

6. Februar 2012

Liebe Läuferinnen und Läufer,

ich bin euch noch die Ergebnisse vom 34. DSD-Crosslauf schuldig. Wie ihr sehen könnt, haben unsere Platzierten wieder einmal für „Schlagzeilen“ gesorgt und somit gute Werbung für den Ski-Klub gemacht. Herzlichen Glückwunsch euch beiden!

Name	Strecke	Zeit	Gesamtplatz	Platz AK
Thomas Tichelkamp	HL (ca. 14.000 m)	55:07 min	8. (HL)	3. (M)
Willi Schulze	VL (ca. 7.000 m)	59:13 min	82. (VL)	1. (M75)

Damit sich manche Mitglieder nicht unnötig den Kopf zerbrechen und um Diskussionen über „Nichtmitglieder“ im Keime zu ersticken, an dieser Stelle eine grundsätzliche Klarstellung. Thomas Tichelkamp (und nur die regelmäßig trainierenden SKD-Läufer/-innen kennen ihn) ist ein sympathischer Chemie-Student der Heinrich-Heine-Universität, der sich dem Ski-Klub, auch auf Grund seiner Ambitionen im Nordischen Skisport, verbunden fühlt und der das eine oder andere Mal mit uns trainiert. Er ist sich auch nicht zu schade, bei Wettkämpfen (ausgenommen natürlich offizielle Meisterschaften) für unseren Klub zu starten. Ein regelmäßiges Training bei uns ist schon aufgrund seines zeitintensiven Studiums nicht möglich. Thomas wird im Sommer für unbestimmte Zeit nach Norwegen übersiedeln, um dort zu promovieren. Alleine aus diesen Gründen wird er keine Mitgliedschaft im SKD eingehen. Falls jemand unter euch damit ein Problem hat, solle er mir das bitte persönlich mitteilen, dann werde ich Thomas anweisen, dass er demnächst 15m hinter oder was wahrscheinlicher wäre 50 m vor der Trainingsgruppe zu laufen hat – das wäre dann die **Mega-Werbung** für den Ski-Klub! Den Wald kann ich ihm allerdings nicht verbieten, der gehört uns „noch nicht“.

Ab Dienstag, den 07.02.2012 beginnt für unsere Marathonläufer die Vorbereitung für den METRO-Group Marathon. Die Marathonis laufen dienstags daher jetzt regelmäßig 30 Minuten länger und freitags bereits um 17:45 Uhr. Der normale Trainingsbetrieb wird nicht beeinträchtigt und findet zu den gewohnten Zeiten statt.

Am kommenden Sonntag geht die Laufvorbereitung für den METRO-Group Marathon in die 2. Runde, mit dabei wie beim Auftakt ist Sonja Oberem. Treffpunkt ist um 11:00 Uhr am Apollo-Theater direkt unter der Rheinkniebrücke, wo man auch recht gut parken kann. Jeder kann daran teilnehmen, unabhängig von einem Startplatz am 29. April 2012. Das Tempo wird angezogen und die Kilometerzahl steigt. Dieses Mal starten die Läufer in 3 Gruppen die ca. 18,4 Kilometer laufen. Gruppe 1 läuft mit einer Geschwindigkeit von 5 min. pro Kilometer; Gruppe 2 mit etwa 5:30 min pro Kilometer; Gruppe 3 mit 6 min. pro Kilometer. Die Geschwindigkeit wird nach Bedarf angepasst. Stefan Kux hat diesmal dafür gesorgt, dass neben Carboo4U und atletica auch Erdinger Alkoholfrei mit einem Stand vor Ort ist. Bitte zahlreich und mit unserem Vereinsshirt erscheinen. Einige Sportler können leider wegen einer Wettkampfverpflichtung in Hilden nicht daran teilnehmen - wir drücken für euch ganz fest die Daumen!

Mit sportlichen Grüßen

Jürgen

