

LAUFEN EXTRA

FUSSBALL EXTRA

1. Fußballonlinemitteilung

Verantwortlich: Sieghard Tinibel Tel. 0209 13 61 81

<http://www.djk-tus-1910-rotthausen.de/>



Seit dem 4. Mai
2001

D J K

T u S

1910

Gelsenkirchen -
Rotthausen e.V.

Fußball und Leichtathletik in einem Verband <http://www.flvw.de/>

Fußballextra seit 1994 - Saison 2004/2005 - Laufende Nr. **0084** vom 20. Apr. 2005

Sportverein für: Fußball, Handball, Volleyball, Leichtathletik, Gymnastik, Breitensport

1. Online-Mitteilungsblatt für Mitglieder, Gönner und Freunde

Vereinslokal : Kolpinghaus Rotthausen, Karl-Meyer-Straße * Treff: Haus Beckmann, Schonnebecker Straße

Seit 20 Jahren Förderer des Int. Gelsenkirchener Volkslaufes

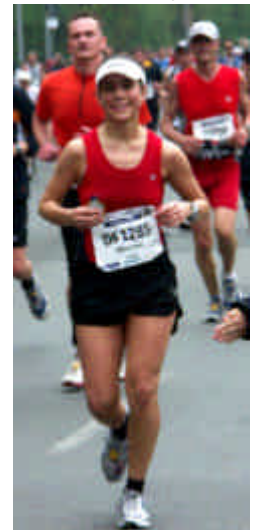
Immobilienmanagement: DIETER KAPTEINA & PARTNER

45879 Gelsenkirchen, Hiberniastraße 4, Tel. 0209 15577-0

Unsere Laufsportgruppe erzielt gute Ergebnisse beim 3. Karstadt-Ruhrmarathon 2005

Schnellster Mann aus Gelsenkirchen Rotthausen:

Karl-Heinz Steinhoff – die schnellste Frau heißt Mareike Perrey



Karlheinz Steinhoff – Erfrischungsgruppe DJK TuS 1910 - Mareike Perrey
Ein Großverein hilft beim Marathon.. Fußballspieler, Handballspieler, Laufsport und
Gymnastikgruppen, Volleyballer und Altherren. Alle bringen sich für den Sport ein.

Weitere Platzierungen und Namen der Sportler die mit DJK TuS Karstadt-Mentoren zum Ziel gebracht wurden

