



DER ROAD RUNNER

Mai 2024

MRRC MÜNCHEN E.V. – [HOHENLOHESTR. 67, 80637 MÜNCHEN](https://www.hohenlohestr.67.de)
TELEFON 089/15 78 05 64 – WWW.MRRC.DE – INFO@MRRC.DE

Einladung zur Mitgliederversammlung 2024

Liebe Roadrunner,

wir laden Euch herzlich zur
Mitgliederversammlung 2024 des MRRC
München RoadRunners Club e.V. ein.

Datum: Dienstag, 11. Juni 2024, Beginn 19:00
Uhr

Ort: Ladsaal der HSG, Zielstattstraße 6, 81379
München

Tagesordnung:

1. Begrüßung durch den Vorstand,
Feststellung der Beschlussfähigkeit und
ordnungsgemäßen Einladung
2. Bericht des Vorstands
3. Bericht der sportlichen Leitung Laufen
4. Bericht der sportlichen Leitung Triathlon
5. Bericht der Leitung Jugend
6. Bericht des Schatzmeisters
7. Bericht der Kassenprüfer:innen 2023
8. Aussprache
9. Entlastung des Vorstands für das
Geschäftsjahr 2023
10. Entlastung der Kassenprüfer:innen für
das Jahr 2023
11. Vorwort zur Wahl eines neuen 2.
Vorstands sowie des Schriftführers
 - Wahl des Wahlausschusses
 - Wahl des 2. Vorstands
 - Wahl des Schriftführers
12. Sonstiges
 - Ehrungen
 - Zahlung einer Ehrenamtszuschale an
Vorstandsmitglieder

Für Speis und Trank ist gesorgt. Die Kosten
dafür übernimmt der Verein.

Wir freuen uns auf Dich!

Mit freundlichen Grüßen,

Der Vorstand des MRRC

Der Vorstand



Helferaufruf München Marathon

Liebe(r) RoadRunner(in),

als MRRC unterstützen wir seit Jahren den
München Marathon an der Strecke mit einem
Wasserstand und Streckenposten. Wie Ihr
vielleicht wisst, hat der MRRC sogar seinen
Ursprung in der Ausrichtung des Marathons.

Auch dieses Jahr betreut der MRRC wieder den
Wasserstand bei Kilometer 28,5 in der
Truderinger Straße. Die Streckenposten werden
wieder auf ca. 1 km um die Verpflegungsstelle
herum positioniert. Der Marathon findet am 13.
Oktober 2024 statt. Wie jedes Jahr benötigen wir
Helfer am Wasserstand und Streckenposten.
Das Mindestalter für Helfer am Wasserstand ist
14 Jahre, für Streckenposten 18 Jahre.



Jeder Helfer bekommt eine Aufwands-
entschädigung und es gibt wie immer eine
hochwertige Einkleidung (Teamoutfit bestehend
aus Hoodie oder Jacke).

Wir würden uns freuen, Euch zahlreich als Helfer dabei zu haben.

Bitte meldet Euch mit Namen, Vornamen, Handynummer, Wunschposition (Streckenposten oder Wasserstand) und Kleidergröße an.

Wir freuen uns auf Eure Rückmeldung unter claudia.egl@mrrc.de.

Claudia Egl



The long and winding Road - Von Rosenheim den Inn flussabwärts

Was ist das Laufen? Es packt einen und man will nicht mehr aufhören – Laufen macht uns Menschen zu dem, was wir sind. Es ist die Bewegung und die Ausdauer und die Kraft, aber auch die Natur (ich wünschte mir sehr, dass alle Läufer auch Naturschützer wären), die Ausblicke, das Wetter, der Widerstand und das Überwinden des Schweinehundes, das Erweitern der eigenen Grenzen.

Die Sonntagslaufgruppe liebt den langen Lauf und das Trailrunning. Daraus entwickelte sich die Idee, von Rosenheim aus den Inn mit sehr leichtem Gepäck (knappe 3 kg pro Person + Trinkwasser) flussabwärts zu Laufen. So wollten wir mehrere Tage hintereinander längere Laufeinheiten genießen.

