Die Geschichte der Mittelstrecken-Staffeln in Bonn und im Rhein-Sieg-Kreis

Von Wolfgang Rehmer

Als Jahn das Turnen in Deutschland einführt, sind Läufe über längere Strecken als 200 m noch nicht vorgesehen. Turner, die nur Mehrkämpfe mit turnerischen und volkstümlichen Übungen durchführen, haben deshalb auch keine Mittelstrecken im Programm. Die kommen erst auf, als die Fußballvereine um die Jahrhundertwende sich auch um die Leichtathletik kümmern. Deswegen findet man im 19. Jhd. erst recht keine Mittelstrecken-Staffeln. Am 16.6.1907 liest man zum ersten Mal von einer 3 x 1000 m-Staffel in Köln. Rupprecht, Sanders und der Lauftrainer Seel vom Bonner FV laufen 9:00,2 min, die sie 3 Wochen später beim ersten Athletik-Fest auf dem Sportplatz an der Richard-Wagner-Straße in Bonn auf 8:54,2 verbessern. Danach liest man bis weit nach Ende des 1. Weltkriegs nichts mehr von Mittelstreckenstaffeln, obwohl in Deutschland mit vielen unterschiedlichen Streckenkombinationen experimentiert wird. Bevorzugte Staffel im Kreis ist vorläufig die Schwedenstaffel, in der aber die 400 m die längste Teilstrecke sind.

Obwohl die Entwicklung auf den Mittelstrecken weitergeht, scheinen nicht genügend Läufer für eine Staffel dagewesen zu sein. Deshalb kommt ab 1919 als nächste kombinierte Staffel die Olympische Staffel dazu. Am 13.6.1920 verbessert der Bonner FV mit Monreal, de Weldige, Carthaus und Boddenberg bei den Bezirksmeisterschaften in Siegburg die Bestleistung in der Olympischen Staffel auf 4:04,0 min, ehe 1921 die Kombination Monreal, Ahl, Dorff und Esch mit 3:57,0 min zum ersten Mal unter 4 min bleibt.



Abb. 1 : **Uwe Boddenberg 1920 als Schlussläufer der Olympischen Staffel in Siegburg** (Sammlung Helmut Fuchs)

Von jetzt an sollte es ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit der 3 x 1000 m-Staffel geben. Ebenfalls 1921 gibt es in Köln ein Mannschaftslaufen über 1000 m, das Jean Kastenholz, Willi Zimmermann und Karl Eckhardt (Siegburger TV) überlegen in 2:47,0 min gewinnen. Das wäre als Staffel eine 8:21,0 min gewesen, aber die Staffel laufen sie nur in 9:02 min, weil der 2. und 3. Läufer praktisch alleine laufen muss



Abb. 2 : **Jean Kastenholz, Willi Zimmermann, Karl Eckhardt** (alle Sammlung Helmut Fuchs)

Nach Hans Esch ist 1922 auch der deutsche 1500 m-Vizemeister Walter Ufer aus Düren nach Bonn gewechselt. Zusammen mit Grün laufen diese 3 für den Bonner FV am 11.8.1922 beim Internationalen Sportfest in Frankfurt die 3 x 1000 m in 8:12,0 min und verbessern den westdeutschen Rekord. Mit Carl Plate, Grün und Walter Ufer ist der Bonner FV auch der erste Verein des Kreises, der an einer deutschen Stadion-Meisterschaft teilnimmt. Die 3 x 1000 m-Staffel belegt 1922 in 8:22,0 min den 5. Platz. Die gleiche Kombination verbessert sich am 22.7.1923 auf 8:11,0 min. Der VfL Siegburg kommt mit Schild, Zimmermann und Schlemmer erst 1927 mit 8:16,0 min auf eine ähnlich gute Leistung.

Walter Ufer ist in den folgenden Jahren der Mann, der maßgeblich an der Entwicklung der Rekorde über 3 x 1000 m beteiligt ist. Am 1. Juni 1924 verbessert er in Köln mit Reinhardt und Köckritz hinter dem Karlsruher SC mit 8:08,2 min den eigenen westdeutschen Rekord. Das bringt ihm eine Einladung zum Jubiläumssportfest in Berlin, wo er als Startläufer der westdeutschen Verbandsstaffel mit 2:31 min großen Anteil an der Endzeit von 7:43,6 min hat, die 8 sec schneller ist als der aktuelle deutsche Rekord für Vereinsstaffeln. Am 18.7.1925 schließlich läuft der BFV mit Carl Plate, Köckritz und Ufer als westdeutscher Vizemeister erstmals unter 8 min (7:59,0 min).



