

Doppelsieg in Hockenheim

In beiden Rennen an der Spitze: Alzen-Brüder nicht zu stoppen

simon **Hockenheim**. Auch für die Teams und Fahrer in der Spezial-Tourenwagen Trophy (STT) geht es nach der Zwangspause nun Schlag auf Schlag. Zwei Wochen nach dem 1. Lauf stand jetzt auf dem Hockenheimring der zweite Saisondurchgang vor der Tür.

Mit zwei Siegen auf dem Lausitzring im Gepäck reiste der Betzdorfer Uwe Alzen als Tabellenführer auf die Formel-1-Strecke in Hockenheim. Mit dem Audi R8 LMS Evo seiner Mannschaft von Spirit Race Team Uwe Alzen Automotive zeigte sich der Motorsportler auch diesmal von der Konkurrenz unbeeindruckt und sicherte sich für beide Rennen die Pole-Position.

Vom Start weg zeigte Alzen dabei eine überragende Leistung. Als einziger Pilot glänzte er mit Rundenzeiten, die deutlich unter der 1:40-Minuten-Marke lagen und dominierte das 29 Fahrzeuge starke Feld nach Belieben. Als stärkster Verfolger erwies sich der ältere der beiden Alzen-Brüder, Jürgen Alzen, im Ford GT Turbo auf Position 2.

Nach 30 Minuten und 18 Runden überquerte der Rennfahrer mit mehr als einer Minute Vorsprung und seinem drit-

ten STT-Saisonsieg in Folge die Ziellinie. Auch das zweite Rennen in Hockenheim ging verdient an den 52-jährigen Westwälder, der damit einen weiteren Doppelsieg feierte. Nach 17 Runden betrug der Vorsprung auf seinen Bruder Jürgen knapp 35 Sekunden. „Es war wieder ein perfektes Wochenende. Wir sind mit unserem Team optimal vorbereitet an die Rennstrecke gekommen und verpassten dort unserem Audi in den freien Trainingssitzungen den letzten Feinschliff. Danach war es ein Traum, mit diesem phantastischen Auto die Rennen zu gewinnen. Jetzt freuen wir uns auf das Rennen in Assen“, berichtet Alzen.

Jürgen Alzen, der erneut den zweiten Podiumsplatz erreichte, war mit seiner Leistung ebenso zufrieden wie der doppelte Sieger: „Es hat alles so funktioniert, wie es sollte. Wir stehen mit unserem Auto noch ganz am Anfang der Entwicklungsphase und haben noch sehr viel Arbeit vor uns. Aber ich bin stolz, dass wir uns mit unserer Mini-Mannschaft von Rennen zu Rennen steigern. Ich erwarte mir noch einiges von unserem Ford GT Turbo.“



Neuer Teilnehmerrekord beim Rudelturnen

Der Platz am Unteren Schloss in Siegen war jetzt Schauplatz für 370 „Rudelturmer“. Unter der Leitung von Andrea Schneider vom TuS AdH-Weidenau starteten 190 Sportler mit einem schweißtreibenden Power-Workout in den Abend. Zur Unterstützung während der Übungen kamen kleine Wasserflaschen als Ersatz-Hanteln zum Einsatz. Noch mehr Teilnehmer hatte danach das 60-minütige Zumba-Training,

das zugleich für großartige Stimmung sorgte. Trotz der Corona-Verhaltensregeln, die unter anderem eine elektronische Voranmeldung voraussetzt, war der Ansturm auf das Rudelturnen so groß wie noch nie. Diese Beliebtheit hält weiter an. So ist die Veranstaltung, die heute im Park des Oberen Schlosses stattfindet, mit 335 Plätzen bereits seit Tagen ausgebucht. Wer bei den Power-Einheiten des Benefit

Sport Clubs oder beim von Stephanie Duda geführten Yoga-Kurs dabei sein möchte, kann nur auf einen frei gewordenen Nachrückerplatz hoffen. Weitere Chancen bei der Veranstaltung des Kreissportbundes Siegen-Wittgenstein mitzumachen, gibt es noch bis zum 10. September bei neun weiteren Events. Dazu gehört auch die Kreistour, die am 6. August in Erndtebrück „aufschlägt“.

