

Ausgabe 2/2005 Juli 2005

Der MRRC wird zwanzig Jahre alt

Einen Mitgliedsverein im DLV brauchte man 1985 – der den München Marathon anmelden konnte. Aus der Handvoll Gründungsmitglieder wurde ein aktiver Verein ohne gleichen – und mittlerweile mit jährlichen Zuwächsen in zweistelliger Höhe auf rund 600 Mitglieder angewachsen. Ein aktiver Verein – bei dem fast die Hälfte der Mitglieder selber regelmäßig in Ergebnislisten auftaucht. Dazu zählen Hobbyläufer und Volkstriathleten genauso wie Marathonis und Ironman und echte Leistungssportler, die auch Bayrische und Deutsche Meistertitel mit nach Hause bringen. Und ganz nebenbei werden mit Silvesterlauf und dem Stadt-Triathlon zwei der wichtigsten Veranstaltungen Bayerns verantwortlich organisiert – Wir möchten mit allen Mitgliedern das große Jubiläum bei unserer Feier am 20. August begehen. Mehr auf der offiziellen Einladung.

MRRC beim BuGa-Triathlon

Im völlig aufgebauten Landschaftspark in Riem soll am 31. Juli die Premiere eines der größten Triathlonwettkämpfe in Deutschland starten. Dahinter steckt das Orgateam des Münchner Marathon – unterstützt durch den MRRC, der am 31. Juli die Wechselzone „am Laufen“ hält. Helfer, aus dem MRRC, die am 31. Juli vormittags (bis ca. 10 Uhr), mittags (bis ca. 13:30 Uhr) oder nachmittags Zeit und Lust haben mit anzufassen, bekommen neben freiem Eintritt in die Bundesgartenschau das offizielle Helfer-T-Shirt sowie 20 EUR Verpflegungsgeld in bar. Zusätzlich wird am Vormittag des 30.7. ab 9:30 ein Team von ca. 15 Personen für einige Aktionen im Rahmen des Aufbau benötigt. Anmeldung als Helfer per E-Mail an helfer@mrrc.de

Vereinsmeisterschaft Laufen

Im Rahmen der „Oberland-Challenge“, einer Serie von sechs Laufwettkämpfen (Straße, Cross und Berg) im Oberland südlich von München findet heuer die Vereinsmeisterschaft des MRRC statt. Nach der Hälfte der Wettkämpfe liegen zahlreiche MRRC'ler auf den ersten Plätzen – wie z.B. Karin Lutzenberger (1. W20), Bernadette Hudy (3. W40), Gabi Breithard (1. W50), Rolf Gerlicher (2. M30), Paul Reingruber (2. M60). Mehr auch unter

Quali für Hawaii in der Tasche

Die Triathlon-Saison hat eigentlich gerade erst begonnen – und trotzdem gibt es Meldungen wie Paukenschläge: das Damen-Team des MRRC liegt – zwischen zahlreichen Profis auf der Strecke – in der Triathlon-Bundesliga in der vorderen Tabellenhälfte. Bleibt ihnen zu wünschen, dass die Männer mit einem Aufstieg beim nächsten Liga-Wettkampf kommende Saison nachziehen. Mit 11:07 Std. stellte Heike Wagner – bei ihrem ersten „Langen“ überhaupt – mal nebenher in Roth beim bestbesetzten Langdistanztriathlon Europas eine neue Vereinsbestzeit auf. Und mit Michael Sametinger (4. M35 sowohl beim Ironman Lanzarote wie auch beim Ironman Frankfurt), Jürgen Schramm (8. M30 beim Ironman Brasilien) und Johannes Scheubert (Gesamterster M25 in neuer Vereinsbestzeit von 9:04 Std. beim Ironman Frankfurt) gibt es jetzt schon drei (!) MRRC'ler, die die begehrte Quali für den Ironman auf Hawaii in der Tasche haben. Und noch viele Wettkämpfe stehen aus und lassen Großes hoffen.