Abb. 3 : **Hans Esch und Walter Ufer (Bonner FV)** (Holthausen : Sportgeschichte der Stadt Bonn



Abb. 4 : **Willi Köckritz (Bonner FV)** (Homepage FV 08 Endenich)

Ab 1927 verschwinden sowohl 3 x 1000 m- als auch Olympische Staffel aus dem Veranstaltungsangebot. Stattdessen tauchen die 4x800 m- und die 4 x 1500 m-Staffel auf. Vier gute Mittelstreckler zu bekommen ist nur größeren Vereinen möglich. Deshalb sind die Rekorde anfangs auch nicht von der Güte der 3 x 1000 m-Staffel. Die erste Bestzeit über 4 x 800 m läuft der VfL Siegburg am 7.8.1927. Hans Kastenholz hat auf der im Vorjahr neugebauten 275m-Rundbahn im Stadion auf der Zange das erste Internationale Sportfest organisiert.

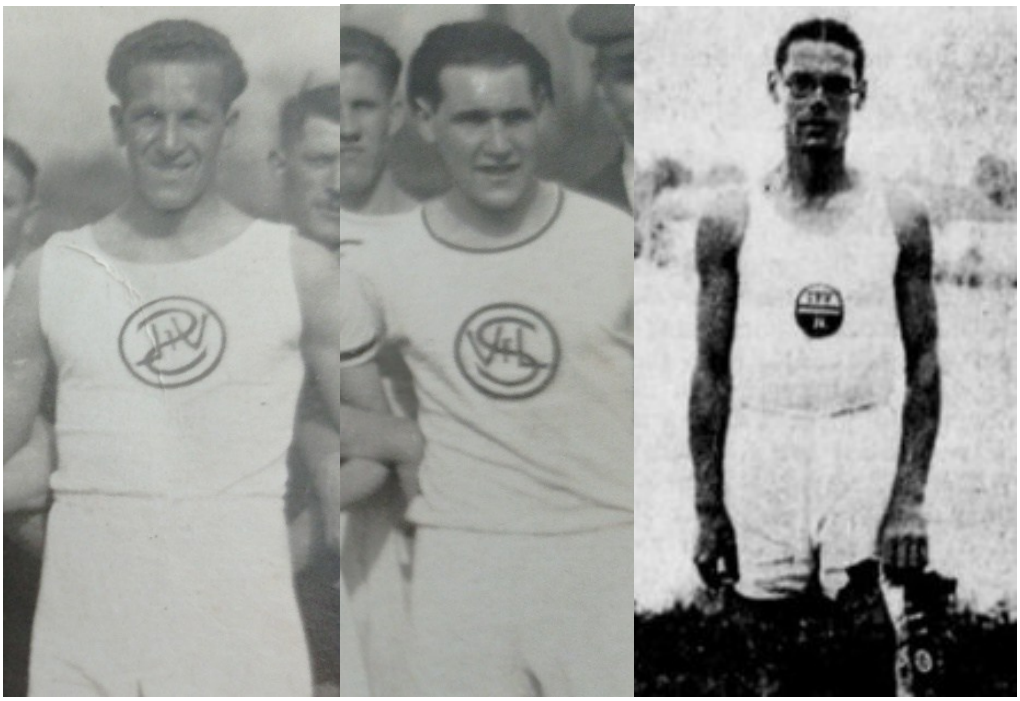

Abb. 5 : **Josef Schlemmer, Albert Kilp und Willi Nüchel (VfL Siegburg)** (5a,b Sammlung Helmut Fuchs . 5c deutsche Reichszeitung vom 11.8.1933)

Und hier laufen die Siegburger mit Schild, Josef Schlemmer, Albert Kilp und Willi Zimmermann 8:35,3 min, also einen Schnitt von nicht berauschenden 2:09 min. Erst 1932 erfolgt eine Rekordverbesserung durch den VfL auf 8:33,1 min. Es laufen Schlimbach, Peter Knobloch, Willi Nüchel und Kurt Krieger.



