

Letzte Informationen zum 4. Grünauer Silvesterlauf am 31.12.2009

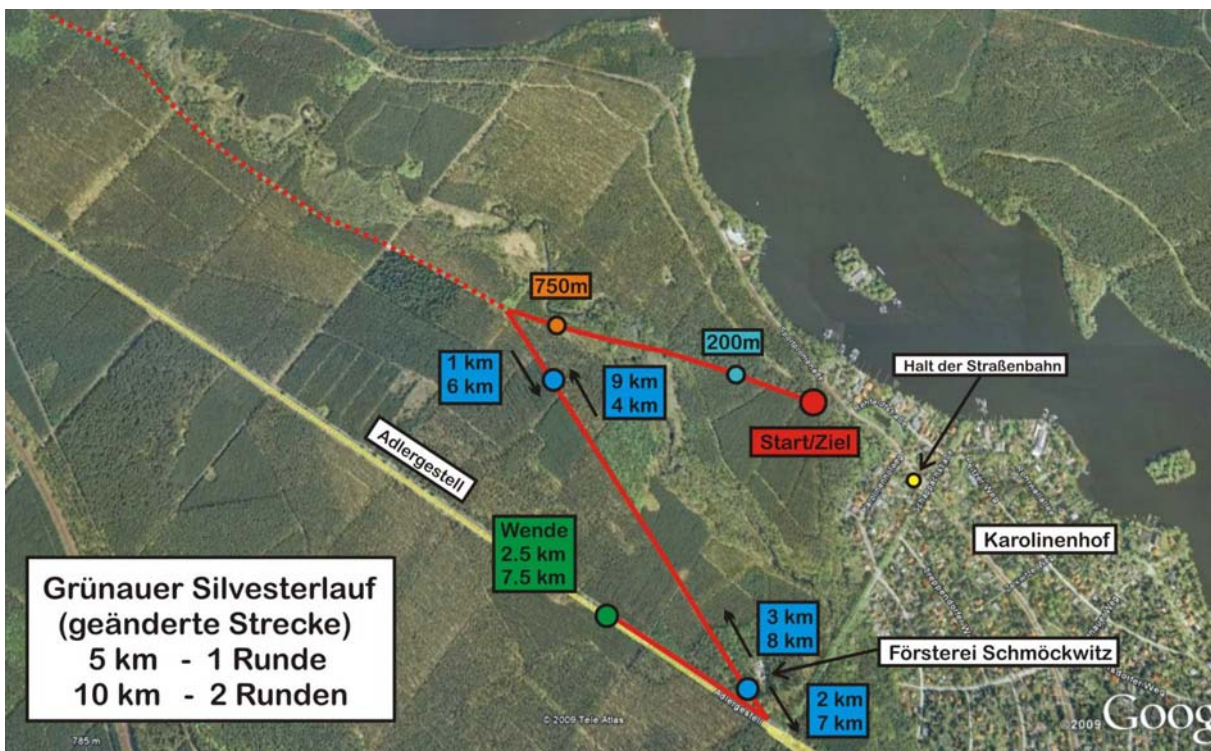
Liebe Läuferinnen und Läufer,

zunächst unseren Dank für das große Interesse an unserem Lauf. Über 150 Meldungen liegen uns aktuell schon vor, das hatten wir im Vorfeld nicht erwartet.

Nur noch Stunden trennen uns von den Läufen, die pünktlich ab 10:30 Uhr gestartet werden sollen. Kommen Sie bitte zeitig, um die Startunterlagen zu übernehmen und machen Sie ihren Körper auch angesichts des kalten Wetters ausreichend warm, um Zerrungen, etc. zu vermeiden.

