

Laufsport

21. Haußberg-Lauf der TSG Helberhausen / Finale zur Rothaar-Serie um den AOK-Cup

2 km - Weibliche Jugend

U14: 1. Mailin Dickhaut (SC Rückershausen) 8:21 min.; 2. Lana Schuchardt (ASC Weißbachtal) 9:17; 3. Anna Schneider (TV 08 Feudingen) 9:36 – **U16:** 1. Lina Marike Otto (ASC Weißbachtal) 7:47; 2. Franziska Roth (TV Jahn Siegen) 7:55; 3. Hermine Joenke (SC Rückershausen) 10:59.

2 km - Männliche Jugend

U14: 1. Fabio Klein (TuS Deuz) 7:39 min.; 2. Christian Rothenpieler (Feudingen) 8:11; 3. Silas Andrick (LG Kindelsberg K.) 8:17 – **U16:** 1. Jonas Schmidt (SC Rückershausen) 7:12; 2. Tom Keanu Lucian Stöcker (TuS Erndtebrück) 7:25; 3. Philipp Hansmann (VfL Bad Berleburg) 7:33.

6 km - Jugend- und Jedermannlauf

Weibliche Jugend, U18: 1. Mattea Mittler 27:04 min.; 2. Lene Wagener 29:08; 3. Madeline Gräbener (alle ASC Weißbachtal) 29:36 – **U20:** 1. Michelle Achenbach (TV Laasphe) 34:05 – **Frauen:** 1. Johlanda Tabea Espeter (TV Bad Laasphe) 29:20; 2. Melina Lange (TuS Erndtebrück) 30:03; 3. Susanne Homrighausen (VfL Bad Berleburg) 31:10.

Männliche Jugend, U18: 1. Till Hartmann (VfL Bad Berleburg) 25:46 min.; 2. Damian Drefler (TV Laasphe) 26:54; 3. Felix Friedrich (TuS Erndtebrück) 27:02 – **U20:** 1. Jo-



Auf geht's: 137 Läuferinnen und Läufer machen sich auf die anspruchsvolle 12-km-Cupstrecke im „Löföldorf“ Helberhausen.

FOTOS: KARL-HEINZ MESSERSCHMIDT

Lautwein und Espeter gewinnen

Finale der Rothaar-Laufserie um den AOK-Cup beim Helberhäuser Haußberg-Lauf. 312 Teilnehmer im oberen Ferndorftal am Start. Cupehrung am 30. November

aus Frensch (Ejot-Team TV Buschhütten) 23:15; 2. Felix Lange (TuS Erdtebrück) 23:33; 3. Ephraim Joshua Espeter (TV Bad Laasphe) 28:21 – **Männer:** 1. Jakob Steffe (TuS Deuz) 24:58; 2. Thomas Belz (TuS Erdtebrück) 25:33; 3. Marcus Eschemann (ASC Weißbachtal) 26:14.