Als Teilnehmer bei der ersten Version starten Ebi und ich am Samstag den 10.02. von München mit dem Zug nach Rosenheim. Kaum stehen wir auf dem Bahnhofsvorplatz, dürfen wir auch schon loslaufen.

Es ist ein bedeckter, grauer Tag, aber die Berge sind gut zu sehen.



Wir erreichen nach kurzer Strecke durch die schöne Innenstadt den grünen Inn. Groß und ruhig, voller Kraft fließt er dahin. Es ist Anfang Februar, an sich mitten im Winter, aber es ist

nicht kalt und natürlich liegt kein Schnee. Das Licht ist winterlich und an den Bäumen hängt kein einziges Blatt mehr. In den Flussauen sehen wir weiße Reiher. Der Weg folgt anfangs einem Deich, aber es geht immer wieder zur Seite weg, über große Pfützen und an überschwemmten Wiesen vorbei.



Es ist etwas anderes eine Strecke zu laufen, um diese zu bereisen, als am Sonntag eine lange Runde zu drehen. Laufen als Fortbewegungsmittel ist unabhängig und fühlt sich frei an. Anders als beim Bikepacking ist man auf keinerlei Technik angewiesen. Ein Läufer bekommt keinen Platten und muss keinen Reifen flicken.



Den ersten Tag beenden wir nach 30 km in Wasserburg. Am zweiten Tag geht es in ähnlicher Weise über 44 km nach Mühldorf am Inn. Dort werden wir von den bunten Überresten eines Faschingsumzugs empfangen.



Der dritte Tag führt, mit immer müderen Beinen nach Altötting. Nach 20 km und einer Ehrenrunde um die Wallfahrtskapelle steigen wir wieder in den Zug zurück nach München. Es wird nicht die letzte Tour dieser Art gewesen sein!



Paul Huf
TRAINER



MRRRC Leistungsgruppe Lauf überzeugt beim Ludwig Jall Sportfest

Mohammad Al-Mimi aus Jordanien gewinnt die 1500 m der Männer in neuer persönlicher Bestzeit von 4:02,01 min.

Johann Ioannou-Nikolaides belegt Platz 2 in 4:04,62 min.

Leider gab es einen Meldefehler bei Johann, sodass er im langsameren Lauf alleine vorneweg stürmen musste. Umso höher ist seine Zeit einzuschätzen.

Severin Bächle fing sich nach dem Trainingslager in Cecina gleich zwei Infekte ein. Er konnte für Mohammad bis 1000 m

(Durchgangszeit: 2,37 min) ein sehr gutes Tempo vorgeben. Er beendet den Lauf in 4:15,89 min.

Triathlon Ligateam der Männer in der Landesliga Süd auf Podium

Beim Heimspiel an der Regattastrecke in Oberschleißheim konnten unsere Jungs auch in der Landesliga Süd mit Platz 3 überzeugen. Corbinian Nentwich, Moritz Wiessmeier, Jan Böttcher und Kirill Mikhaylov überzeugten nicht nur sportlich, vor allem beim Laufen, mit einer herausragenden Leistung sondern zeigten gerade auch beim Radfahren im Team Ihre Fairness und hängten sich nicht, wie ein ein anderes Team aus der Landeshauptstadt, bei der siegreichen Mannschaft der TGVA Augsburg regelwidrig ans Hinterrad. In Sachen Fairness und Regeleinhaltung gibt es dort noch großen Nachholbedarf.

Wir hoffen, dass auch die dort anwesenden und eingesetzten Kampfrichter hieraus für die Zukunft lernen.

Der MRRRC freut sich über den besten Ligastart quer durch alle Ligen seit Jahren. Diese Resultate in der Saison fortlaufend zu bestätigen, ist eine große Herausforderung, die wir annehmen.

Rath verbessert eigenen bayrischen Rekord - Bächle formverbessert

Maximilian Rath verbessert bei der Sparkassengala in Regensburg seinen eigenen bayrischen Rekord über 3000 m in der M15 um ca. 1,5 Sekunden auf 8:39,00 min.