Herausgeber:

MRRRC München e.V.
Hohenlohestraße 67
80637 München

Telefon (089) 15 78 05 64
Telefax (089) 15 88 17 70

Internet: <http://www.mrrc.de>

E-Mail info@mrrc.de

ViSdP Willi Brabender

Termine

Veranstaltungen in der Region – aber natürlich auch exklusiv für Mitglieder des MRRC München

Vereinsleben

- 31.07. BuGa-Triathlon Bundesgartenschau München – der MRRC organisiert die Wechselzone (Helfer gesucht!)
- 20.08.1. 20 Jahre MRRC München Sommerfest im Olympiapark
- 27.08. MRRC-Aquathlon am Waldschwaigsee

Volksläufe

- 16.07. Sommernachtslauf Kirchheim 10 km
- 23.07. Oberland-Challenge Jachenau
- 31.07. Kirchdorfer Bürgerlauf
- 06.08. Indersdorfer Volkslauf 10 km
- 13.08. Dachauer Volkslauf 10 km
- 03.09. Gaissach Oberland Challenge
- 04.09. Halbmarathon Altötting
- 04.09. Staffelmaraathon Augsburg
- 10.09. Blomberglauf Oberland Challenge
- 01.10. Moosham Oberland Challenge

Triathlon / Duathlon

- 17.07. Karlsfeld 1,5/46/10 u 0,75/20/5
- 23.07. Schliersee 1,5/40/10
- 30.07. Höglwörther See 0,4/23/5
- 30.07. Landau
- 31.07. BuGa-Tri München 1,5/40/10 u. 0,75-20/5
- 06.08. Elixia München 0,5/20/4
- 07.08. Schongau 1,5/40/10
- 07.08. Erlangen Kurz und Mittel
- 13.08. Kulmbach Mitteldistanz
- 14.08. Regensburg Kurz und Volks
- 21.08. Tutzing 1,2/53/12
- 27.08. Kühbach 0,7/33/6,3
- 28.08. Mondsee 1,5/40/10

Alle Termine natürlich ohne Gewähr. Weitere Termine mit Links zu Ausschreibungen – und natürlich viele Berichte und Ergebnisse – gibt es immer aktuell im Internet auf www.MRRC.de

3. Stadt-Triathlon München

Der 29. Mai 2005 war die Saison-Eröffnung im Münchner Olympiapark: 1038 Triathleten traten im Olympiabad an, darunter die Hälfte zum ersten mal überhaupt bei einem Triathlon am Start – aber auch ein Drittel „Wiederholungstäter“ im Olympiapark. Top-Sport mit Deutschen Meistern und Ironmansiegern, vielfach beachtet von der Presse ... und vielfach gelobt von der Stadt München und der Olympiapark GmbH, vom Triathlonverband – und von mehreren großen Triathlonveranstaltern in der Region. Und natürlich von Helfern und Teilnehmern – und das von den vielen Volkstriathleten bis hin zu Top-Startern: „Geniales Kuchenbuffet“ (Ute Mückel), „erstklassige Organisation mit beeindruckender Logistik“ (Heike Funk, Deutsche Meisterin 2001), „das war vom feinsten“ (Christine Grammer, österr. Juniorenmeisterin).

170 freiwillige Helfer waren in allen Ecken des Olympiaparks dabei. Unglaubliche 55 Kuchen wurden von den Road Runnern gebacken und stellen zukünftig den Maßstab für Teilnehmerverpflegung in Oberbayern dar. Und orange T-Shirts – mit leuchtenden Augen getragen – werben derzeit überall für die freundlichen und netten Leute, für richtig guten Sport beim MRRC München. Danke an alle, die dazu mitgeholfen haben!

www.mrrc.de - immer aktuell?

Sie ist die meistgeklickte Internetseite für Läufer wie Triathleten in der Region München: die Homepage des MRRC München. Während andere Lauf- und Triathlonvereine seit Jahren stagnierende Mitgliederzahlen haben, hat der MRRC seit dem Start seiner Homepage in 1997 seine Mitgliedszahlen fast verdreifacht. Trotzdem treffen natürlich ab und an Beschwerden ein „Warum wird mein Ergebnis nicht erwähnt?“. Ganz einfach: weil niemand einen Bericht geschrieben hat. Wenige Zeilen reichen oft schon, einfach nach der Veranstaltung per E-Mail an info@mrrc.de Und wer Lust auf mehr hat – für die gibt es ein komfortables Redaktionssystem, völlig ohne Programmierkenntnisse zu bedienen.