Platz	(AK)	Startnr.	Name	AK	Verein	Brutto	Netto
		HM	O3880 Baldes, Christina (D)	WHK	DJK-TuS 1910 Rotthausen	00:00:00	00:00:00
984	(201)	HM	H4237 Braumann, Uli (D)	M35	DJK-TuS 1910 Rotthausen	01:45:37	01:45:27
2836	(89)	HM	HF3622 Broschk, Rita (D) Mentorin	W55	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:43:36	02:33:27
4125	(848)	MD	D4022 Damberg, Torsten (GER)	M35	DJK-TuS 1910 Rotthausen	05:40:03	05:29:12
2667	(245)	MD	D4051 Fischer, Jörg (GER)	MHK	DJK-TuS 1910 Rotthausen	04:28:18	04:18:12
155	(12)	HW	HW1214 Gladis, Stefan (D)	M35	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:58:43	02:54:35
3597	(869)	MD	D4102 Huse, Ralph (GER)	M40	DJK-TuS 1910 Rotthausen	04:53:26	04:46:09
2948	(279)	MD	D3959 Kaminski, Patrick (GER)	MHK	DJK-TuS 1910 Rotthausen	04:25:58	04:25:08
316	(12)	HW	HW1251 Kellermann, Sabine (D)	W30	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:58:43	02:54:35
1816	(461)	MD	D5715 Kolpatzik, Wolfgang (GER)	M40	DJK TuS 1910 Rotthausen	03:58:14	03:57:58
385	(83)	MD	DF3509 Kolpatzik, Beate (GER)	W40	DJK TuS 1910 Rotthausen	04:24:26	04:24:03
2537	(544)	HM	HF4090 Kutsch, Dorothee (D)	W35	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:37:28	02:27:18
2015	(445)	HM	H4533 Kuß, Thomas (D)	M40	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:03:33	01:54:02
3686	(761)	HM	H4532 Kuß, Stephan (D)	M35	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:14:52	02:05:54
2949	(715)	MD	D3622 Küpper, Heiko (GER) Mentor	M40	DJK-TuS 1910 Rotthausen	04:25:58	04:25:09
3149	(654)	HM	HF3852 Mönninghoff, Ute (D)	W35	DJK-TuS 1910 Rotthausen	02:56:41	02:48:03
391	(28)	HW	HW1092 Pape, Monika (D)	W55	DJK TuS 1910 Rotthausen	03:01:21	02:57:13
361	(55)	MD	DF1285 Perrey, Mareike (GER)	WHK	DJK TuS 1910 Rotthausen	04:22:53	04:22:03
2591	(374)	HM	HF4158 Ristic, Karin (D)	W45	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:38:14	02:28:04
487	(128)	MD	D3968 Schiweck, Andreas (GER)	M40	DJK-TuS 1910 Rotthausen	03:26:58	03:26:17
596	(22)	MO	OF919 Schuster, Karin (GER)	W55	DJK-TuS 1910 Rotthausen	05:48:42	05:42:21
1497	(312)	HM	H4731 Weber, Markus (D)	M35	DJK TuS 1910 Rotthausen	01:59:24	01:49:53
2219	(170)	HM	H81 Beuting, Ulrich (D)	M50	DJK TuS 1910 Rotthausen	02:01:07	01:55:26
2077	(534)	MO	O1743 Terpelle, Hermann (GER)	M40	DJK TuS 1910 Rotthausen	04:28:26	04:26:14
357	(96)	MD	D3853 Steinhoff, Karlheinz (GER)	M40	RAG / DJK TuS 1910	03:22:08	03:21:20
4948	(996)	HM	H198 Amberg, Michael (D)	M35	FC Horst 59 / DJK TuS 1910	02:28:08	02:17:02
2313	(329)	HM	H7331 Kinastowski, Peter (D)	M45	FC Horst 59 / DJK TuS 1910	02:07:06	01:56:00
2329	(493)	HM	H7332 Veit, Reno (D)	M35	FC Horst 59 / DJK TuS 1910	02:07:13	01:56:07

Hier die Eindrücke von Mareike Perrey, Hiltrud Sperl, Heiko Küpper und Ulrich Beuting

Hey, ich war von dem Lauf einfach nur begeistert. Es war ein unglaubliches Gefühl an dieser gigantischen Zuschauerkulisse vorbei zu laufen. Besonders der letzte km auf der „Rü“, der sogenannte Teufelslappen, hat einen so mitgerissen, dass die Qualen und Schmerzen (zumindest bis zum Ziel) einfach weg waren.

Im Ziel angekommen, konnte ich mein Glück überhaupt nicht fassen: Die Beine haben gezittert und ich war völlig erschöpft, aber ich habe mich in meinem Leben noch nie so sehr über solche Symptome gefreut.

Wenn ich jetzt an die Strecke mit ihren "Highlights" In Bochum-Riemke, Herne (HM-Ziel), Come-together-Point in GE, natürlich auch Rotthausen (mit Familie, Freunden und Bekannten) und kurz vor Schluss in Rüttscheid denke, an denen die Leute teilweise in 8 -10 Reihen hinter der Absperrung standen und jubelten, bekomme ich immer noch eine Gänsehaut. Das war echt ein wahnsinnig gutes Gefühl, und jetzt, 3 Tage nach dem Lauf, - der Muskelkater lässt langsam nach- kann ich mit großer Sicherheit sagen: Das war definitiv nicht mein letzter Marathon.

