

Newsletter



Oktober 2019



16. Indoor Cycling Marathon am 20. Oktober im Autohaus Schramel



Die fleißigen Mädels und der Dauergast Fabian, 4 Jahre.



Sehr zufrieden mit der gelungenen Veranstaltung – die 3 Chefs....

16. Indoor Cycling Marathon für „Der bunter Kreis“

Dieses Jahr wieder mal im Ford-Autohaus Schramel in Lorch wurde der 6-Stunden-Radmarathon ausgetragen. Außergewöhnlich war, dass dieses jährliche Benefiz-Event an einem Sonntag stattgefunden hatte und das mit einem Weißwurstfrühstück.

Auch nach 12 Uhr schmeckte die Wurst fantastisch, sogar vor dem anstrengenden Radfahren. Gerd Hinterberger, der Ausdauerfreak, der regelmäßig beim RRC Petticoat die Indoor Räder strapaziert, saß wieder mal die gesamte Veranstaltung im Sattel. Auch viele 2- und 3-Stunden Fahrer/innen gab es, denn die Kalorien mussten ja wieder weg. Trotz des schönen Herbstwetters und der geringen Anmeldungen waren wieder bekannte Gesichter am Start. Ausrichterin Elke Peischl freute sich über die treue Teilnahmen des TV Mögglings, der Lebenshilfe und der Feuerwehr Herlikofen mit ihrem Nachwuchstalente im Radfahren, dem 4-jährigen Fabian. Die größte Gruppe stellte wiederum die Feuerwehr Innenstadt Gmünd und zur letzten Stunde das Laufteam Elke.

Nach Abzug aller Kosten geht der Erlös an den Verein „Der bunte Kreis“. Jochen Riedel, 1. Vorsitzender der Gmünder Gruppe sowie Chefarzt für Kinder- und Jugendmedizin, strampelte neben Autohaus –Chef Rainer Schramel für den guten Zweck.

Die Indoor Cycling Saison bei Petticoat in der Gemeindehalle Straßdorf startet nach den Herbstferien mit 10er Karten oder Kursen über den Gmünder Sport Spaß. Es sind noch vereinzelt Plätze frei – Info und Anmeldung bei Elke Peischl unter 0179/7369517.



Gerd mit 6 Stunden im Visier....



Elke Bräutigam beim ziemlich profiliertem Salacher Löwenlauf am 20. Oktober – wenn Schwiegersohn Johannes 36 Minuten für den Sieg brauchte, weiß man, dass es keine Rennstrecke war....



Alb Marathon am 26. Oktober 2019

Am Start morgens um 10 Uhr waren Tom, Frank und Gabi für die 25 km Rechberglauf sowie Elke für die Staffel. Die 10er konnten ausschlafen.....

Tom war der Schnellste und nach 2.22 Std. im Ziel
 Gabi erreichte den **3. Platz** in ihrer AK mit der Zeit von 2.50 Std.
 Frank schaffte es auch noch unter 3 Std. mit 2.58 Std.



Der Start für die 10 km



Helga mit Sohnmann Robin



Gabi auf Platz 3 und Tom für 25 km in 2.22 Std. GRATULATION !!!!



Unsere Gabriele hatte nach langer Überlegung am 10er teilgenommen und den 2. Platz ihrer AK mit 1.05 Stunden ergattert !!!!

Andreas Lasermann war der Schnellste beim 10er vom Laufteam in exakt 53 Min.
 gefolgt von Doro Seitler mit 57.04 Min. und Rainer Dreiwurst in 57.28 Min.
 dann kamen Nora Bräutigam, Helga Arnet und Elke Bräutigam, die für die Galvanotechnik gestartet
 sind nach 1.00 Std. ins Ziel
 Sabrina Müller war nach 1.04 Std. die 8. ihrer AK



Und die Staffel mit Elke P., Rainer Schr., Thomas, Ulrike, Klaus und Harald kam auf Platz 38
 in 5.12 Stunden

Unsere Teilnahmen/Ergebnisse beim Alb-Marathon:

2010 war die 1. Teilnahme und Gründung vom Laufteam Elke – keine Staffel, alle 10 km

2011 die ersten beiden Staffeln mit je 8 Pers. in 5:24.38 und 5:24.39 Std.

2012 dann 3 Staffeln mit je 6 Pers. in 5:19.11 / 5:19.42 / 5:38.37 Std.

2013 war 1 Staffel mit 8 Personen in 5:23 im Ziel

2017 die beste Zeit mit 8 Personen in 5:11 Std.

