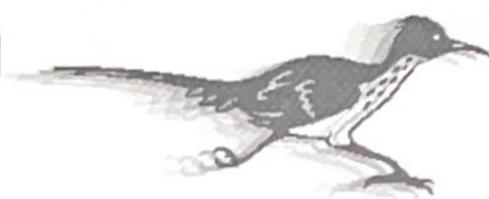


Der Road-Runner



München
RoadRunners
Club eV

Herausgeber: MRRC München e.V., Hohenlohestraße 67, 80637 München. Internet www.mrrc.de Mail info@mrrc.de ViSdP: Willi Brabender

Road-Runner lebt wieder auf

Die Vereinszeitschrift des MRRC München lag viele Jahre ganz oben auf dem Zeitschriftenstapel seiner Mitglieder. 1990 von Willi Lauer und Peter Schumann ins Leben gerufen, später von Claudia und Rudi Sautter weitergeführt stellte sich 2000 die Frage, ob eine gedruckte Vereinszeitschrift noch sinnvoll ist im Vergleich zu den rasant schnellen „virtuellen“ Medien – auch Internet genannt. Wir meinen ja – auch wenn das Konzept vielleicht anders aussehen wird. Der Road-Runner soll zukünftig drei- bis viermal jährlich in den Briefkästen der Mitglieder liegen und aktuelle Informationen über „Vereinskasperkram“, Termine – aber auch natürlich etwas „Klatsch und Tratsch“, auch denen, die nicht regelmäßig zum Training finden oder ins Internet schauen, ins Haus liefern.

Der MRRC beim Wien-Marathon

Freitags, 14. Mai um die Mittagszeit am Dantestadion: ein Bus lädt sich mit 30 RoadRunnern. Das Ziel: ein Wochenendtrip in die Donaumetropole Wien, wo Sonntags der Startschuss zum Marathon erfolgen soll. Wien - ein Marathon mit integrierter Sightseeing-Garantie - lockte heuer 20.000 Läufer an, die sich freuten, dass das sonst für Wien typische heiße Frühlingswetter heuer ausfiel. 11 Frauen und 18 Männer vom MRRC finishten über die volle Königsdistanz, davon gleich drei unter der magischen Drei-Stunden-Marke. Einige weitere traten beim Halbmarathon und über 15 km an.

Münchener Stadtlauf am 27. Juni

Mit 18.000 erwarteten Läufern gehört der Münchener Stadtlauf zu den ganz großen Veranstaltungen in Deutschland. Sport Scheck vertraut auch heuer wieder auf den MRRC bei der Streckenabsicherung sowie Verpflegung unterwegs. Jeder Helfer, der am 27. Juni mit anfasst, erhält von Sport Scheck neben der Helferkleidung noch 25 EUR in bar. Mehr Info's im Internet oder per E-Mail bei helfer@mrrc.de

2. City-Triathlon München

Im Vorjahr eine Premiere mit Sonnenschein – heuer ließ der ewige Winter die Athleten im Olympiapark trotz Sambatrommeln frieren. Neben rund 850 Breitensportlern gab es heuer Top-Sport vom feinsten mit den von zahlreichen Kaderathleten durchsetzten Teams der Deutschen Triathlonliga. 140 Road Runner unterstützten die Veranstaltung in der Vorbereitung sowie am Veranstaltungstag selbst. Natürlich läuft auch beim zweiten mal nicht alles 100%tig glatt – aber die immer wieder gelobten Hilfsbereitschaft und Freundlichkeit der Helfer sorgten für zahlreiche begeisterte Emails von Teilnehmern und ließen diese so über die eine oder andere Unzulänglichkeit gerne hinwegsehen.

Termine

In dieser Rubrik sollen künftig wichtige Termine von Veranstaltungen in der Region – aber natürlich auch exklusiv für Mitglieder des MRRC München vorgestellt werden.

