



Eine Sonntags-Runde in der Sonne kann jeder. Interessant wird es, wenn es bei Matsch und Pampe durch den Wald geht. Davon gab es beim Herbstwaldlauf in Bottrop wieder genug. Auf dem ehrwürdigen Zechengelände von Prosper Haniel ging die Veranstaltung in ihre 47ste Auflage.

Beim 25 Kilometer Heidhofsee-Lauf waren unsere TUSEMer auf 6 der insgesamt 723 Startplätze vertreten. **Michael Scheele** hat dabei seinen persönlichen Streckenrekord geknackt - und zeigte sich in super Form. Er schaffte die Runde in 1:49:17 Stunden. Sehr zufrieden ist auch **Martin Kels**. Er steckt im Aufbautraining für anstehende Marathons in 2020 - und kam in 1:57:38 ins Ziel. Fast zeitgleich haben

Tobias Plöger

und

Markus Uhlendahl

wieder Kurs auf den Zechenturm genommen: Mit 2:06:53 und 2:06:56 liegen sie nur drei Sekunden auseinander. Für

Jochen Nebel

stehen 2:08:21 in der Ergebnisliste. Und bei

Barbara Jedras

stehen an diesem Sonntag 2:10:39 auf der Urkunde. Die Finisher haben sich im Anschluss an den Wettkampf noch das verdiente Ziel-Bier gegönnt.

Eine starke Leistung zeigte auch **Johannes Kruse** im 10 Kilometer-Durchgang. Er packte die anspruchsvolle Strecke in 41:48 Minuten.

Nachtrag: Für **Mia Jedras** und **Birgit Stolle** ging es über die 6,8km (Grubenwehrlauf). Sie belegten Platz 11 bzw. 16 im Gesamtklassament der Frauen in 35:23 bzw. 36:06 Minuten (keine Seniorenklassenwertung).

Weitere Infos: <https://www.adler-langlauf.de/herbstwaldlauf/>