Abb. 6 : **die 3 x 1000 m-Staffel der Polizeischule Bonn als Rheinland-Meister** (Bonner General-Anzeiger vom 30.6.1930)

Die Turner setzen nach wie vor auf die 3 x 1000 m-Staffel. Bei den Rheinland-Meisterschaften der deutschen Turnerschaft am 26.7.1931 in Rheydt siegt in 8:03,1 min die Polizeischule Bonn mit Hergenröther, Neu und Schulte, wobei nur Neu dem Post SV Bonn angehört. Aber Polizei und Uni sind damals bei allen Meisterschaften bis auf die DM als Verein startberechtigt. Die erzielte Zeit ist immerhin nur 4 sec vom Kreisrekord der Vereinsstaffeln entfernt.



Abb. 7 : **Willi Krieger, Gerhard Linke und Hein Hochgeschurz (VfL Siegburg)** (7a : General-Anzeiger vom 2.8.1932 , 7b : Stadtarchiv St. Augustin)

Die erste Bestzeit über 4 x 1500 m setzt die Uni Bonn 1929 mit 18:32,8 min. Ob alle Läufer aus dem Kreis stammen, ist nicht mehr bekannt. Eine Verbesserung auf 18:30,6 min gelingt dem VfL Siegburg 1931 mit Willi Krieger, Peter Knobloch, Gerhard Linke und Hein Hochgeschurz, das ist auch nur ein Schnitt von 4:37 min. Eine knappe Verbesserung auf 18:29,0 min erreicht der Bonner FV mit Bertrams, Leyendecker, Knobloch und Nußbaum am 8.7.1934 in Koblenz als Drittplatzierter bei den Gaumeisterschaften.

Einen riesigen Schritt nach vorne macht der Bonner FV nur 1 Jahr später mit einer Verbesserung um fast 1 min. Ebenfalls in Koblenz gelingt Görgens, Simon, Nußbaum und Knobloch am 4.7.1935 eine Verbesserung auf 17:34,2 min. Bis zum Ausbruch des 2. Weltkriegs gibt es dann keine Verbesserungen mehr auf den beiden langen Staffeln.



Abb. 8 : **Johann Görgens, Peter Simon und Peter Knobloch (Bonner FV)** (8a privat, 8b : General-Anzeiger vom 11.6.1935, 8c : General-Anzeiger vom 27.10.1936)

Nach Kriegsende wird wieder bevorzugt die 3 x 1000 m-Staffel gelaufen. Aber bis 1948 finden sich über lange Staffeln keinerlei Aufzeichnungen in den Zeitungen. In der Zwischenzeit haben sich beim Bonner FV viele namhafte Mittelstreckler angemeldet. Von Olympia Oberberg ist 1948 Hans-Ulrich Spree aufgrund seines Studiums nach Bonn umgezogen. Mit Minn und Rudi Metternich bildet er ein starkes Trio, das im Juli 1949 in Köln westdeutscher Vizemeister wird. Mit 7:50,8 min unterbieten sie die alte Bestzeit um 8 sec. Das Jahr 1950 sieht das Trio Rudi Metternich – Josef Hoffmann – Hans-Ulrich Spree schon bei 7:42,2 min. Bei deutschen Meisterschaften ist man zwar noch erfolglos, aber dafür holt die Uni Bonn mit Robert Kosfeld, Günther Gensch und Hans-Ulrich Spree (alle BFV) bei den deutschen Hochschulmeisterschaften am 29.Juli in Berlin den Staffel-Titel nach Bonn, ihre Zeit ist 7:47,4 min.