Vereinsleben

- 25.06. MRRC Sommerfest im Dantestadion
- 27.06. Der MRRC organisiert Verpflegung und Strecke beim Münchner Stadtlauf
- 03.10. Staffelmaraathon des MRRC

Volksläufe

- 18.6. Gautschlauf Königsbrunn
- 19.6. Rosenheim (10/3,4 km)
- 20.6. Oberschleißheim 10/5/0,5
- 26.6. Sachsenkam
- 26.6. Haag (10/5/1,2 km)
- 27.6. München (10/21,1 km)
- 27.6. Mettenheim (10/5/1/0,5 km)
- 03.7. Inzell (10,3 km)
- 17.7. Neufahrn
- 17.7. Kirchheim (10/3,3/1,2)
- 17.7. Nandlstadt
- 31.7. Indersdorf
- 01.8. Kirchdorf a. Amper
- 08.8. Immenstadt Alpeelauf (16 km)
- 14.8. Dachau

Triathlon

- 20.6. Gersthofen 0,6-18-5,3
- 20.6. Erding 0,5-20-5 u. 1,5-40-10
- 26.6. Bad Endorf 1,5-38-10
- 26.6. Schliersee 1,5-40-10
- 26.6. Zorneding 0,6-30-6
- 27.6. Rothsee 1,5-42-10
- 03.7. Kirchheim 0,5-24-5
- 04.7. Roth 3,8-180-42 *DM lang*
- 04.7. Altötting 0,5-24-5
- 11.7. Königsbr. 0,5-18-4 u. 1,5-44-10
- 17.7. Immenstadt 4,0-136-30 *EM lang*
- 18.7. Immenstadt 2,1-92-21
- 18.7. Karlsfeld 0,5-20-5 u. 1,5-42-10
- 24.7. Tegernsee 0,5-20-5 u. 1,5-40-10
- 25.7. Wörthsee 1,5-42-10
- 01.8. Auerberg 1,5-43-10
- 08.8. Erlangen 1,8-80-20
- 14.8. Kulmbach 2,0-90-21 *DM Mittel*
- 22.8. Tutzing 1,2-53-12
- 28.8. Kühbach 0,7-33-6,3

Weitere Termine mit Links zu Ausschreibungen – und natürlich Berichte und Ergebnisse - auf www.MRRC.de

Helfer-Wochenende im Chiemgau

Der MRRC ist nicht nur für die sportlichen Leistungen bei Wettkämpfen überall bekannt – auch als Ausrichter von Sportveranstaltungen hat der Club einen guten Ruf. Als „Danke-Schön“ hat der Club auch dieses Jahr wieder sämtliche Helfer bei den Club-Veranstaltungen (Silvesterlauf, Staffelmaraathon und City-Triathlon) zu einem Wochenende im Chiemgau eingeladen. Laufen, Radeln, Bergwandern – oder einfach nur in der Wellnessanlage des Hotels die Seele baumeln lassen – so nutzen die über 70 MRRC'ler, die dem Angebot gefolgt waren – trotz etwas dürrigem Sonnenschein - das Wochenende.

MRRC-Sommerfest im Dantestadion

Am letzten Freitag im Juni – der 25.6. - steht bei den Mitgliedern des MRRC schon immer ein Kreuz im Kalender: das Sommerfest ruft. Um das ganze etwas leichter von der Anreise zu gestalten, wird das Sommerfest heuer im Dantestadion ausgerichtet. Neben dem traditionellen Grillen und Fassbier ist auch wieder eine kleine sportliche Einlage geplant: um 19 Uhr soll Startschuss zu einem Staffel-Wettkampf sein. Details siehe im Internet auf www.mrrc.de oder per E-Mail bei Dvorak.Andreas@web.de.

