



Eigentlich sind sie Ruderer – doch diese Sportler sind auch gem per Laufsohle unterwegs.

Foto: privat

Ruderer starten bei New-York-Marathon

Dass sich Freizeitsport und Wettkampfttraining nicht ausschließen, beweisen derzeit die Masters des Stralsunder Ruderclubs.

Von BARBARA AHLHAUS

Freizeitsport. Ein Teil der immer größer werdenden Mittwochsguppe des Ruderclubs intensivierte dieses Jahr das Training, um an einigen Wettkämpfen teilzunehmen. Vergangenes Wochenende starteten zwei Doppelvierer mit Steuerfrau beim Frankfurter Rudermarathon. Während sich die Herren (U. West-

phal, M. Ahlhaus, H. Wohlerlert und W. Brandenburg mit Steuerfrau K. Westphal) gegenüber 2007 um fünf Plätze verbessern konnten, erruderten die Frauen (K. Westphal, S. Rades, B. Ahlhaus und D. Schmucker mit Steuerfrau S. Moche) sogar die Bronzemedaille und verbesserten sich um acht Minuten gegenüber dem Vorjahr. Dabei konnten deutlich jüngere Mannschaften geschlagen werden.

Am Sonntag machten sich die Masters auf zum Berlin-Marathon. Für Kerstin Dammann, die Trainerin der stetig wachsenden SRC-Frauenlaufgruppe, war es der erste Marathon, den sie mit einer hervorragenden Zeit von 4.03,32 Stunden beenden konnte. Unterstützt wurde sie von ihren Club-Kameraden Ch. und S. Loßmann und I. Kluttig, die sie abwechselnd begleiteten und motivierten. Maik Dammann nutzte die 42,195 Kilometer als Trainingslauf für den in fünf Wochen stattfindenden

den New-York-Marathon und erlief dabei (weit unter seinen Möglichkeiten) genau vier Stunden. Matthias Ahlhaus, begleitet von seinen Kindern Philipp und Svenja, erreichte bei seinem 12. Berlin-Marathon die Zeit von 4.21,04. Ab sofort beginnt das Abschlusstraining für den Marathon-Vierer (M. Dammann, Ch. Loßmann, Philipp und Matthias Ahlhaus), der am 2. November den Stralsunder Ruderclub beim New-York-Marathon vertreten wird.

Für alle Neugierigen: Trainingszeiten dieser engagierten Freizeitgruppe sind ab 1. November mittwochs ab 19 Uhr und sonntags nach Absprache. Außerdem stehen ein Fitnessraum und ein Ruderbecken zur Verfügung. Auch unterschiedlich starken Laufgruppen kann man sich anschließen. Wer Lust hat, sich über Winter fit zu halten, um im Frühling das Rudern zu erlernen, kann sich gerne mittwochs beim SRC informieren.

Quelle: Ostsee-Zeitung Ausgabe Stralsund vom 01.10.2008

Claudia Zech vom SV HANSE-Klinikum Stralsund e.V. startete auch in Berlin und kam nach 4:28:29 h ins Ziel.