Waldläufe sind Freiluftveranstaltungen, die essentiell vom Wetter abhängen, und darauf haben wir leider keinen Einfluss. Nach dem Glück der letzten Jahre hat uns nun in letzter Minute eine Ladung Schnee den Grünauer Forst in ein Wintermärchen verwandelt, zum Laufen ist das natürlich nur begrenzt erfreulich, zumal wir im Bereich der Topläufer sehr schnelle Zeiten erwarten können. Schon vor einigen Tagen war klar, dass unsere traditionelle Strecke durch starke Vereisung in einem Wettkampf nicht zu belaufen war. Dem haben wir Rechnung getragen und eine (vermessene) Ersatzlösung gefunden. Bis gestern war diese Strecke in einem sehr guten Zustand, heute Nacht kamen dann aber ca. 5 cm Schnee. Dieser ist mittlerweile weitgehend festgetreten und die Strecke in einem guten Zustand. Was das Regime von Bestzeiten anbetrifft, wird es sicherlich etwas schwieriger werden.

Die **Abbildung zeigt eine Skizze der neuen Streckenführung**: Wie die alte Strecke haben wir eine 2.5 km lange Pendelstrecke, die nach 850 m in Richtung Försterei Schmöckwitz nach links abknickt. Die Streckenabschnitte sind exakt ausgeschildert und sollten als Orientierungshilfe ein kontrolliertes Laufen ermöglichen.



Um die Übergabe der Startnummer zu beschleunigen haben wir Ihnen die aktuellen Startlisten – Stand 30.12.2009, 18:00 Uhr – angefügt. Sie ersehen in diesen, welche Startnummer für Sie vorgesehen ist. In einer gesonderten Schlange werden nur die vorab gemeldeten Startnummern ausgegeben. Da die Teilnahme kostenlos ist und keine Teilnahmegebühr erhoben wird, sollte die Übergabe der Nummer schnell und problemlos erfolgen. Die Startnummer befestigen Sie bitte gut sichtbar mit ca. 3 Sicherheitsnadeln (gibt es auch an der Anmeldung) im Bereich des Oberkörpers.

Da es trotz der schönen Winterlandschaft in Sportkleidung schnell recht werden kann, haben wir ein großes Zelt aufgebaut, in dem man sich umziehen sowie seine Kleidung abstellen kann. Und auch ohne Heizung ist es dort angenehm warm (verglichen zu draußen).

In Bezug zu den Vorjahren werden wir uns bemühen, die Auswertung die Siegerehrungen noch schneller durchzuführen. Bitte bleiben Sie nach dem Einlauf deshalb noch vor Ort. Auch in diesem Jahr ist uns gelungen, viele attraktive Preise bereit zu stellen.

Wir wünschen uns allen eine gelungene Veranstaltung und neben den leistungssportlichen Zielen und Vorhaben werfen Sie auch einmal einen Blick in den verschneiten Grünauser Forst. Es lohnt sich!

Viel Erfolg und schon jetzt die besten Wünsche für das Neue Jahr

Ihr Team vom Grünauser Silvesterlauf

Barbara Winter, Maren Keutel

Klaus Jadczyk, Helmut Winter, Jochen Keutel, Rolf Wiesner, Hannes Uthoff

<http://www.hwrun.de>

Startliste 4. Grünauer Silvesterlauf 2009 - 400 m Lauf

K 1	Vanessa Essiger	Triathlon Verein Berlin 09	9 J
K 2	Lilo Röderstein		6 J
K 3	Arja Wolf		5 J
K 4	Florian Pelz	Sportstudio Nippon	4 J
K 5			
K 6	Tim Grün	12524 Berlin	7 J
K 7	Sara Grün	12524 Berlin	12 J
K 8	Luca Dietrich	Köpenicker SC	8J
K 9	Alexander Manns	12683 Berlin	6 J
K 10	Lukas Uwer	Zeuthen	3 J
K 11	Leo Florek	Berlin Bohnsdorf	6 J