Wenige Minuten vorher stellte Severin Bächle am gleichen Ort mit 4:05,18 min über 1500m eine neue Saisonbestleistung auf. Der Lauf war mit insgesamt 16 Teilnehmern angesetzt was sich postwendend in der ersten Runden mit harten Positionskämpfen zeigte und dabei wichtige Zeit verloren ging. Dies merkte vor allem unser Neuzugang aus Jordanien, Mohammad AL - Mimi, der mit lockerem Schritt aussichtsreich an Position 6 liegend, kurz vor der 1000 m Marke (800m Durchgangszeit 2:04min), in der Kurve leider stürzte und das Rennen nicht beenden konnte.

MRRRC mit fulminantem Ligastart

Besser hätte der Start in die Ligasaison 2024 für den MRRRC wahrlich nicht laufen können.

Das MRRRC Frauenteam I in der Besetzung: Rebekka Adelhardt, Sophie Arzberger, Svenja Staehr und Andrea Kinberger gewinnen

eindrucksvoll die erste Station der Regionalliga in Weiden. Für weitere Überraschungen wird das Team 2024 sicher sorgen.

Unser zweites Frauenteam mit Anna Kihm, Michelle Janus, Vera Spanke und Caroline Krauss zeigen mit Platz 3 in der Bayernliga, dass auch hier der MRRC stark aufgestellt ist.

Unsere Männer (Corbinian Nentwich, Bence Búza, Moritz Meister, Maik Aßhoff und Jan Böttcher) beweisen mit Platz 8 von 14 Teams, dass der MRRC auch bei den Männern in der höchsten bayrischen Triathlonliga sehr gut mithalten kann.

Es zeigt sich bereits nach der ersten Station, dass der neue eingeschlagene Weg des MRRC genau der richtige ist - endlich wieder Leistungssport in den höchsten bayrischen Triathlonligen.

Der MRRC ist auf dem Weg zurück zu alter Stärke und Teamgefühl.

Simon Hoyden
SPORTLICHE LEITUNG TRIATHLON



Ergebnisse unserer Kinder und Jugend

In den ersten beiden klassischen Wettkämpfen der Saison haben unsere Kinder ihr riesiges Potenzial gezeigt.

Beim Westparklauf am 17.03 hat Filip Rados den Kinderlauf (1000m) gewonnen und Charlotte Myschik war 2. bei den Mädchen.



Beim Forstenrieder Volkslauf am 13.04 hat Leonardo Scalise Daine den Zwerglauf (400m) gewonnen, Filip Rados war dieses Mal „nur“ 2. beim Schülerlauf (1400m).



Außerdem belegte Filip Rados den 2. Platz beim Münchener Kindl Lauf und den 1. Rang beim Gröbenzeller Familienlauf.

Herzlichen Glückwunsch an unsere kleinen Helden für diese herausragende Leistung!

Alle Termine unseres Angebotes für Kinder und Jugend findet ihr [im Kinder- und Jugendbereich](#). Wir freuen uns auf noch mehr junge Teilnehmer!



Übrigens: wir möchten unser Trainerteam (derzeit bestehend aus - von links nach rechts auf dem Foto - Sandro, Michelle und Kathi)

erweitern, insbesondere für die Gruppe 6-11 Jahre. Bei Interesse bitte einfach bei der [sportlichen Leitung Laufen](#) melden...

Sandro Scalise
TRAINER



Neue alte Roadrunner!

In eigener Sache: Arno Schott hat uns einen Ordner längst vergessen geglaubter Ausgaben des Roadrunner aus den Jahren 1992-2004 übergeben, die eingescannt wurden und jetzt unter [Der Road Runner](#) zu finden sind.

Von Rennergebnissen, eingereicht handschriftlich auf einem Ausschnitt aus dem Roadrunner, über die Verkündung der ersten MRRC-Homepage, und viele, viele seitenlange Berichte von Läufen aus aller Welt – es lohnt sich durchaus, mal durchzuscrollen.

Als Schmankerl findet ihr die – vermutlich inoffizielle – MRRC Hymne aus dem [Roadrunner März 1993](#) neu abgedruckt auf der letzten Seite dieses Roadrunners – 31 Jahre später.

Michael Bösl
REDAKTION ROADRUNNER



Sonstiges

Der Road Runner lebt von der aktiven Mitgestaltung durch alle unsere Mitglieder und Ehrenamtlichen.

