenigen Wochen wieder im Aufbautraining. Beim Nikolauslauf in Dülmen unternahm er seinen ersten flotteren Lauf nach vielen Monaten. Dabei erreichte er ohne Anschlag laufen zu müssen über 10km eine Zeit von 42:50 min.

Weitere Infos: [Veranstalterhomepage](#)