

Autor: eb
Seite: 44
Ressort: Lokalsport

Ausgabe: Gesamtausgabe
Gattung: Tageszeitung

Herbstlauf durch den Königsforst

REFRATH. Es macht Sinn, sich bereits jetzt anzumelden für den 26. Refrather Herbstlauf am 23. Oktober im Königsforst.

Am dritten Sonntag im Oktober richten die Läufer vom TV Refrath ihren traditionellen Herbstlauf aus. Erstmals sind die beliebtesten Laufdistanzen über 10 km und Halbmarathon auch Teil des "PSD Bank Köln Laufcups". Über 5 km werden die Kreismeisterschaften der

Schüler ausgetragen. Beliebt ist auch die Schülermeile über 1,6 km.

Mit Start auf Bergisch Gladbacher Seite an der Schutzhütte "Am Dicken Stock" und führen die schnellen und windgeschützten Strecken im Königsforst einige Kilometer über Kölner Gebiet. Die Streckenrekorde sind fast unerreichbar: Wolf-Dieter Poschmann lief 1976 sagenhafte 29:44 min und die frühere Marathon-Weltrekordhalterin Christa

Vahlensieck ein Jahr später 34:35 min. Beide Rekordzeiten sind seitdem wie in Stein gemeißelt. Alle und Infos und die Online-Anmeldung für diesen Laufklassiker sind ab sofort unter www.tvr-running.de freigeschaltet. Bei Intersport Haeger in Bensberg kann man sich auch persönlich anmelden. (eb)

Wörter: 154

