



Die Jahre 2020/2021 hatten coronabedingt für die Abteilung 'Laufftreff' zur Folge, dass nur wenige Teilnahmen an Wettkampfvveranstaltungen möglich waren und nur eingeschränkt trainiert werden konnte.

Im Januar 2020 herrschte noch Normalzustand und beim 25-jährigen Jubiläum der "Sandkruger Schleife" starteten Dirk Grönig und Ulrike Held hervorragend in das Sportjahr. Dirk feierte sein Debüt bei der Sandkruger Schleife auf der 13 km langen Neujahrslaufstrecke mit einer Superzeit von 58:39 Minuten und erreichte damit seine erhoffte Zielzeit von unter einer Stunde mit Bravour. Auch Ulrike konnte auf dieser Strecke ihre hervorragende Laufform bestätigen. Mit einer sehr guten Zeit von 1:04:40 Std. und einem deutlichen Vorsprung von über fünf Minuten zur Nächstplatzierten siegte die VTB-Läuferin in der Altersklasse W60. Im März 2020 gelang ihr beim 50. Straßenlauf des VfL Oldenburg mit einer Zeit von 48:35 min nochmals der Sprung ganz nach oben auf das Siegerpodest. Da im Rahmen des 10km-Laufes die Meisterschaften des Bezirks Weser-Ems ausgetragen wurden, wurde Ulrike zugleich in ihrer Altersklasse Bezirksmeisterin 2020 über



10 km. Die geplante Teilnahme am Hannover-Marathon, für den Ulrike Held und Marlen Webersinke bereits mehrere Wochen trainierten, entfiel dann leider mit dem Lockdown im Frühjahr 2020. Dennoch ließen es sich die beiden nicht nehmen, mit vielen anderen angemeldeten Teilnehmern zeitgleich um Punkt 9 Uhr von zu Hause nach dem Motto „StayAtHome HAJ Marathon Hannover“ zu starten.

Die nächste Teilnahme an einem Volkslauf war erst wieder im August 2021 in Schortens beim Jever-Fun-Lauf möglich. Dirk G. und Marlen W. liefen hier über zehn Meilen (16,09 km) und platzierten sich auf den vorderen Rängen: Dirk G. belegte Platz 5 in der M40 mit 1:22:30 Std. und Marlen W. siegte in der W55 mit 1:29:25 Std. Weitere Teilnahmen gab es in Ofen beim Herbstlauf und noch einmal in Schortens beim Straßenlauf im Oktober 2021 über jeweils 10 km. Hier debütierte Marion Kromminga, vor zwei Jahren noch Laufanfängerin, mit einer guten Zeit von 54:52 min und wurde damit Fünfte ihrer Altersklasse W50. Hinzu kam die Beteiligung am Integrationslauf, einer Aktion des Landkreises in Zusammenarbeit mit dem KSB, für mehr Toleranz und Miteinander.





Coronabedingt entfielen gemeinsame Trainingszeiten u. a. ab Mitte März bis ca. Mitte Mai 2020. Und dann ab November 2020 bis Ende Mai 2021! So waren alle glücklich, als es wieder losgehen konnte. Stadioneinheiten kamen wie gewohnt im Sommer 2020 und 2021 hinzu



sowie auch zweiwöchentliche Sonntagsläufe. Im Stadion findet ein abwechslungsreiches Programm statt: Lauf-ABC, Intervalltraining, Stabilitätsübungen, Kraft-(ausdauer)Übungen, kleine Laufspiele u.v.m. Hier freute sich die Gruppe über die Teilnahme von Johann, erst 7 Jahre, der als Gast eifrig Runden mitlief und auch mal Papa Florian und die anderen hinter sich ließ.

Des Weiteren treffen sich zu einem frühen Strecken mit immer Im November 2021 und Läufer zudem zu einer geselligen Runde im Restaurant „emma“.



die Aktiven alle zwei Wochen Sonntagslauf über längere wieder anderen Verläufen. trafen sich die Läuferinnen

Zu ergänzen ist noch, dass bei der NWZ/KSB-Sportlerwahl 2019 mit Übergabe der Urkunden am 13.07.2020 Ulrike Held aufgrund ihrer hervorragenden Leitungen in 2019 (siehe Jahresbericht 2019) den Siegerpokal erhielt. Herzlichen Glückwunsch!



An dieser Stelle möchte ich auch allen Laufftreffmitgliedern herzlich danken, die trotz der langen Pausen der Laufftreff-Gruppe treu blieben, fast keine Trainingszeit auslassen, sich auch gegenseitig motivieren und stets zu einer wohltuenden Trainingszeit beitragen. Ihr seid eine super Truppe. Danke Euch allen ☺!



Außerdem danke ich herzlich Ralf Tjarks für die Übernahme der Vertretung als Trainer Anfang 2020, als Stephanie Tjarks und ich am Ausbildungslehrgang zur C-Übungsleiter-Lizenz absolviert haben.

Weitere ausführliche Informationen (Allgemeines, Training, Fotos, Ergebnisberichte etc.) unter [www.varelerTB.de](http://www.varelerTB.de) -> Sportangebote -> Laufftreff.

Mit sportlichen Grüßen

Marlen Webersinke

Laufftreff-Leiterin (zertifiziert)

