

Triathlon

Kleinhans
hat in Exter
die Nase vorn

■ **Paderborn.** Abseits des Liga-Alltags standen jetzt auch einige Athleten vom 1. Tri-Club Paderborn beim Triathlon in Exter an der Startlinie. Nach dem Schwimmen im Vahldorfer Freibad hatten die Rad- und Laufstrecken hier neben einer idyllischen Landschaft durchaus auch einige Steigungen im Angebot. Auf der Kurzstrecke (1/36/10 km) sicherte sich Kerstin Kleinhans den Tagessieg in der nur dünn besetzten Damenkonkurrenz in einer Zeit von 2:16:44 Stunden.

Thomas Seebothe erreichte in einer Zeit von 2:01:07 Std. den 6. Platz bei den Herren sowie Rang 3 in der Altersklasse M30. Michael Ahlers kam nach 2:23:44 Std. als 17. ins Ziel und wurde damit Zweiter in der Altersklasse M50. Auf der Volksdistanz (0,4/20/5 km) erreichte Heinz Vollmer nach 1:07:48 Std. den 27. Platz, sowie Platz 1 der Altersklasse M60. Maximilian Keiff belegte Platz 47 in einer Zeit von 1:11:18 Std. und damit Platz 3 in der Altersklasse MJU. Martin Cordsmeier erreichte das Ziel nach 1:25:32 Std. als 128. des Feldes.

◆ **Alle Ergebnisse im Überblick:** (www.tjinet.de/Ergebnisse/2017/Exter2017.pdf).

Karate

Einsteigerkurs
bei Grün-Weiß

■ **Paderborn.** Ein neuer Einsteigerkurs unter dem Motto „Karate 50 plus“ beginnt beim SC Grün-Weiß Paderborn am Dienstag, 19. September im vereinseigenen Dojo am Inselbadstadion (Otilienquelle). Beginn ist um 17 Uhr. Der Kurs ist für eigens Neueinsteiger konzipiert worden, die länger gar keinen oder nur wenig Sport getrieben haben. Geschult werden die Kondition, die Kraft, die Koordination und die Beweglichkeit. Ein Programm für Körper und Geist. Trainer Reinhard Schulz-Hagen (2. Dan) ist speziell für das Training mit älteren Zeitgenossen ausgebildet.

Nähere Informationen: (www.karate-paderborn.de). Anmeldungen erbeten unter: (schulz-hagen@gmx.net).



Ein illustres Feld: Insgesamt 153 Läuferinnen und Läufer hatten sich beim 40. Altenaulauf des SC Borchens für die Strecke über fünf Kilometer entschieden.

FOTOS: TOM FINKE

Thomas Kruse schafft neuen Streckenrekord

40. Altenaulauf beim SC Borchens: Starter vom Laufladen Endspurt meistert die 10 Kilometer in 33:55 Minuten.

Die Salzkottenerin Sarah Metz gewinnt bei den Frauen. Elke Wolf vom SC Scharmede wird Zweite beim Halbmarathon

Von Tom Finke

■ **Borchens.** Ein runder Geburtstag und ein neuer Streckenrekord über zehn Kilometer, zu dem auch die Sonne am Sonntag herzlich gratulierte. Cheforganisator Christoph Rothmann begrüßte jetzt mehr als 500 Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum 40. Altenaulauf des SC Borchens, bei dem auch etliche ehemalige Weggefährten und Mitbegründer zu Gast waren.



Hans-Dieter Nagel, Vorsitzender des Gemeindefortsportverbandes, beglückwünschte den Verein zu der „tollen Arbeit, die den Internationalen Altenaulauf weit über die Grenzen Borchens hinaus bekannt gemacht hat.“

Zum Jubiläum gab Wolfgang Streckenbach den Startschuss. Er zählt zu den Mitbegründern, war jahrelange Cheforganisator und hatte als Starter die Läuferinnen und Läufer früher jahrzehntelang auf die Strecke geschickt. Parallel zum Altenaulauf wurde auch der letzte Wertungslauf des Borchener Schülercups durchgeführt.