Beiträge, Anregungen, Kommentare und kurze Texte für private Kleinanzeigen im Road Runner könnt ihr direkt an roadrunner@mrrc.de schicken. Bitte bedenkt die Einwilligung der abgebildeten Personen, wenn ihr Fotos einsendet.

Auf www.mrrc.de sind unter dem Menüpunkt [Road Runner](#) diese und viele ältere Road Runner-Ausgaben erhältlich.

Der nächste Road Runner erscheint voraussichtlich im **August 2024** und wird per E-Mail versendet. Achtet bitte darauf, dass eure aktuelle E-Mail-Adresse dem MRRC bekannt ist bzw. mitgeteilt wird.

Bitte meldet euch korrekt bei den Laufveranstaltungen an. Das stellt sicher, dass wir ordentlich in der Teamwertung erscheinen

und vereinfacht das Auffinden von Vereinskameradinnen und –kameraden für uns, den Veranstalter und die Presse.

Für die Meldung gilt der Grundsatz:

DLV-Startpassinhaber melden bitte **unbedingt** mit

LG Stadtwerke München

Mitglieder ohne Startpass melden unter

MRRC München

Vielen Dank für eure Unterstützung.

Social Media

Natürlich findet ihr den MRRC auch in den sozialen Netzwerken! Das dient der Repräsentation nach Außen, der Mitgliederakquise sowie der Information unserer eigenen Mitglieder. Schau doch mal rein! Auch engagierte Social-Media-Strategen kann unser Online-Team immer gebrauchen. Ihr findet uns unter folgenden Links: (Klick auf das Logo)



Mitgliederverwaltung

- ✎ Umgezogen?
- ✎ Bank gewechselt?

Zur Vermeidung unnötiger Rückläufer bitten wir alle Mitglieder um Information, wenn sich die E-Mail-Adresse / Anschrift oder Bankverbindung geändert hat. Eine kurze E-Mail an mitgliederverwaltung@mrrc.de genügt. DANKE!

Der Vorstand



Impressum

MRRC
München RoadRunners Club e.V.
Hohenlohestraße 67
80637 München
Telefon: 089-15780564
info@mrrc.de

Registergericht: Amtsgericht München
Registernummer: VR 11583
Steuernummer 143/219/40065

1. Vorstand: Astrid Scheliga
2. Vorstand: Laura Zinnel

Vertretungsberechtigter Vorstand (§26 BGB)

1. Vorstand allein
2. Vorstand zusammen mit einem weiteren Vorstandsmitglied

Schatzmeister: Manuel Hohenleitner

Sportliche Leitung Laufen: Nora Medgyesi

Sportliche Leitung Triathlon: Simon Hoyden

Schriftführerin: **vakant**

Jugendleitung: Severin Bächle

Redaktion Roadrunner: Michael Bösl

Die MMRC Hymne

Aus: [Roadrunner März 1993](#)

Die MRRC-Hymne

Im Verein warn's am Anfang nur zehn Leidl bloß,
doch entwickelt hod er sich auf zweihundert groß.

Refrain: Holladiria, holladio....

Des Emblem vom Verein, wo kimmt des bloß her?
Von unserm Vorbild aus Arizona, was woin mir denn mehr?

Der vierte Marathon in der city, das taten wir kund:
Seither is der MRRC in aller Mund.

Gerannt san mir von nun an recht vui
von München bis Honkong und nix is uns z'vui

Im Verein gib't a Zeitung - Ihr wißt es scho,
greift auf, was scho war und was no kemma ko.

Da steht a so drinn, wie's Rennen g'laufen is,
wir war'n niamois schlecht und des is doch g'wiß.

Der Trainer sagt kurz: "Jetzt pack ma's dann glei,
mir laufen die Runde im sechser Schnitt ei."

Doch net nur des Renna, des macht uns an Spaß,
es is a a Gaudi mit manch kühlem Faß.

Und wie Ihr noch sehn könnt, Ihr lieben Gäst,
steigt bei de Roadrunner in Minga so manches Fest

Das weiter so geht, wia all die Johr,
schnell lafa und g'winna - dafür san mir do!

getextet von Brigitte Stöger, gesungen nach der Melodie von „Do drom auf'm Bergerl“