Foto: Verein



Der Betzdorfer Uwe Alzen dominierte die beiden STT-Rennen auf dem Hockenheimring. Alzen (vorn) sicherte seiner Mannschaft im Audi R8 LMS Evo beide Rennsieg vor seinem Bruder Jürgen, im roten Ford GT Turbo (im Hintergrund). Foto: simon/Holzer

„Krönchen-Queen“ werden

Women's Run vom 6. bis 13. September / Teilnahme kostenlos

sz **Siegen**. Für den 6. September ist die dritte Ausgabe des Siegener Frauenlaufs terminiert. Doch in diesem Jahr ist bekanntlich alles anders. Sportveranstaltungen sind in der klassischen Form nicht möglich. Die Organisatoren teilten gestern mit, dass der 3. Siegener Women's Run stattfinden soll, nur eben anders.

Das 10 köpfige Frauenlauf-Kompetenzteam mit anlauf als Veranstalter und der Marien Gesellschaft Siegen als Hauptsponsor/Initiator sowie die anderen Partner arbeiten an einem Konzept, dass die Grundidee der Veranstaltung weitertragen will. „Frauen laufen anders! Zeiten, Bestzeiten, Rekorde und Trainingskilometer sind unwichtig. Nicht hecheln und hetzen, die Freude an der Bewegung und der Spaß mit anderen Frauen stehen an erster Stelle,“ so Dr. Ilka Kaltschmidt, Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie an dem zur Marien-Gesellschaft gehörenden St. Marien-Krankenhaus und Mitglied im Women's-Run-Kompetenzteam.

Das Wichtigste: Durch das Engagement der Sponsoren und Partner ist die Teilnahme für alle Frauen kostenlos. Gleichzeitig sind die Startnummern bei einer Meldung bis zum 25. August personalisiert, es werden Urkunden erstellt, es gibt eine gratis Finisher-Krone im Women's-Run-Design und wie in den Vor-

jahren sind Starterinnenpakete in Planung. Das exklusive Finisher-Shirt 2020 „Krönchen-Queen“ kann bei der Anmeldung zugebucht werden.

Und so läuft der Women's Run ab: Im Rahmen eines Einladungsevents werden der Veranstalter, das Kompetenzteam, Sponsoren, Partner und Vertreter aus der Politik und die Schirmherrinnen einen symbolischen Startschuss geben. Der Start zum 3. Siegener Women's Run ist gleichzeitig die Eröffnung der Frauenlaufwoche. Gelaufen werden kann bis zum 13. September rund um die Uhr an jedem Ort. Ob alleine oder in kleinen Gruppen bleibt den Frauen überlassen und orientiert sich selbstverständlich immer an den zu der Zeit geltenden Hygieneschutzmaßnahmen. Neben dem Laufen und Walken sind auch Schwimmen, Radfahren, Inlinern, Rollstuhlfahren und Klettern über einen Zeitraum von 30 bis 60 Minuten möglich. Der Inklusionscharakter wird dadurch hervorgehoben, dass auch Frauen mit Beeinträchtigungen zur Teilnahme eingeladen sind. Für die leistungsorientierten Läuferinnen wird eine 6,6-km-Strecke analog zum Women's Run an der sieg-arena gewertet.“

Die Homepage www.siegener-womensrun.de informiert über die Aktualisierungen, Anmeldungen sind dort ebenfalls ab sofort möglich.



Stellten die neue Veranstaltungsform des Siegener Women's Run vor (v. l.): Marlene Stettner, Petra Gahr, Ulla Baum, Hanna Hafer und Dr. Ilka Kaltschmidt vom Women's-Run-Kompetenzteam. Foto: Veranstalter

Johanna Pulte ganz weit vorne

WENDEN 17-Jährige katapultiert sich über 3000 Meter an die Spitze der DLV-Jahresbestenliste

*Simon Huckestein
Gesamtsieger beim
Regio-Lauf der SG Wenden
mit 28 Startern
über 3000 Meter.*

jb ■ Auch aus sportlicher Sicht hatte sich der Aufwand der SG Wenden gelohnt, einen kleinen aber feinen Wettkampf über die eher selten gelaufene Strecke von 3000 Metern auf dem Sportplatz an der Konrad-Adenauer-Schule zu organisieren. Die 28 Läufer waren über diesen ersten Wettkampf nach vielen Monaten erfreut und bedankten sich bei der kompakten und nur einstündigen Veranstaltung mit vielen guten Zeiten. Ein besonderer Dank des Vereins galt Laura Jacob. Sie hatte das dreiseitige Hygienekonzept zur Genehmigung bei der Gemeinde Wenden erstellt.

Die Jüngste von allen sorgte für die größte Aufmerksamkeit. Die 17-jährige Johanna Pulte, die sich bereits vor der Corona-Pause erheblich verbessert hatte, bestätigte sich im ersten Rennen nach über vier Monaten als Shooting-Star (nicht nur) in der heimischen Läuferzene. Sie hatte gemeinsam mit Trainer Egon Bröcher einen „Schlachtplan“ erarbeitet, um die Qualifikation für die Deutschen U-18-Meisterschaften zu schaffen, die im September in Heilbronn stattfinden sollen.