Über die 5-km-Strecke, die

ebenfalls zur Hochstift-Cup-Wertung zählt, waren 153 Läuferinnen und Läufer am Start. Bei den Frauen siegte die 15-jährige Kiara Nahen vom LC Paderborn in tollen 20:39 Minuten. Auf Platz zwei folgte die gleichaltrige Marie Albers vom Warburger SV (21:56). Platz drei ging an Julia Menze vom LC Paderborn (22:38).

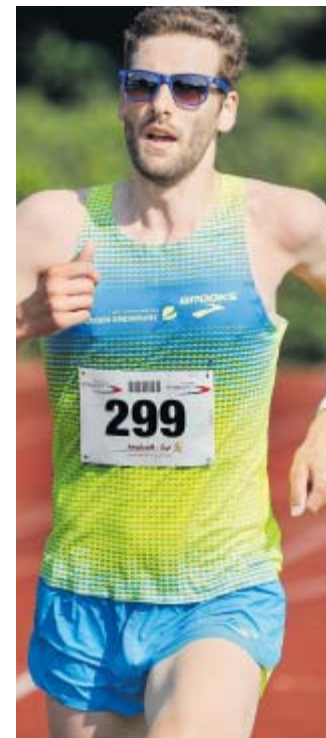
Bei den Männern ging der Gesamtsieg an Hailu Kfiemariam. Der für den LC Paderborn startende Flüchtling aus Borchens siegte in schnellen 16:59 Minuten. Auf Platz zwei folgte mit guten 18:31 Minuten Fikadu Okbamichael von Non-Stop-Ultra Brakel. Platz

drei ging mit Efreem Tewelde an einen weiteren Borchener Flüchtling (18:36).

Über 10 Kilometer starteten diesmal 170 Läuferinnen und Läufer. Der Gesamtsieg gelang Sarah Metz vom VfB Salzkotten. Sie finishte in sehr guten 40:19 Minuten. Hinter ihr folgte Viktoria Rath von Delbrück läuft (41:28). Den dritten Rang belegte Petra Drewes (48:18). Bei den Männern siegte Thomas Kruse vom Laufladen Endspurt in starken 33:55 Minuten. Er verbesserte damit den Streckenrekord des Borcheners Thomas Finke aus dem Jahr 1999 (35:16), der also eine kleine Ewigkeit gehalten hat. Rund eine Minute später überquerte Kruses Teamkollege Sebastian Schär die Ziellinie (34:41). Dritter wurde Juri Razlaf (LTV Lippstadt, 36:49).



Die 5-km-Siegerin: Kiara Nahen vom LC Paderborn.



Der 10-km-Sieger: Thomas Kruse vom Laufladen Endspurt.

Urgestein Wolfgang
Streckenbach gibt
den Startschuss

Auch beim Halbmarathon gab es gute Resultate. Kerstin Hötte aus Bielefeld wurde schließlich Siegerin im Gesamtklassement. Sie meisterte die Strecke in guten 1:36 Stunden. Hinter ihr finishte mit 40 Sekunden Rückstand Elke Wolf vom SCC Scharmede als Zweite. Bronze ging an Dagmar Linnhoff von den Teuto-Runnern (1:39). Bei den Män-

nern dominierte Michael Brand von Nonstop-Ultra (1:16). Zweiter wurde Robert Wilms von der SG Wenden (1:17) und Rang drei erreichte Mathias Nahen vom TV Jahn Bad Driburg (1:18).

Auch die Schülerläufe über 850 Meter waren gut besetzt. Bei den Schülerinnen siegte Ida Hildebrand aus Steinheim (3:37 Minuten) vor den beiden Borchnerinnen Elisabeth Dierkes (3:50) und Charlotte Solzbach (4:14). Bei den Schülern gingen die ersten drei Plätze allesamt an den SC Borchens. Es gewann Lukas Lei-

feld (3:21 Minuten) vor Maximilian Kenf (3:22) und Felix Niemeyer (3:51).