2018 die Rainer/Gabi Staffel mit 4 Pers. und 5:21 Std.



Petra beim Frankfurt Marathon am



Zieleinlauf wie immer in der tollen Halle - mit viel Beifall und Lärm. Petra ist jährlich in Frankfurt dabei und diesmal ab km 13 wurde sie naß.... Aber wie man im Bild sieht, ist sie stets guter Dinge und

finishte in der fantastischen Zeit von 4.41,24 Std.





Im Stadion Aalen gegen Ulm

Der Preis für den Firmenlauf für Rainer Schramel





Steinheimer Geologenlauf am 3.11.

Sabrina lief 10 km in 1.07 Std.
Conny und Erika walkten 7 km in 57 Min.
Steffi walkte 7 km in 55 Min.



Damit auch keine bescheisst.... Der Chip am Schuh !!



Saisoneröffnung Samstag-Mittag-Lauf Schützenhaus Straßdorf 16 Uhr (im November) bzw. 15 Uhr im Dezember). Disziplinen: Walken, Nordic Walking, Joggen gemütlich, Joggen flott.

Sparkasse 3-Länder-Marathon 6.10.2019 – ein Bericht von Udo LIVE



Moralische Unterstützung am Start

Wie schon letztes Jahr habe ich mich auch diese Jahr voller Vorfreude auf diesen Halbmarathon vorbereitet. Anreise bei Regen am Freitag und den ganzen regnerischen Samstag mit Sightseeingtour verbracht, so gut es bei diesem Wetter ging .

Dann der Wettkampftag. Die Wettervorhersage für diesen Tag versprach leichte Bewölkung bei 16 °C, kaum Wind. Sah das Wetter am Anfang noch nicht so gut aus wurde es von Stunde zu Stunde besser, am Ende gab es sogar blaue Lücken am Himmel zu bestaunen. Vom Hafen Bregenz ging es dann mit dem Marathon-Boot zum Start im Hafen von Lindau.

Kleiderabgabe, aufwärmen, ein kleiner Plausch mit **Angelika und Steffi**, es ist doch immer wieder schön **Laufteam Mitglieder** zu treffen und dann nichts wie ab in den Startblock.

Mein Ziel 2:00 h oder besser. Punkt 11:00 fiel der Startschuss zum Halbmarathon, begleitet vom Hubschrauber des ORF, Musik und jeder Menge Publikum. Vom Start, Lindau Hafen ging es dann durch die Innenstadt Richtung Festland, nach Hörbranz / Lochau in Österreich über die Pipeline nach Bregenz, durch die Seebühne in ein Naturschutzgebiet und dann zurück nach Bregenz ins Stadion.

Es war die gleiche Streckenführung wie letztes Jahr, eben und landschaftlich ansprechend, einfach toll. Wie letztes Jahr war auch dieses Jahr entlang der Strecke immer rege Zuschauerbeteiligung.

Der letzte Kilometer ist dann besonders, man läuft durch ein Spalier von Zuschauern und wird von einer großartigen Kulisse im Stadion empfangen.

Nach 2:03:50 habe ich dann am Ende die Ziellinie überquert und musste leider meinem hohen Anfangstempo Tribut zollen. Fazit: Ein Toller Wettbewerb mit super Organisation, klasse Strecke und Publikum.

2020 werde ich wieder an den Start gehen und erneut versuchen 2:00 oder besser zu laufen :)



Zieleinlauf Bregenz Stadion

Termine 2019

17.11.19 Geislinger Volkslauf mit Walking

8. Dezember Nikolauslauf in Tübingen – Anmeldung abgeschlossen – wir sind dabei !!!

Samstag, 21.12.19 um 18 Uhr Weihnachtsfeier bzw. Jahresabschluß in Mutlangen in der Pizzeria Da Leo



Termine 2020

14. März Gmünder Stadtlauf

18. April Frauenlauf Stuttgart

9. August 2020 Sonthofen – Allgäu Panorama Marathon und Halbmarathon und Hörnerlauf

<http://www.allgaeu-panorama-marathon.de/content/strecken/>

Allgäu Panorama Marathon - Hörnerlauf

18,3 km

1111 hm hoch / 409 hm ab

Allgäu Panorama Marathon - Halbmarathon

21,1 km

190 hm hoch / 195 hm ab

Allgäu Panorama Marathon - Marathon

42,3 km

1374 hm hoch / 1374 hm ab