Diese „Quali“ bewältigte sie mit Bravour. Im zweiten Lauf des Tages hatte die Olperin mit dem erfahrenen Vereinskameraden Alexander Henne einen Tempomacher, der dann seinen Job hervorragend erledigte. Er gab an der Spitze genau das richtige Tempo vor, so dass sich Johanna Pulte auf den ersten 2000 Metern wie ein Uhrwerk laufend stets im Gleichschritt in seinem Windschatten halten konnte. Auch so war es erheblich leichter, die vorgegebenen Zwischenzeiten einzuhalten.

Auf den letzten zwei Stadionrunden übernahm Johanna Pulte die Spitze. Auch auf sich allein gestellt blieb sie im Laufrhythmus. Außerdem war nichts von einem Kräfteverlust zu erkennen. Johanna runder dynamischer Laufstil blieb erhalten. Und auf der Zielgeraden legte sie noch einen Schlusspurt hin. Das Ergebnis war beeindruckend: 9:43,89 Minuten. Und Trainer Egon Bröcher war begeistert. Er verkündete stolz nach einem Blick auf die aktuelle DLV-Bestenliste auf seinem Smartphone: „Damit liegst Du in Deiner Altersklasse derzeit weit vorne“. Nach aktuellem Stand sind dies (inoffiziell) über 20 Sekunden. In dieser Form ist also in Heilbronn einiges von der jungen Olperin zu erwarten.

Der vorausgegangene Lauf mit der Elite der Männer (alle von der SG Wenden) war selbstverständlich deutlich schneller und zusätzlich spannender. Bis 2000 Meter diktierte der Hilchenbacher Jonas Hoffmann



Genau 2000 Meter perfekter Lauf im Windschatten und im Gleichschritt: Alexander Henne (links) führte Johanna Pulte (rechts) zu einer überragenden Bestzeit. Fotos (2): jb

das hohe Tempo. Im Gleichschritt folgten Marco Giese und der 35-jährige Routinier Simon Huckestein. Hoffmann, der vormittags bereits einige Kilometer Schwimmtraining absolviert hatte, nahm nach 2000 Metern sein Tempo heraus. „Das war als Trainingseinheit so geplant, weil ich am Sonntag einen virtuellen Wettkampf der Triathlon-Bundesliga mit meinem neuen Verein in Münster noch vor mir hatte“, erklärte Jonas.

Auf dem letzten Kilometer wurde es ein Zweikampf bis wenige Meter vor dem Ziel. Huckestein hatte etwa drei Meter Vorsprung. Der Routinier siegte schließlich in guten 8:26,70 Minuten vor dem sieben Jahre jüngeren Marco Giese (8:28,72). „Dafür, dass ich eigentlich nur noch Triathlon trainiere, war das eine beachtliche Zeit“, war Simon Huckestein mit sich selbst zufrieden. Seine Bestzeit von 8:18 Minuten hatte der ehemalige Mittelstreckler, der

tags zuvor aus dem Urlaub zurückgekehrt war, bereits 2013 mit aufgestellt.

Giese lief nach Verletzungspause und wenigen Trainingseinheiten auf der Bahn ebenfalls eine neue Bestzeit auf dieser Strecke. Jonas Hoffmann erreichte mit zehn Sekunden Rückstand in 8:38,64 Minuten das Ziel. Frederik Wehner (SG Wenden) kam auf Platz 4 in 9:11,84 Minuten (Bestleistung) nach einem recht einsamen Rennen ins Ziel. Er war wegen anhaltender muskulärer Probleme ebenso nicht ganz zufrieden wie Firmenlaufsieger Raul Valero Gallegos (SG Wenden) mit 9:13,14 Minuten. Dahinter war auf Platz 6 Bert Schmale (TuS Deuz) in 9:24,60 Minuten der beste Nicht-Wendener.

Die Deuzer waren derweil im zweiten von drei Rennen mit einigen „Oldies“ vertreten. Besonders erwähnenswert war Gabi Müller-Scherzant (W 50). Sie verbesserte ihre fünf Jahre alte Bestzeit um eine Sekunde auf 11:08,18 Minuten.



Völlig abgekämpft, aber glücklich: Simon Huckestein (rechts) hatte mit einer starken Zeit Marco Giese (links) im Endspurt um zwei Sekunden besiegt.