Über 1.600 Meter siegte Mia Kuhaupt vom Warburger SV bei den Schülerinnen in 6:04 Minuten vor Ann-Christin Ströning (Bielefeld, 6:06) und Ilona Holz vom LC Paderborn (6:34). Bei den Schülern ging der Sieg an den Vorjahressieger Julius Hoffmann vom Warburger SV (5:20) vor Nils Klocke vom SC Borchens (5:54) und Jonas Hostmann vom TuS Ovenhausen (6:01). Alle Ergebnisse gibt es im Internet unter: www.scb-la.de.



Die Schnellsten im Fokus: Hans-Dieter Nagel (l.) und Uwe Stork (r.) vom Borchener Gemeindefortsportverband gratulieren den Siegerinnen und Siegern über 21 Kilometer um (vorne v.l.) Elke Wolf (2.), Kerstin Hötte (1.) und Dagmar Linnhoff (3.); (hinten v. l.): Mathias Nahen (3.), Michael Brand (1.) und Robert Wilms (2.)

Spannende Matches

■ **Tennis:** Beim TC GW Mantinghausen geht das 19. offene Doppeltturnier über die Bühne

■ **Salzkotten-Mantinghausen.** Beim TC GW Mantinghausen ging jetzt die 19. Auflage des offenen Tennis-Doppeltturniers über die Bühne. Die Turnierleitung um Thorsten Behrens hatte den Ablauf so geplant, dass die Teams nach der Vorrunde ihren Platzierungen entsprechend in drei leistungsgleiche Gruppen aufgeteilt wurden.

Besonders das Endspiel der Leistungsgruppe A mit Marc Kifner und Jan Lücking gegen Thorsten und Lennart Behrens war eine wahrhaft sportliche Delikatesse. In der C-



C-Gruppen-Sieger: Ussame Jawad (l.) und Lukas Mattlat.

Gruppe nutzten die siegreichen Lukas Mattlat und Ussame Jawad vom gastgebenden Verein den Heimvorteil. Anschließend nahmen TC GW-Vorsitzender Günther Menning und Sportwart Thorsten Behrens die Siegerehrung vor.

◆ **Leistungsgruppe A:** 1. Marc Kifner und Jan Lücking (TV Erwitte 1951/TC Steinhausen), 2. Thorsten Behrens und Lennart Behrens (TC GW Mantinghausen), 3. Frank Wesselovsky und Dietmar Brameshuber (TSV Tudorf/RTV Rendsburg).

◆ **Leistungsgruppe B:** 1. Frank Elpers und Sebastian Wesseler (TC GW Mantinghausen), 2. Oliver Rücker und Daniel Schornberg (TC Stirpe).

◆ **Leistungsgruppe C:** 1. Ussame Jawad und Lukas Mattlat (TC GW Mantinghausen), 2. Alfred Nowak und Christian Grothe (TuS Wewelsburg).

Sebastian Steinig landet Volltreffer vor Millionen-Publikum

■ **Fußball:** Bezirksligakicker vom SC Grün-Weiß Espeln gewinnt gegen die Dressurreiterin Isabell Werth an der ZDF-Torwand mit einem gelungenen Versuch. 1.000 Euro Siebprämie und ein Trikotsatz für den SCE

richtete der Gewinner und führte fort: „Da habe ich natürlich einen gewissen Druck verspürt, oben treffen zu müssen, da auch ein Unentschieden eine Niederlage für mich bedeutet hätte. Im Grunde genommen wäre es aber auch ein tolles Erlebnis gewesen, wenn ich nicht getroffen hätte.“

Denn der komplette Tagesablauf in Mainz wurde von Steinig sehr gelobt. Die Organisation mit dem Abholservice und der Ablauf im Studio seien hochprofessionell abge-

laufen. Ein Lob kassierte auch Isabell Werth. „Sie ist nicht nur eine Spitzensportlerin, sondern auch super sympathisch. Mein Bruder Thorsten und ich hatten im Backstagebereich interessante und lustige Gespräche mit ihr und Moder-



Hatten viel Spaß: (v. l.) Isabell Werth, Sebastian Steinig und Moderator Sven Voss.

FOTO: ZDF