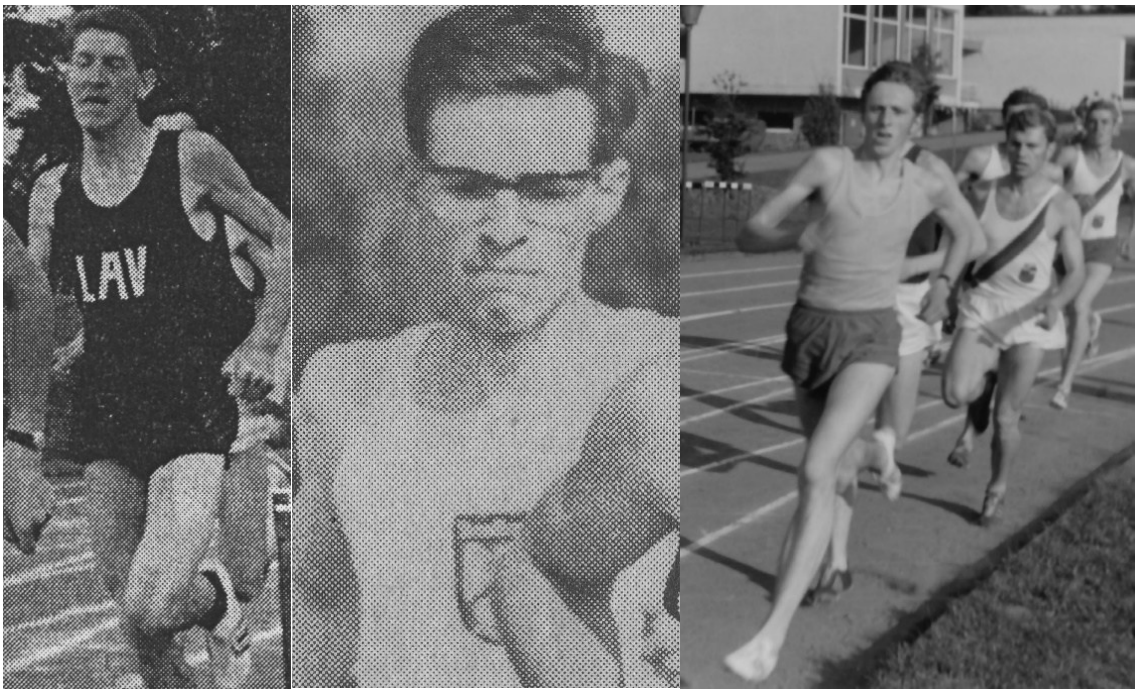

Abb. 9 : **Johannes Lummer, Manfred Sturm und Gerd Escher (Bonner SC)** (9a Bonner Rundschau 1966 - 9b Siegkreis-Rundschau 1965 - 9c privat)

1951 erfolgt die nächste Steigerung, als 8. der deutschen Meisterschaften verbessert sich die Staffel von 1950 auf 7:36,2 min. Erst 18 Jahre später, also 1969, wird dieser Rekord von Johannes Lummer, Manfred Sturm und Gerd Escher, die aus Godesberg, Siegburg und Lüdenscheid zum Bonner SC gewechselt sind, bei den Mittelrhein-Meisterschaften in Aachen um 2/10 sec unterboten.



Abb. 10 : **Adolf Schulte, Wolfgang Becker und Wolf-Rainer Schnause mit der Staffel von Alemannia Aachen bei der Siegerehrung** (privat)

Im Siegkreis ist es zunächst der Siegburger TV, der das Nachkriegsgeschehen bestimmt. 1956 unterbieten Peter Jedzig, Gerd Lohmar und Uwe Nabersberg mit 8:00,6 min erstmals die Vorkriegsbestleistung. Nur um 2 sec verbessert sich 1960 eine STV-Staffel erstmals unter 8 min, um sich dann 1963 mit Helmut Breuer, Johannes Herchenbach und Manfred Sturm erneut um 4/10 sec zu verbessern. Aber mit 7:58,4 min ist man weit von den Bonner Zeiten entfernt. Das ändert sich erst mit dem erstmaligen Auftauchen des SSV 05 Troisdorf, der im gleichen Jahr mit Willi Pütz, Helmut Levenhagen und Wolfgang Becker als 3. der Mittelrheinmeisterschaften in Leverkusen 7:39,8 min läuft. 3 Jahre später sind Wolf-Rainer Schnause, Adolf Schulte und Wolfgang Becker als Mittelrhein-Meister 1966 mit 7:34,0 min schon am Bonner FV vorbeigezogen.

Diese 7:34,0 min stellen 2 Staffeln der Troisdorfer LG 1968 und 1969 als jeweils 5. der westdeutschen Meisterschaften exakt ein. Außer den 3 oben genannten ist jetzt auch noch Wolfgang Rehmer mit dabei.

Eine Schwedenreise des Siegburger TV ist schuld daran, dass die im DLV nicht mehr gelaufene 4 x 800-Staffel zu neuen Ehren kommt. In Olofström verbessern Hanno Rheineck, Günther Ley, Wilfried Halft und Egon Weller den Rekord des VfL Siegburg auf 8:15,6 min. Da sie einmal dabei sind, muss auch die 4 x 1500 m-Bestzeit daran glauben.



Abb. 11 : **Christian Uzunoff und Wolfgang Becker 1971 in Königswinter** (privat)

Ebenfalls seit 1966 heißt hier die neue Bestzeit von Werner Eich, Manfred Sturm, Ernst Gust und Egon Weller 16:25,8 min, ehe der DLV ab 1968 die 3 x 1000 m nur noch in der Halle und bei den Junioren laufen lässt, während schon zum zweiten Mal 4 Läufer für die Langstaffeln benötigt werden.