Anfänger-Kurs Kraul-Schwimmen

Dem MRRC stehen für das Schwimmtraining dreimal wöchentlich – Montags am Harthof sowie Dienstags und Donnerstags im Westend – jeweils exklusiv ein komplettes Schul-Schwimmbad zur Verfügung. Ein Angebot nicht nur für die Profis im Wasser – auch bisher überzeugte Nichtschwimmer haben die Chance sich zukünftig wie ein Fisch im Wasser zu bewegen: der nächste Kraul-Kurs für Anfänger beginnt am 15. Juni. Infos: Stefan.Plate@tiscali.de

69 MRRC'ler in Toscana

Cecina – ein kleiner Ort an der italienischen Mittelmeerküste mit einem wunderschönen Pinienwald, kreuz und quer mit vermessenen Laufstrecken versehen, dazu eine Vielzahl der schönsten Radstrecken jeden Schwierigkeitsgrads im hügeligen Hinterland ziehen alljährlich zahlreiche Läufer und Triathleten an. So auch heuer wieder das offizielle Trainingslager des MRRC, organisiert durch Claudia und Rudi Sautter sowie Renate Duffner.



Trainingstermine des MRRC

Mo	18:45-21:30	Schwimmtraining Gesamtschule Freudstraße 15 / Harthof
Di	18:45-20:15	Lauftreff Dantestadion Dantestraße / Gern
	20:15-21:45	Schwimmtraining Schulschwimmbad Geroltstraße (Westend)
Mi	19:00-20:15	Tempotraining auf der Bahn Dantestadion Dantestraße / Gern
Do	19:00-20:00	Lauftreff – eine Stunde mit 6 min/km Dantestadion Dantestraße / Gern
	20:15-21:45	Schwimmtraining Schulschwimmbad Geroltstraße (Westend)
Fr	18:00-19:30	Indoor-Training (nur von September bis April) Geretsrieder Str. / Obersendling
Sa	15:00	Renndradtreff (2,5-3 Std., April bis September) Luise-Kiesselbachplatz / Einhornallee
So	9:00	Lauftreff (2-3 Std.-Läufe) Thomas-Mann-Allee / Tivolibrücke

Neuer Vorstand

Auf der Jahreshauptversammlung – mit 106 Mitgliedern am 9. März stark besucht – standen Neuwahlen für den Vorstand an. Hier werden die alten und neuen Mitglieder des Vorstandes kurz präsentiert:

Knut Kress, Jg. 51, der neue „Präsident“ des größten Laufsport- und Triathlonvereins der Region, gehört bereits seit zehn Jahren dem Vorstand des MRRC an.
Tel. 089 - 87 38 33
E-Mail KnutKress@gmx.de



Roland Waldhauer, Jg. 57, war bereits in den letzten beiden Jahren als Sportwart im Vorstand des MRRC aktiv und ist jetzt 2. Vorsitzender.
Telefon 0 89 / 16 51 18
E-Mail Waldhauer.Roland@tiscali.de



Peter Schumann, Jg. 57 kümmert sich bereits seit 1993 um die Finanzen des MRRC. Daneben obliegt ihm die komplette Mitgliederverwaltung des Clubs.
Telefon 0 81 21 / 7 32 27
E-Mail Peter.Schumann@gmx.de



Beate Koch, Jg. 67, ist neues Gesicht im Vorstand. Die begeisterte Marathonläuferin fällt regelmässig mit Block und Stift bewaffnet beim Lauftreff auf und sammelt Meldungen für die vielen Club-Veranstaltungen.
Telefon 089 / 35 70 93 28
E-Mail Koch.Beate@gmx.de



Andreas Dvorak, Jg. 71, seit neuestem „nicht nur“ Lauftrainer beim mittwochlichen Tempobolzen auf der Bahn, sondern zusätzlich „Sportlicher Leiter Laufsport“ im Vorstand.
Tel. 089 / 35 47 36 29
E-Mail Dvorak.Andreas@web.de



Willi Brabender, Jg. 64, z.B. seit fünf Jahren als Webmaster für den Internet-Auftritt des Clubs verantwortlich, komplettiert den Vorstand als „Sportlicher Leiter Triathlon“.
Tel. 089 / 76 99 10 42
E-Mail Willi.Brabender@gmx.de

