



Im Bild ganz außen, im Rennen ganz vorn: Valentin Harwardt (l., Nummer 107) gewann erneut die 10.000 Meter beim Meinerser Abendlauf.

Alles wie gehabt: Hermann und Harwardt gewinnen

Meinerser Abendlauf: Favoritensiege über 10.000 Meter – Redeker wird Zweiter

Ergebnisse

5000 Meter

Männer: 1. Daniel Dieckmann (Oerbke), 17:36 Minuten; 2. Dirk Sandeck (VfL Wolfsburg), 17:42; 3. David Brehmke (Eintr. Braunschweig), 17:50; 4. Frank Leßmeister (Hannover), 18:07; 5. Lennart Fenselau (SV Meinersen), 18:23.

Frauen: 1. Sabine Krumpen-Müller (LV Bad Harzburg), 21:35 Minuten; 2. Nina Strack (Sommerbiathlon Allerbüttel), 24:30; 3. Julie Achilles (LG Braunschweig), 24:34; 4. Lorna Campe (Fit & Fun), 26:16; 5. Lucie Lenz (VfB Fallersleben), 26:24.

10.000 Meter

Männer: 1. Valentin Harwardt (VfL Wolfsburg), 32:29 Minuten; 2. Hendrik Redeker (LV ASPA Wolfsburg), 34:47; 3. Oliver Stoll (Waldbrunn), 35:05; 4. Arne-Christian Wolff (LV ASPA), 35:06; 5. Alexander Krenz (VfL Wolfsburg), 35:20; 6. Carsten Schemionek (Mörse), 35:37; 7. Frank Colmann (TuS Celle), 35:52; 8. Frank Balzer (VfB Fallersleben), 37:25; 9. Steffen Hannich, 38:01; 10. Hendrik Berner (beide VfR Wilsche/N.), 38:03.

Frauen: 1. Miriam Hermann (Injoy Wolfsburg), 38:59 Minuten; 2. Ines Rahmlow (Intro Wolfsburg), 41:06; 3. Anna Kallias, 42:35; 4. Ines Roessler (LV ASPA), 43:08; 5. Simone Scharke, 44:07; 6. Bianca Weide-Jentsch (beide Team Waggumer Holz), 44:30; 7. Jessica Possiel (Roadrunners Wolfsburg), 44:50; 8. Bianca Brand-Wolpers (TuS Neudorf-Platendorf), 45:01; 9. Sylvia Reitmeier (MTV Vorsfelde), 46:52; 10. Michelle Evers (LV ASPA), 47:21.

(nik) Dass der Meinerser Abendlauf über die Region hinaus einen guten Ruf genießt, beweist ein Blick auf die gestrige Siegerliste des 5000-Meter-Rennens. Die 10.000 Meter, die zum Laufcup zählen, gewannen dagegen mal wieder zwei Wolfsburger: Miriam Hermann (Injoy) und Valentin Harwardt (VfL).

„Es hat Spaß gemacht“, sagte Hermann, nachdem sie in 38:59 Minuten auch bei der fünften Laufcup-Station 2013 triumphiert hatte. Die Dauersiegerin weiter: „Mit dem Gegenwind hatte ich keine Probleme, nur im Waldstück hatte ich etwas Angst zu stolpern.“

Harwardt, der wie Hermann seinen Titel in Meinersen erneut verteidigte, fand's dagegen



Ein gewohntes Bild: Valentin Harwardt und Miriam Hermann verteidigten in Meinersen mal wieder ihre 10.000-Meter-Titel.

die ganze Zeit über „mühselig“. Schließlich hatte das VfL-Ass jüngst erst den Halbmarathon in Hannover gewonnen. „Und so einen Lauf schüttelt man nicht innerhalb von zehn Tagen aus den Beinen“, so Harwardt. Trotzdem lag er in 32:29 Min. souverän vorn. Hinter ihm tobte lange ein Dreikampf, den

Hendrik Redeker (LV ASPA Wolfsburg) für sich entschied. Klubkollege Arne-Christian Wolff wurde indes kurz vorm Ziel von Oliver Stoll (Waldbrunn) noch von Rang drei verdrängt. „Irgendwann möchte ich mal wieder aufs Podium“, so Wolff, der extra für das Rennen aus Neubrandenburg gekommen war.

Auch die Gewinner über 5000 m hatten eine etwas längere Anreise. „Ich hatte im Internet vom Abendlauf gelesen“, so Daniel Dieckmann aus Oerbke (bei Bad Fallingb. Ostel). Er kam, lief – und siegte. Bei den Frauen setzte sich derweil eine Sportlerin aus dem Harz durch. „Mit der Zeit bin ich nicht ganz zufrieden“, sagte Sabine Krumpen-Müller, „aber die Strecke in Meinersen ist sehr schön.“



Lohnende Anreise: Daniel Dieckmann und Sabine Krumpen-Müller mussten etwas länger fahren – und siegten über 5000 Meter.



Sie haben Rhythmus im Blut: Die Trommler von „Batida Latina“ machten in Meinersen ordentlich Stimmung. Photowerk (cc/9)



„Das ist Ehrensache“: Ex-Organisator Thomas Brehm fungiert jetzt als Abendlauf-Sprecher.



Laufen macht durstig: Die Verpflegung beim Abendlauf war mal wieder vorbildlich.



Immer vorneweg: Sebastian Heise (l.) und Sven Schloßmann von der Polizeistation Meinersen begleiteten die Läufer.