Abb. 12 : **Wolf-Rainer Schnause (TLG) in Aachen vor Christian Vosberg (BSC)** (privat)



Die erste Verbesserung der 4 x 800 m geht noch 1968 auf das Konto der Troisdorfer LG, die über genügend Mittelstreckler verfügt. Wolfgang Beckmann, Wolfgang Rehmer, Adolf Schulte und Wolfgang Becker streifen mit 8:00,5 min den 2 min-Schnitt. 1970 verbessern zunächst Karl-Heinz Jauernig, Christian Uzunoff, Wolfgang Rehmer und Wolf-Rainer Schnause die Bestzeit.

Als 3. der Mittelrhein-Meisterschaften laufen die Vier 7:52,8 min. Durch Tausch von Jauernig gegen Wolfgang Becker läuft die TLG-Staffel dann als 5.plazierte der westdeutschen Meisterschaften in Aachen den noch nach über 50 Jahren gültigen Vereinsrekord der TLG von 7:42,4 min. Über einen ähnlichen Pool an guten Mittelstrecklern verfügt der LC Bonn, der 6 Wochen später im Vorlauf der deutschen Meisterschaften in Stuttgart mit Wolfgang Uschkoreit, Christian Vosberg, Folkert Jelden und Reinhold Soyka den Bonner Rekord auf 7:37,2 min steigert.

Ebenfalls steigern kann der LC Bonn 1970 die Bestzeit in der 4 x 1500 m-Staffel. Hans-Peter Gatzweiler, Christian Vosberg, Gerd Escher und Johannes Lummer laufen im strömenden Regen in Königswinter 16:01,2 min, bevor sich Berthold Werthmann, Detlef Uhlemann, Gerd Escher und Hans-Peter Gatzweiler 1971 auf 15:51,8 min steigern.

Abb. 13 : **Hans-Peter Gatzweiler (Bonner SC) im strömenden Regen in Aachen** (privat)



Abb. 14 : **Wechsel von Christian Vosberg auf Detlef Uhlemann 1973 in Hannover** (privat)

1973 beginnt die Aera von Reinhold Soyka mit einer Silbermedaille bei den deutschen Hallenmeisterschaften über 800 m. Dadurch darf er bei den Hallen-Europameisterschaften in Rotterdam in der letztmals gelaufenen 4 x 4 Rundenstaffel laufen. Zusammen mit Josef Schmid, Thomas Wessinghage und Paul-Heinz Wellmann wird er Hallen-Europameister.

Der LC Bonn hat in den 70er-Jahren so viele gute Mittelstreckler, dass es für die Besetzung der Staffeln bei den deutschen Meisterschaften immer Ausscheidungsrennen gibt. Eine Verbesserung der Kreisrekorde findet allerdings in beiden Staffeln trotz zweier Endlauf-Platzierungen 1973 in Hannover erst 1974 statt.



Abb. 15 : **Reinhold Soyka nach dem Zieleinlauf** (General-Anzeiger 18.05.2024)



Abb. 16 : **Ausscheidungsrennen 1974 für die Besetzung der 4 x 800 m-Staffel: Wolfgang Rehmer, Bernd Olzog, Gerd Schröder, Gerd Schwillo, Reinhold Soyka und Kai Hummel** (Gerd Schwillo)

1973 kommen in Hannover beide Staffeln unter die ersten 8, 1974 in Obersuhl erringen beide sogar eine Bronzemedaille. Über 4 x 800 m steigern sich Gerd Schröder, Gerd Schwillo, Reinhold Soyka und Rudolf Brückner mit 4 sec Vorsprung vor Platz 4 auf 7:33,8 min. In der auf 15:45,8 min verbesserten 4 x 1500 m-Staffel kommen mit Johannes Lummer, Ludwig Haefele, Detlef Uhlemann sowie Jochen Schirmer kurioserweise nur Langstreckler zum Einsatz.



Wozu Kombinationen aus dem gesamten Kreis fähig sind, zeigt sich 1969 bei den deutschen Hochschulmeisterschaften in Heidelberg, als Wolfgang Rehmer, Hans-Peter Gatzweiler und Franz-Josef Becker für die Uni Bonn in 7:27,1 min 3. über 3 x 1000 m werden, einer Zeit, die 7 sec unter dem damaligen Kreisrekord liegt.

