

### Hilfe! - Das Feiern nimmt kein Ende

Beim Läufer- und Hindernisabend des Leichtathletik-Kreises Essen am Mittwochabend im Sportpark "Am Hallo" war der TUSEM wieder mit einigen Athleten vertreten, so einige Kinder und auch die Trainingsgruppe von Günter Knoth, deren Ziel es war, vor den Sommerferien noch einmal neue Bestzeiten aufzustellen bzw. die Qualifikation für die Westdeutschen Jugendmeisterschaften über 5000m zu laufen (...). Zuerst ging **Kevin Pilgrim** über 5000m an den Start, der auf Grund seiner Meldezeit als einziger Tusemer im 1. Lauf startete. Er schlug sich tapfer, doch zum Ende hin verließen ihn etwas die Kräfte. Er kam nach 18:47,96 min. ins Ziel, verpasste aber leider damit die Quali. Dann beim nächsten Versuch!

Im Lauf II über 5000m ging **Günter Knoth** mit seinen beiden Athletinnen **Julia Nocke** und **Sarah Kuhl**

an den Start. Gut die erste Hälfte der Strecke machte Günter das Tempo (gleichmäßige 4er-Pace). Danach ging Julia Nocke vorweg und kämpfte sich an die Vorderläufer heran. So kam sie als erste der Dreiergruppe mit einer Zeit von 20:10,14 min. ins Ziel, was eine neue Bestzeit sowie der Altersklassensieg in der WJA bedeutete. Darauf folgte Trainer Günter Knoth mit einer Endzeit von 20:20,57 min, welche ihn nicht zufrieden stellte, doch auch hier wird der nächste Lauf mit Sicherheit wieder super. Zum Schluss, aber nicht Allerletzte, kam Sarah Kuhl dank eines schnellen Endspurtes nach 20:38,65 min. als 2.WJA ins Ziel. Was aber viel erfreulicher war: sie unterbot ihre Bestzeit um gut eine Minute und damit deutlich die Sollzeit für die Westdeutschen Jugendmeisterschaften über 5000m, die bei 21 Minuten liegt. Somit war dieser Wettkampftag für alle ein schöner Abschluss einer langen Wettkampfphase und die meisten freuen sich nun auf ihren Sommerurlaub. Doch auch hier bleiben die Laufschuhe nicht zu Hause, denn schon bald folgen die nächsten Wettkämpfe.

Ebenfalls in diesem Lauf finishte **Lothar Kuhnke** in 20:16,44 auf Platz 12 (1.M55).

Bei den Kindern überzeugte der TUSEM mit guten Platzierungen. Den Lauf der Schülerinnen W8 über 800m gewann **Leyla Suter** in 3:10,65 Minuten knapp vor **Isabelle Ferlings** in 3:11,25.  
**Bernadett**

**e Gunkel**

(W15) benötigte für die Distanz 2:53,01.

---

Weitere Infos: [LVN Kreis Essen](#) (siehe dort auch Ergebnisse)

## 20.07.11 - Läufer- und Hindernisabend

Geschrieben von: Sarah Kuhl / S.L.

---