Startliste 4. Grünauer Silvesterlauf 2009 - 1500 m Lauf

J 1	Finn Wolf		9 J
J 2	Maja Moch	Eichwalde	
J 3	Isa Moch	Eichwalde	
J 4	Dana Moch	Eichwalde	
J 5	Nico Cuccoli	TUS Neukölln Berlin	9 J
J 6	Nadine Theis	NSF	8 J
J 7	Vincent Rambow	12527 Berlin	9 J
J 8	Till Oppermann	Eichwalde	13 J
J 9	Leo Oppermann	Eichwalde	8 J
J 10	Sara Grün	12524 Berlin	12 J
J 11	Moritz Jonathan Kaul	LG Krüge	10 J
J 12	Cara Dietrich	Köpenicker SC	13 J
J 13	Julius Schulze	SV Schmöckwitz Ew	10 J
J 14	Juliane Widiger	12683 Berlin	13 J
J 15	Paul Uwer	Zeuthen	6 J
J 16	Karla Oppermann	Eichwalde	11 J
J 17	Pia Elisa Degutsch	Köpenicker SC	12 J

Startliste 4. Grünauer Silvesterlauf 2009 - 5 km Lauf

501	Steve Walters	HIGGS United	M40
502	Micha Heidenreich	OSC Berlin	MH
503	Timo Kollodnigg	OSC Berlin	MH
504	Nasim Mehamdioua	OSC Berlin	MH
505	Jessica Hänisch	OSC Berlin	WH
506	Maria Pustlauk	OSC Berlin	WH
507	Thomas Jung	LG Wiesi	M50
508	Jana Temmler	OSC Berlin	W30
509	Thomas Bodara	LG Buchsbaum Berlin	M40
510	Dirk Essiger	TriaDE Friedrichshagen	M30
511	Evia Gurzinski		WH
512	Marco Nix	Grünau	M35
513	Karsten Lüttge		M40
514	Raymund Schindler		M55
515	Richard Günther	Bremen	MH
516	Matthias Albinus	Berlin	MH
517	Fredi Biesel	Berlin, Altglienicke	M50
518	Sascha Biesel	Berlin, Altglienicke	MH
519	Peter Quaas	12527 Berlin	M35
520	Sandra Quaas	12527 Berlin	W35
521	Manuela Wolf		W40
522	Mario Wolf		M40
523	Bodo Hildebrand		M50
524	Rosemarie Hildebrand		W45
525	Denise Hildebrand		WH
526	Pia Hildebrand		WJ
527	Manuela Till		W40
528	Iris Tiedeken	BSV Friesen	W40

529	Sybillie Lindenberg	Berlin	WH
530	Richard Maltzahn	Berlin	11J
531	Paul Klein	OSC Berlin	MJ
532	Julia Günther	Berlin	WH
533	Christopher Gaudes	Berlin	MH
534	Joachim Ender	Königs Wusterhausen	M65
535	Grit Hikel	Schönefeld	W40
536	Hans-Joachim Hikel	Schönefeld	M45
537	Martin Hikel	Berlin	MH
538	Ron Scheduikat	LG Buchsbaum Berlin	MJA
539	Lothar Naumann	LG Buchsbaum Berlin	M50
540	Holger Neumann	LG Tulsa	M50
541	Claudio Cuccoli	TUS Neukölln Berlin	M35
542	Jörg Kaiser	TUS Neukölln Berlin	M35
543	Andreas Pelz	TUS Neukölln Berlin	M35
544	Horst Grün	12524 Berlin	M40
545	Jürgen Glas		M45
546	Sina Kalisch	12524 Berlin	M40
547	Jutta Kempe	12524 Berlin	M40
548	Jörg Witt	Berlin Kaulsdorf	M45
549	Gabriele Witt	Berlin Kaulsdorf	W45
550	Dorit Redlich		W40
551	Frida Redlich		1999
552	Felix Nadeborn	TVB 09 e.V.	1997
553	Änne Nadeborn	Berlin	W40
554	Mirko Hellwig	LG Krüge	M30
555	Thilo Knacke	Berlin	M30
556	Hans Jürgen Knacke	DJK Westen	M65
557	Andreas Hensel	Berlin	M40
558	Jana Motz	Berlin Lichtenberg	M45