Abb. 17 : **Medaille von den deutschen Staffelmeisterschaften in Obersuhl** (privat)

Noch besser läuft es 1970 in Frechen, wo Wolfgang Eilmes, Rolf Schumacher und wieder Karl-Heinz Gatzweiler sogar DHM-Silber gewinnen, allerdings in einer langsameren Zeit. Zu solchen Kombinationen kommt es dann tatsächlich ab 1970, als sich der LC Bonn, der Bonner SC und die Troisdorfer LG zur LG Jägermeister Bonn/Troisdorf zusammenschließen. Der Pool wird noch größer und die Erfolge bei deutschen Meisterschaften noch zwingender.



1975 bei der Heim-DM im Godesberger Pennenfeld sind sogar zwei 4 x 800 m-Staffeln im Einsatz. Walter Hütter, Rudolf Brückner, Kai Hummel und Reinhold Soyka erringen in Bestzeit von 7:26,6 min die Silbermedaille. Die 4 x 1500 m-Staffel mit Christian Vosberg, Gerd Escher, Detlef Uhlemann und Gerd Schwillo verbessert die Bestzeit zwar erheblich auf 15:38,8 min, kommt damit aber nicht unter die ersten 8.

Abb. 18 : **Gerd Schwillo, Reinhold Soyka, Wolfgang Rehmer und Rudolf Brückner 1973 als 5. in Hannover** (privat)

Selbst mit der bis heute geltenden Bestzeit von 15:28,2 min kommen Detlef Uhlemann, Bernhard Dreifürst, Winfried Hellwig und Willi Jungbluth 1976 nur auf Platz 4.



Abb. 19 : **Bernhard Dreifürst, Winfried Hellwig, Willi Jungbluth und Detlef Uhlemann, Kreisrekordhalter mit der 4 x 1500 m-Staffel** (alle privat)

In den 80er-Jahren bleiben noch 10 Staffeln der LGJBT über 4 x 1500 m unter einer Zeit von 15:45 min, am nächsten an den Kreisrekord herangekommen ist am 15.5.1980 eine Staffel bei den Landesmeisterschaften in Krefeld. Rudolf Brückner, Manfred Flier, Valdur Koha und Bernhard Gatzke siegen in 15:28,7 min.

15:31,2 min läuft eine LG-Staffel mit Volker Schmitz, Wolf-Dieter Poschmann, Ralf Stewing und Jon Didriksson am 12.5.1983 in Leverkusen, darf in dieser Besetzung aber nicht bei den Deutschen starten, weil Jon als Isländer kein Startrecht für die DM hat.



Abb. 20 : **4 x 1500 m-Staffel mit Volker Schmitz, Jon Didriksson, Wolf-Dieter Poschmann, Ralf Stewing und Trainer Martin Block** (Sammlung Jon Didriksson)



Abb. 21 : **Stefan Wollersheim, Ralf Stewing, Volker Schmitz, Rudolf Brückner, Kreisrekordhalter mit der 4 x 800 m-Staffel** (alle privat)

Aus der 1975er-4 x 800 m-Staffel ist 1980 nur noch Rudolf Brückner dabei, als er mit Bernhard Gatzke, Volker Schmitz und Ralph Stewing in 7:27,01 die Bronzemedaille erringen kann. Durch Tausch des Troisdorfers Bernhard Gatzke gegen den Bonner Stefan Wollersheim läuft ein Jahr später eine reine LC Bonn-Staffel als 4. den noch bestehenden Kreisrekord von 7:21,00 min.



Abb. 22 : **Ralf Stewing, Volker Schmitz und Uwe Thomsen, mit 7:19,39 min zweitschnellste 3 x 1000 m-Staffel im Kreis** (privat)

Die 3 x 1000 m werden jetzt nur noch in der Halle und bei den unter 23jährigen gelaufen. Als Mittelrhein-Jugendmeister 1976 verbessern die Troisdorfer Horst Meurer, Hans-Josef Haas und Bernhard Gatzke mit 7:33,4 min zunächst einmal den 7 Jahre alten Männer-Kreisrekord, bevor Rudolf Brückner, Bernhard Dreifürst und Bernhard Gatzke ihn als deutscher Junioren-Vizemeister auf 7:22,9 sec drücken. Eine weitere Verbesserung findet von nun an nur noch in der Halle statt. 1982 laufen Uwe Thomsen, Bernhard Gatzke und Volker Schmitz als 5. der Hallen-DM in Dortmund 7:15,69 min.





