

## Wieder neue Bestzeiten für den TUSEM!

Gute Bedingungen in Duisburg. **Jens Borka** und **Jörg Steinmann** laufen einträchtig in 1:15:36 h zur Bestzeit über die Halbmarathondistanz und holen mit

**Khalid Ghazi**

den

**Mannschaftssieg**

!

**Norbert Gers**

läuft zum zweiten Mal nach dem Marathon in Düsseldorf vor einem Monat knapp unter 3 Stunden.

Dass es nach der 10er-Bestzeit in Oelde so gut laufen würde, hätte Jens wirklich nicht gedacht. Aber er konnte sich gut an Jörg orientieren, der ihn zunächst einbremsen musste und zum Schluß ziehen konnte. Damit war er würdiger Ersatz für Stefan, der verletzungsbedingt nicht starten konnte.

Aufgrund seiner Erkrankung in den letzten zwei Wochen war Khalid als dritter Mann mit seiner 1:18 zufrieden, auch wenn er normalerweise schneller laufen kann . Die **2.Mannschaft** mit **Lot har Kuhnke**

,  
**Abdelbbar Rahmani**

und

**Jürgen Krause**

lief auf

**Platz 4**

(

*korrigiert*

) in der Mannschaftswertung. Jürgen machte alles richtig, indem er mit 4:00min/km defensiv anlief, konnte sich aber hinten raus nicht so steigern wie gewünscht. Dennoch seine beste Leistung seit längerer Zeit und ein deutlicher Aufwärtstrend!

Beim Marathon hat **Norbert Gers** die 3h jetzt wohl knapp, aber sicher im Sack. Und **Oliver Quast**

zeigte mal wieder, dass auch Boxer mit 3:32h recht flott Marathon laufen können.

**Jutta Jöhring**

lief auf 4 Stunden an, verlor aber auf der 2.Hälfte 14 Minuten.

Alle Ergebnisse des TUSEM:

<b>Platz</b>	<b>Pl. AK</b>	<b>Name</b>	<b>Netto-Zeit</b>
Halbmarathon			
9.	4.M30	Borka, Jens	1:15:36
10.	5.M30	Steinmann, Jörg	1:15:36
15.	6.M40	Ghazi, Khalid	1:18:39
30.	2.M50	Kuhnke, Lothar	1:21:14
38.	14.M40	Rahmani, Abdelbbar	1:22:54
46.	5.M45	Krause, Jürgen	1:24:00
Marathon			
20.	4.M45	Gers, Norbert	2:59:33
179.	27.M35	Quast, Oliver	3:32:22
85.	27.W40	Jöhring, Jutta	4:13:53

Weitere Informationen: [Veranstalterhomepage](#) | [DerWesten](#)