12 km - Cup-Lauf

M20: 1. Medhanie Teweldebrhan (VfL Bad Berleburg) 45:16 min.; 2. Torben Henrich (TuS Erdtebrück) 46:18; 3. Arne Fuchs (TSG Helberhausen) 48:32 – **M30:** 1. Tobias Lautwein (SG Wenden) 44:12; 2. Julian Göbel (SC Rückershausen) 51:36; 3. Silas Böttger (FC Weidenhausen) 53:41 – **M35:** 1. Jurij Propp (TuS Erdtebrück) 46:00; 2. Sebastian Sting (ASC Weißbachtal) 48:36; 3. Alexander Wassmann (:anlauf Siegen) 51:29 – **M40:** 1. Frank Hardeknack (ohne Verein) 46:41; 2. Andreas Gertz (LG Kindelsberg Kreuztal) 49:12; 3. Thorsten Hess (VfL Girkhausen) 56:27 – **M45:** 1. Frank Queißer (TuS Müsen) 50:30; 2. Henning Grüne (SG Wenden) 52:56; 3. Christof Werner (TSG Helberhausen) 53:26 – **M50:** 1. Sven Gemeine (ohne Verein) 52:32; 2. Frank Lauber (VfL Bad Berleburg) 52:37; 3. Bernd Grafe (TuS Müsen) 54:45 – **M55:** 1. Jürgen Stark (ASC Breidenbach) 58:42; 2. Kersten Wickel (TV Büschergrund) 58:54; 3. Andreas Wahl (VfL Bad Berleburg) 59:50 – **M60:** 1. Michael Scholze (TuS Deuz) 1:00:29 Std.; 2. Joachim Hackler (SC Rückershausen) 1:02:30; 3. Eberhard Schmidt (TuS Deuz) 1:05:09 – **M65:** 1. Bernd Looock (Skifreunde Hüttental) 1:04:24; 2. Walter Dzaak (TV Kreuztal) 1:10:16; 3. Günter Henze (TV Attendorf) 1:11:48 – **M70:** 1. Horst Normann (TA Attendorf Tri-Time) 1:05:23; 2. Hans Gerd Schreiber (ohne Verein) 1:17:04; 3. Klaus Huhn (CVJM Siegen) 1:17:12 – **M75:** 1. Werner Stöcker (TuS Erdtebrück) 1:07:54 – **M80:** 1. Heinz Wagner (VfL Wehbach) 1:12:59.

W20: 1. Franziska Auguste Espeter (TV Bad Laasphe) 52:55 min.; 2. Lisa Marie Bürgel (ASC Weißbachtal) 1:01:56 – **W30:** 1. Sabine Hennes (ohne Verein) 1:10:58 – **W35:** 1. Julia Rosenthal (TV Büschergrund) 56:30; 2. Nicole Hartrampf (Rothaar Aktiv) 1:05:17 – **W40:** 1. Boukje

Von Karl-Heinz Messerschmidt

Helberhausen. Herbstlich kalt war's beim Saisonfinale der 17. Rothaar-Laufserie um den AOK-Cup, wie alljährlich ausgerichtet von der TSG Helberhausen mit ihrem Hauberg-Lauf durch die Wälder im oberen Ferndorfal und dem Start und Ziel auf dem Kleinsportfeld an der Turnhalle in der Ortsmitte. Zufrieden waren die Organisatoren mit dem Leistungsbild, weniger jedoch mit den Teilnehmerzahlen.

„Das waren etwa 50 weniger als im Vorjahr“, so ein erstes Fazit von Sprecher Meinhard Menn, der kaum einen Aktiven übersah zu erwähnen, so dass immer wieder ein leichtes Lächeln über deren Gesicht huschte, als sie nach anstrengenden Kilometern zurück waren. Insgesamt waren es 312, die den Zielkanal passierten.

Teweldebrhan immer schneller

Von der langen, anstrengenden 12-km-Runde kehrte als Erster und mit klarem Vorsprung Tobias Lautwein (SG Wenden) zurück. Der 32-jährige Neu-Altenhofer, vor Wochenfrist noch im WM-Einsatz im Extrem-Hindernislauf (siehe Info-Box), siegte in 44:12 Minuten vor dem 18-jährigen, in Raumland lebenden Eritreer Medhanie Teweldebrhan (VfL Bad Berleburg/45:16) sowie zwei weiteren Wittgensteinern, Jurij Propp (M35/46:00) und Torben Henrich (M20/46:18), beide vom TuS Erdtebrück. Wie stark sich der ehemalige Betzdorfer Straßen-Radrennfahrer Tobias Lautwein im Laufen verbessert hat, zeigte seine Sams-



Sieger-Duo über die Cup-Strecke: Tobias Lautwein und Franziska Espeter.