Eine besondere Bedeutung kommt der Zeit von 7:37,9 min zu, die Bernhard Gatzke, Michael Weber und Hans-Josef Haas am 30.6.1977 als A-Jugendliche in Köln laufen. Damit gewinnen nämlich 3 Jungen aus der gleichen Klasse des Anno-Gymnasiums Siegburg bei den Bannerwettkämpfen.

Abb. 23 : **Hans-Josef Haas und Bernhard Gatzke (TLG)** (privat)

Ein Blick auf die Damen zeigt Folgendes: Während der kurzen Phase von 1924 – 1934, als in Deutschland 800 m-Läufe erlaubt sind, gibt es keine Langstaffeln. Am 23.5.1937 jedoch werden beim sog. Schlageter-Staffeltag, einem von der NS-Propaganda veranstalteten Gedenktag, sämtliche möglichen Staffeln gelaufen. Obwohl sie noch gar nicht vorgesehen ist, wird auch eine 3 x 800 m-Staffel für Frauen gelaufen. Es gewinnt die Uni Bonn knapp vor 2 Staffeln des Bonner FV. Die Jugend-Staffel des BFV mit Liesel Pollack, Anneliese Kater und Hilde Kück läuft an diesem Tag mit 9:06,0 min die erste Kreisbestleistung.



Abb. 24. : **Die erste 3 x 800 m-Staffel des Kreises mit Liesel Pollack, Anneliese Kater und Hilde Kück** (b Sammlung Bolsinger, a + c General-Anzeiger vom 28.3.1938)

Erst 1953 dürfen in Deutschland Frauen wieder 800 m laufen. Es dauert aber bis 1973, ehe eine B-Jugend-Staffel der Troisdorfer LG mit Petra Lüttschwager, Dagmar Rehmer und Sabine Schenke 7:58,4 min läuft. Nur 1 Jahr später steigert eine A-Jugendstaffel des TV Hennef mit Karin Nitter, Gisela Pusep und Maria Nolden den Kreisrekord auf 7:22,4 min.



Abb. 25 : **Ingrid Conrady (TLG), Päivi Roppo und Marlies Kühn (LC Bonn) bei den deutschen Staffelmeisterschaften 1977 in Waiblingen** (Sammlung Marlies Kühn)

Ab 1975 beteiligen sich jetzt auch Frauen-Staffeln der LG Jägermeister Bonn/Troisdorf an den deutschen Meisterschaften und verbessern dort den Kreisrekord dreimal auf weit unter 7 min. 1975 sind es Inge Becker, Ingrid Conrady und Elisabeth Schüler, die als 6. der Staffel-DM in Bad Godesberg 6:48,8 min laufen. 1976 wird Inge Becker durch Hildegard Krämer ersetzt, und die Staffel erreicht als 6. der DM in Hannover 6:43,8 min. 1977 erreichen Marlies Kühn, Ingrid Conrady und Päivi Roppo in Waiblingen wieder Platz 6, verfehlen den Rekord mit 6:45,6 min aber knapp. Der bis heute existierende Kreisrekord von 6:38,3 min wäre fast untergegangen, weil er im Vorlauf der DM 1978 in Lage erzielt worden ist.

Im Endlauf sind Ingrid Conrady, Irene Pirang und Päivi Roppo als 5. etwas langsamer, allerdings ist erwähnenswert, dass noch eine zweite Staffel der LG mit Marlies Kühn, Hilla Krämer und Elisabeth Schüler in 6:53,8 min Platz 8 belegt. Bei der 5. DM-Teilnahme 1979 erreicht die Staffel als 4. ihr bestes Ergebnis, aber keine neue Bestzeit. Außer Brigitte Kahlert und Irene Pirang ist zum 5. Mal Ingrid Conrady dabei.

Am nächsten an den Kreisrekord heran kommt 2002 eine Staffel der LGBTN mit Maria Pouli, Ivonne Rahnfeld und Susanne Ritter, die bei der DM in Mönchengladbach als 5. eine Zeit von 6:43,73 min laufen. 6:45,00 läuft 2011 die Startgemeinschaft Godesberg / Erkelenz mit Tilia und Luna Udelhoven von der LAV und Christina Zwirner aus Erkelenz.