MRRC Aquathlon - Vereinsmeisterschaft

Schwimmen und Laufen – dies sind die Disziplinen bei der offiziellen MRRC-Vereinsmeisterschaft im Aquathlon, zu der am Vormittag des 27. August alle Road Runner, die über eine Badehose und ein paar Turnschuhe verfügen, zum malerischen Waldschwaigsee im Münchner Nordwesten eingeladen sind. Die Siegerehrung findet anschließend am Grill statt. Details in der Woche vor dem Wettkampf auf www.mrrc.de/aktuell bzw. per E-Mail bei Stefan.Plate@tiscali.de

Trainingstermine des MRRC

Mo	19:45-21:30	Schwimmtraining* Gesamtschule Freudstraße 15
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
Do	19:00-20:00	Lauftreff – eine Stunde mit 6 min/km Dantestadion Dantestraße / Gern
	20:15-21:45	Schwimmtraining* Schulschwimmbad Geroltstraße (Westend)
So	9:00	Lauftreff (2-3 Std.-Läufe) Thomas-Mann-Allee / Tivolibrücke
Wochenende		Radtraining <i>Ort, Zeitpunkt und Streckenführung nach Absprache im Schwimm-Training</i>

*Achtung: Während der Schulferien kein offizielles Schwimmtraining!

Frühjahrs-Marathon

52 MRRC'ler finishten im Frühjahr 2005 bei einem der großen Marathonläufe. Die schnellsten MRRC'ler über die Königsdistanz der Leichtathletik waren dieses Frühjahr Christine Fiedler (3:05:26) vor Vera Glaser (3:18:20) und Heike Wagner (3:32:35) sowie Jörg Fichtner (2:51:48) vor Rolf Gerlicher (2:53:35) und Jürgen Schubert (2:56:00).

Die Ergebnisse im Detail:

Bad Füssing (13.2.): Velissaridis Christos Peter 3:58:58, **Rom/ITA (13.3.):** Schulz, Steffi 4:52:17; Will, Andreas 3:16:32, **Kandel (13.3.):** Noack, Angelika 3:57:52; Scherer, Rainer 3:53:23, **Freiburg (10.4.):** Kress, Hanni 4:14:47, Fichtner, Jörg (2:51:48), Stoll, Stephan 4:23:08, Kress, Knut 4:29:58, Hagner, Winfried 4:35:52 **Würzburg (17.4.):** Glaser, Vera (3:18:20), **Linz/AUT (17.4.):** Jagemann, Heinz (4:39:39), **London/GBR (17.4.):** Freitag, Joachim (3:20:11), **Salzburg/AUT (24.4.):** Pfitzner, Harald 3:45:23, **Padua/ITA (24.4.):** Fiedler, Christine 3:05:26; Kroll, Petra 3:35:57; Kress, Johanna 3:36:28; Kohlbacher, Isabel 3:38:48; Breidthardt, Gaby 4:01:10; Kleipa, Kristin 4:26:13; Gerlicher, Rolf 2:53:35; Kochanowski, Alfred 2:58:15; Waldhauer, Roland 2:58:18; Konz, Reiner 3:01:56; Schubert, Jürgen 2:56:00; van Leuck, Thomas 3:04:33; Stübinger, Klaus 3:05:27; Brunauer, Hubert 3:22:10; Weigand, Achim 3:24:42; Martin, Lucht 3:31:41; Ulrich, Reiner 3:34:34; Kress, Knut 3:42:31; Johanßen, Olaf 3:54:10; Neumeier, Heinz 3:57:42; Gluckstein, Ernst 3:56:50; Stricker, Herbert 4:02:15; **Hamburg (24.4.):** Wagner, Heike 3:32:35; Bußmann, Martin 3:02:35; Fleischmann, Philip 3:11:37; Uekermann, Frank 3:30:44; Straßgütl, Kurt 3:57:23; **Nürnberg (24.4.):** Behneck, Bärbel 4:12:36; Schmid, Josef 3:30:55; Pizzato Giorgio 4:10:55 **Königstein (8.5.):** Jagemann, Heinz 4:22:23; **Regensburg (8.5.):** Gronmyr, Endre (NOR) 3:28:40; Peter, Dirk 3:26:58; **Mainz (8.5.):** Tennstedt, Thorsten 3:58:41; **Mainz (22.5.):** Lendner, Johann 3:02:32; Forstpointner, Alfons 3:14:18; Kellerer, Stefan 3:34:19; Stix Siegfried 3:49:27, Scherer, Rainer 4:14:30, Dunskus, Adrian 5:15:29 **Immenstadt (5.6.):** Gruenzinger, Walter 3:21:54; **Graubünden/SUI (25.6., 2682 Hm):** Weißgerber, Dirk 4:57:00; **Innsbruck/AUT (25.6.):** Scherer, Rainer 3:49:36;