Mareike



Hallo Sigi,

(Hiltrud 2. v.r. als Helferin, dieses Jahr aktiv beim Walking dabei)

es war ein unbeschreibliches Erlebnis!!!! Ergebnis: 03:08:13!!! Wir sind sehr stolz auf uns, **jawoll!!!!**

Etwas habe ich aber doch zu "meckern": auf unserer Strecke gab es drei menschenleere Punkte, sprich: es war wirklich kein Mensch am Streckenrand zu sehen, also auch keine Stimmung, und da ging es dann auch noch stetig bergan, das war etwas schwierig. Aber sobald wieder Menschen zu sehen und zu hören waren und dann noch Musik dazu kam war alles wieder gut.

Meine Freundin und ich werden wohl am Baldeney-Halbmarathon im Oktober teilnehmen, wir sind infiziert!!!

Liebe Grüße Hiltrud

Hallo Siggie,
ich habe zwar mein Ziel unter 4 Std. zu bleiben nicht geschafft bin aber mit der Zeit von 4:25:09 Std. vollkommen zufrieden.
Jetzt hab ich ein Ziel für 2006.

Der Schluss der Strecke war etwas schwer aber sonst war alles Super. Eine Super geile Stimmung und Gänsehaut gab es in BO-Riemke , Flora Str./Musiktheater, ev. Krankenhaus und auf der Reihe.
Wenn man durchs Ziel läuft ist die lange Vorbereitung vergessen und ist einfach nur glücklich 42.195 km geschafft zu haben.

Bis dann
Heiko

Hallo Sieghard,

hatte beim Halbmarathon insgesamt nur positive Eindrücke. Die Zuschauerbeteiligung war entlang der Strecke sehr positiv. Insbesondere im Bereich Bochum-Riemke und Bochum-City herrschte eine tolle Stimmung.

Den Bereich Umkleide und den Durchlauf nach dem Ziel (mit Bauzäunen abgesperrter und verkleideter Teil) fand ich nicht gut. Die Umkleidebereiche hätte man besser im Versorgungsbereich integrieren sollen.

Gut Lauf

Ulrich Beuting



Morgens um 7 ist die Welt noch ziemlich ruhig.... vor allen Dingen am Sonntag. Doch das änderte sich rasch. Bald kam schon die Vorhut der Radler durchgerauscht. Schade, dass die Inliner nur von Oberhausen kamen. Das bedeutete etwas Leerlauf für unsere Gruppe, doch Reinhold ließ keine Langeweile aufkommen. „Da sin mer dabei, das ist prima.....“ Mit bekannt gepflegter Stimme hob er die Stimmung der Gruppe auch an diesem anfänglich unterkühlten Morgen. Nachher gab es kein Halten mehr in der Sportgruppe. Ein Witz nach dem anderen kreiste und der Spaß an der Freud wollte nicht enden. „Wir sind eben doch ein richtiger Sportverein!“ Ließ sich der gutgelaunte Sportkamerad aus.



Die gesamte „kleine Gruppe“ am frühen Morgen um 8:00 Uhr in der Florastraße



Udo und Karl füllen schon mal die Becher, damit es gleich keinen Leerlauf gibt.....



Die große Gruppe war mit der Power Bar voll im Einsatz.



Applaus und Erfrischungen gab es durch unsere Leute von DJK TuS 1910 an der Power Bar zur Stärkung der Sportler die zu Fuß und auf Rollen durchkamen.



Links gibt es frische Energie und rechts wird es wieder etwas holprig an der Schiene





Versorgungsstand unserer Jugendabteilung „Auf der Reihe“ und unser Fahrlehrer Erwin Kessler an der Florastraße bei der Verteilung von Wasser und geviertelten Äpfeln an die vorüberziehenden Läufer.



Hier wurde gelabert und lamentiert.....und hier wurde gemalt mit der Sprühdose



Hier wurde das gute Gelsenwasser eingefüllt und dort wurde es am CT-Punkt brasilianisch



Hier wird fleißig Wasser angereicht



und hier wird wieder nachgefüllt



Auf und Abbau war die erste und die letzte Übung an diesem sportlichen Tag