Abb. 26 : **Susanne Ritter (SSF Bonn), Ivonne Rahnfeld und Maria Pouli (Beide Troisdorfer LG)**

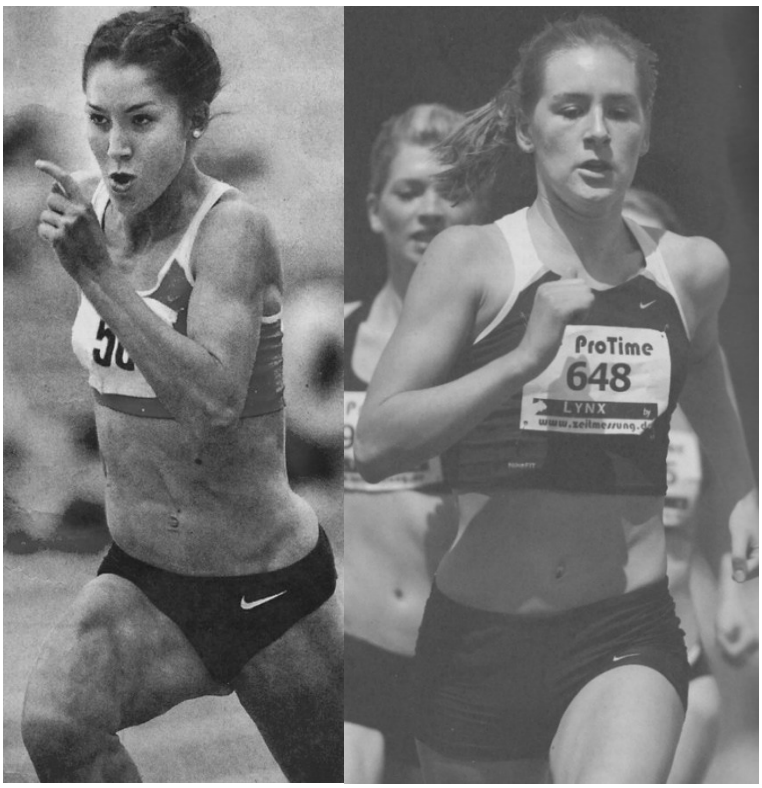

Abb. 27 : **Tilia Udelhoven (LAV)** (lav-bad-godesberg.de)

Abb. 28 : **Luna Udelhoven (LAV)** (Jahrbuch des LV Nordrhein)

1974 und 75 veranstaltet der WLV in der Dortmunder Halle eine besondere Langstaffel über 2000 m. Mit den Teilstrecken 800 m – 600 m – 400 m – 200 m laufen Reinhold Soyka, Gerd Schröder, Helmut Wilden sowie Hanno Rheineck von der LGJ Bonn/Troisdorf 4:30,2 min.



Abb. 29 : **3 x 1000 m des LAZ Puma Rhein-Sieg mit Thorben Juschka, Alexander Glowa und Dennis Gerhardt** (LAZ Puma Rhein-Sieg)

Die Überlegung, dass 4 Mittelstreckler in einem Verein zu viel für eine Staffel sein könnte, haben den DLV wohl 2012 entscheiden lassen, bei den Männern wieder auf die 3 x 1000 m zurückzugehen. Zweimal hat daraufhin das LAZ Puma Rhein-Sieg den Freiluft-Kreisrekord noch verbessert, 2015 in Jena mit Patrick Müller, Thorben Juschka und Dennis Gerhardt zunächst auf 7:22,38 min, dann 2016 in Mönchengladbach mit Thorben Juschka, Alexander Glowa und Dennis Gerhardt auf 7:21,11 min. Der Hallen-Rekord von 1982 jedoch ist noch 6 sec besser.



Abb. 30 : **die ASV-Oldies nach der Siegerehrung in Radolfzell** (privat)

Bei den Senioren sind nur die Jahre 1985 bis 1987 interessant. Denn 1985 erzielt die M40-Staffel des ASV St. Augustin mit Hanno Rheineck, Gerd Winkler, Horst Wedel und Dierk Vollmer mit 8:34,82 min eine deutsche Altersklassen-Bestleistung über 4 x 800 m. Ein Jahr später werden die Positionen 2 und 3 durch Wolfgang Rehmer und Norbert Oeffling besetzt. Den Rekord verbessern die Vier auf 8:28,98 min.

Im gleichen Jahr werden Oeffling, Rehmer und Rheineck in Radolfzell auch deutscher M40-Meister mit der 3 x 1000 m-Staffel (8:11,69 min). Und schließlich bringen die ASV-Senioren 1987 auch den deutschen M40-Rekord über 4 x 1500 m in ihren Besitz. Wolfgang Rehmer, Henning Ruhser, Ernst Gust und Reiner Jensen laufen 17:57,0 min. Beide Rekorde werden zwar 2 Jahre später verbessert, sind aber heute noch Nordrhein-Rekorde.