„Ich war bis gestern noch in der Klinik in Winterberg und muss das unterwegs trinken.“

Birgit Lauber, die eine gefüllte kleine Coca-Cola-Flasche am Start in der Hand hielt und bis ins Ziel wirklich auch geleert hatte

tagzeit, mit der er nicht nur nach 2015 zum zweiten Mal in Helberhausen gewann, sondern auch knapp die Zeit von Vorjahressieger Timo Böhl (TVE Netphen/44:18 min.) unterbot, der diesmal nur Zaungast war. Der 22-jährige Helberhausener Arne Fuchs musste bei seinem „Heimspiel“ mit Rang sechs in 48:32 min. zufrieden sein und meinte ausgepumpt im Ziel: „Das war richtig anstrengend.“ Die lange Liste mit 50er Zeiten führte

Lautwein von der Insel zurück zum AOK-Cup

■ Tobias Lautwein vom sportlichen Ausflug auf die Insel zurück in die heimliche Provinz - von der **WM im Extrem-Hindernislauf in Brentwood/bei London** über 15 km mit 100 Hindernissen, wo er 54. in der Elite-Klasse (21./M30) in 1:53:57 Std. wurde. In der Mixed-Teamwertung (3 Aktive - 2 Männer, 1 Frau) belegte er Rang acht.

der Müsener Dauerbrenner Frank Queißer (1./M45) als Gesamt-10. mit 50:30 min. an. Zurück waren die Letzten nach 1:23 Stunden.

Überlegen in 52:55 Minuten siegte die 29-jährige Bad Laaspheerin Franziska Auguste Espeter (W20) in 52:55 min. und siegte damit zum dritten Male nach 2014 und 2017 in Helberhausen, ohne allerdings an ihre starke Vorjahresbestzeit (51:18 min.) heran zu kommen. Unter einer Stunde blieben in der Frauen-Gesamtwertung außerdem die 37-jährige Freudenbergerin Julia Rosenthal (W35/TV Büschergrund) in 56:30 min., die W60-Läuferin Conny Wagener (LC Diabü Eschenburg) aus Fischelbach (58:35) und die vereinslose Wendenerin Boukje Beckmann (W40/59:30). Die Schnellste der „Stunden-Läuferinnen“ war die Müsenerin Astrid Grafe in ihrem ersten W45-Jahr in 1:01:24 Std. Das 28-köpfige Frauen-Feld zog sich hin bis 1:26:19 Std.

Beim Jugend- und Jedermann-

lauf über 6 km ließen sich die beiden M20-Jugendlichen Jonas Frensch (Ejot-Team TV Buschhütten) und Felix Lange (TuS Erdtebrück) nicht aus den Augen. Schließlich setzte sich der ein Jahr jüngere Jonas Frensch knapp in 23:15 min. gegen den 19-jährigen Erdtebrücker (23:33 min.) durch. In der weiblichen Wertung legten mit den U18-Läuferinnen Mattea Mittler und Lene Wagener (beide ASC Weißbachtal) ebenfalls zwei Jugendliche das Tempo vor und siegten in 27:04 bzw. 29:08 min., dicht gefolgt von der schnellsten Läuferin der Frauenklasse, Johlanda Tabea Espeter (TV Bad Laasphe), in 29:20 min., die sich der dritten jungen ASC-Läuferin, Madeline Gräbener (29:36 min.), erwehren musste. Die 21-jährige Erdtebrückerin Melina Lange war als Gesamt-5. mit 30:03 min. die Schnellste mit einer 30er Zeit.

Starker Wittgensteiner Nachwuchs

Spannend machte es ein Quartett bei den Schülern über 2 km rund um den Ortskern, wo schließlich die drei Wittgensteiner aus der U16-Jugend, Jonas Schmidt (SC Rückershausen/7:12 min.), Tom Keanu Lucian Stöcker (TuS Erdtebrück/7:25) und Philipp Hansmann (VfL Bad Berleburg/7:33) vor dem Jüngsten aus dieser Gruppe, dem 12-jährigen Fabio Klein (U14-TuS Deuz/7:39), ins Ziel kamen. Bei den Schülerinnen setzte sich die 15-jährige Lina Marika Otto (ASC Weißbachtal) in 7:47 min. knapp gegen die talentierte 14-jährige Franziska Roth (TV Jahn Siegen/7:55-beide U16) durch.