559	Martin Malitzki	Berlin Weißensee	M40
560	Monika Grieco	Berlin	W50
561	Chiara Grieco	Berlin	1996
562	Mike Hermann	Berlin Grünau	M45
563	Mathias Manns	12683 Berlin	M40
564	Lennart Maltzahn	12487 Berlin	1991
565	Anna Goldberg	Passau	WH
566	Eli Goldberg	Freiburg	MH
567	Florian Bork	Köpeniker SC	1996
568	Michael Bork	Berlin	M40

Startliste 4. Grünauer Silvesterlauf 2009 - 10 km Lauf

1	Matti Markowski	OSC Berlin	MH
2	Daniel Naumann	LG Buchsbaum Berlin	MH
3	Hagen Pohle	LG Buchsbaum Berlin	MJB
4			
5	Thilo Knacke	Berlin	30
6	Hans Jürgen Knacke	DJK Westen	M65
7	Thomas Jung	LG Wiesi	M50
8	Peter Uwer	Zeuthen	M35
9	Winfried Schumann	TUS Neukölln Berlin	M40
10	Michael Neuwirth		??
11	Diana Essiger	TriaDE Friedrichshagen	W30
12	Eva Maria Laux		WH
13	Adrian Glas		MH
14	Rainer Glas		M50
15	Olaf Jäger		M50
16	Mario Wietschke	Kaiserslautern	MH
17	Wlodzimierz Tarabasz		M50
18	Katharina Weigert	Berlin	W30
19	Jamie Stern-Gottfried	Berlin	MH
20	Raymund Schindler		M55
21	Cornelia Schindler		W30
22	Jörg Levermann	Eichwalde	M45
23	Elke Lau		W45
24	Andrea Möhr	LAC Berlin (1.VfL Fortuna Marzahn)	W40
25	Hans-Peter Henkel	Rennsteiglaufverein	M70
26	Arthur Hornig		MH
27	Sandra Neuwirth		??
28	Maximilian Riehl	Berlin	MH

29	Olga Toepfer	FGC Altglienicke	W45
30	Robert Hellwig	Berlin	M30
31	Sven Olaf Moch	Eichwalde	M40
32	Kathrin Maltzahn	Berlin	W45
33	Hubert Leineweber	OSC Berlin	M40
34	Hans-Jürgen Kollstedt	DJK Westen Berlin	M65
35	Georg Bozdech	DJK Westen Berlin	M70
36	Carsten Keller	Berlin	M45
37	Ludwig Schwark	Weimar	MH
38	Lothar Thormann	Eichwalde	M50
39	Jörg A. Hohmann	Central Team Köln	M45
40	Carolin Mattern	OSC Berlin	WH
41	Wolfgang Wätzig	LG Tulsa	M50
42	Andreas Pösch	LG Tulsa	M45
43	Helmut Kawohl	LG Buchsbaum Berlin	M65
44	Petra Stüber	DJK Westen Berlin	W50
45	Reinhard Stüber	DJK Westen Berlin	M50
46	Alfred Meyer		M55
47	Klaus Schwob	TUS Neukölln Berlin	M45
48	Stefan Rambow	12527 Berlin	M40
49	Christoph Wetekam		M40
50	Andreas Gädicke		M40
51	Frank-Ulrich Etzrodt	GutsMuts-Rennsteiglauf-Verein	M55
52	Kilian Glas		MJB
53	Britta Krautzig		W45
54	Burkhardt Stiehl	Berlin	M50
55	Marion Stiehl	Berlin	W45
56	Dirk Essiger	TriADE Friedrichshagen	M30
57	Jana Motz	Berlin Lichtenberg	M45
58	Martin Malitzki	Berlin Weißensee	M40

59	Andreas Lier	SV Schmöckwitz Ew	M45
60	Collin Winter	HSV Wildau	PACE