

## Teninger Allmendlauf am 15.01.2012

Der Teninger Allmendlauf bietet mit seiner offiziell vermessenen, ebenen und überwiegend im Wald verlaufenden Strecke eine gute Startgelegenheit in der winterlichen Vorbereitungszeit. Das Wintertraining erhält ein Zwischenziel und verliert dadurch an wahrgenommenen Längen.

Der Lauf ist der wohl am besten besetzte 10 km-Lauf in Südbaden und bietet durch die hohe Teilnehmerzahl Läufern auf jedem Leistungsniveau eine angemessene Konkurrenz. Bei Sonnenschein und 5 Grad Celsius waren über 500 Läufer beim Hauptlauf am Start. Immer wieder sind Athleten und Trainer davon überrascht, welche guten Zeiten nach wenigen Wochen Grundlagentraining möglich sind. So konnten sich dann auch einige LG Läufer über persönliche Bestzeiten freuen.

Die LG stellte mit Axel und Ghislaine 2 Tagessieger. Mehrere Plätze auf dem Treppchen vervollständigten den guten Eindruck, den unsere Läufer im Breisgau hinterließen.

Bei den Schülern gewannen Noah Kolaczewitz (M12) und Valentin Kolaczewitz (M14) ihre Altersklassen über die 2200m-Strecke jeweils deutlich. Jaqueline Mechsner (W13) machte es ihnen bei den Mädchen gleich. Lena Köpfer wurde 2. in der Klasse W14.

Die Zeiten und Platzierungen in den jeweiligen Kategorien:

		<i>Platz</i>	<i>AK</i>	<i>Zeit</i>	
Kolaczewitz, Axel	1962	1	M50	35:10 min	
Hilpert, Jürgen	1980	6	M30	35:46 min	
Baumgartner, Julian	1993	2	MJA	36:09 min	Persönliche Bestzeit
Tröndle, Christoph	1966	7	M40	37:10 min	
Lengyel, Gabor	1975	7	M35	37:16 min	
Baumgartner, Levin	1995	3	MJA	39:50 min	Persönliche Bestzeit
Schmidt, Ghislaine	1963	7	W45	43:06 min	
Glauner, Teresa	1994	2	WJB	46:54 min	
Mattersteig, Dieter	1964	61.	M45	49:39 min	Persönliche Bestzeit
Rinne, Monica	1962	6	W50	51:29 min	
Tran-Schade, Phung	1994	14	W40	53:14 min	
Limberger, Tatjana	1994	4	WJB	55:06 min	Persönliche Bestzeit

Manfred Baumgartner