



Der Road Runner

Oktober 2010



MRRC München e.V. – Hohenlohestr. 67 – 80637 München – Telefon 089/15 78 05 64 – Fax 089/15 88 17 70 – www.mrrc.de – info@mrrc.de

Zum 25. Jubiläum des München Road Runners Club e.V.

Liebe Freunde und Mitglieder,

zum 25. Jubiläum unseres MRRC e.V. erscheint diese Sonderausgabe des Road Runners. Es gibt nicht viele Vereine, die es innerhalb eines Vierteljahrhunderts auf eine Mitgliederzahl von rund 800 bringen, aber Ihr habt es geschafft. Lasst uns deshalb am 23.10.2010 alle zusammen feiern und kräftig auf das Jubiläum anstoßen. Viel Spaß beim Lesen und Feiern!

Alexa Eisner
1. Vorstand



Gegründet wurde der MRRC e.V. am 8. August 1985, weil bei der Durchführung des München Marathons immer ein Leihverein zur Anmeldung beim BLV gebraucht wurde und mit selbigen immer Kompetenz- und Finanzprobleme auftauchten (1860 München, TSV München Ost, Jahn).

Also kamen Veranstalter Ali Schneider, Anschieber Alfred Pohlan und Laufpapst Manfred Steffy mit einer Hand voll Laufinteressierter zusammen und gründeten einen Verein nach New Yorker Vorbild. Die Größe des Marathons sollte ja bald die Dimension New Yorks erreichen. Dass dieser Notverein laufen lernte und mit nunmehr über 800

Mitgliedern seinen Vätern davonlief, konnte damals niemand erahnen.

Rainer Scherer
Ehrenpräsident



Grußworte

Lieber Münchner Road Runner, hiermit übersenden wir Euch zum 25-jährigen Vereinsjubiläum die besten Glückwünsche. Auch Vize-Weltmeister haben ihren sportlichen Erfolgsweg in Vereinen begonnen. Ohne diese können nur die wenigsten Talente entdeckt und gefördert werden. Wir haben uns bei den Starts bei Euren Silvesterläufen immer sehr wohl gefühlt und sind auch gern wieder Euer Gast, wenn es sich terminlich einrichten läßt. Wir wünschen Euch weiterhin viele erfolgreiche Lauf- und Triathlonkilometer. Herzliche Grüße

Rebecca Robisch und Steffen Justus



Lieber MRRC, herzliche Grüße zu Eurem 25-jährigen Vereinsjubiläum. Kaum ein Breitensportverein ist über die Jahre so gewachsen und hat sich seinen familiären Charakter bewahrt wie Ihr. Veranstaltungen

Die Road Runners damals ...



... und heute!



Mehr zur MRRC-Mode im Wandel der Zeit gibt's im nächsten Road Runner zu sehen ...

wie Silvesterlauf und Stadt-Triathlon sind ein Aushängeschild für ganz München. Wir sind stolz, dabei einer Eurer langjährigen Partner zu sein. Bleibt weiterhin so engagiert und aktiv. Wir sehen uns wieder, wenn über Eure nächsten Lauf- und Triathlonjahre die Laufschuhe verschlissen sind. Auf die nächsten erfolgreichen 25 Jahren, mit sportlichen Grüßen, Euer

Klaus Ruscher
Geschäftsführer Sport Ruscher



Liebe MRRClers, „Happy Birthday“!

„Von den Münchner Straßen zu den Ausdauerabenteuern der Welt“, so würde ich meine kleine Ausdauerkarriere in einem Satz kurz beschreiben. Dabei verbinde ich mit den „Münchner Straßen“ besonders Euren Ausdauersportverein MRRC. Der Verein ist nur ein kleines bisschen älter als meine „Ausdauersportlaufbahn“, die auch schon 20jähriges Jubiläum feiert. Ich hab den Verein noch „lila-gelb“ in sehr guter Erinnerung, zumal ich das farbenfrohe Outfit, mit dem süßen lustigen Vogel drauf, sehr gerne getragen habe. Damals habe ich einige schöne kleine Erfolge für den MRRC erlaufen können.

Die Jahre beim MRRC waren meine Anfangsjahre, in denen ich mir meine Laufstärke erlaufen habe (wohl gemerkt auf den „Münchner Straßen“). Heute kann ich bei allen Ausdauerwettbewerben davon profitieren. Diese reichen inzwischen weit über den Triathlon hinaus. Viele meiner Jugendträume, u.a. den Sieg beim München Marathon und ein Platz unter den TOP 50 in



Hawaii und TOP 10 in Roth, habe ich mir bereits erfüllt. Dieses Jahr konnte ich mit dem deutschen Team in Patagonien, beim härtesten Expeditionsrennen der Welt, den 3. Platz, sowie in China beim Wulong Race den 6. Platz belegen.

Wenn mein „Gestell“ nicht so verletzungsanfällig wäre, würden wir uns öfters sehen, denn ich vermisse die schönen Läufe in München sehr. Ich freue mich dennoch immer wieder eure Veranstaltungen zu besuchen, wenn mal alles an mir ganz ist. ;) Nach meiner aktiven Sportlerlaufbahn werde ich sicher als Ausdauertrainerin dem Sport erhalten bleiben, denn Sport ist die „schönste Nebensache der Welt“ – das habe ich inzwischen auch gelernt. ;)

Ganz besondere Grüße an meine großen und kleinen Fans, von denen ich lange nicht wusste, dass es sie wirklich gibt.

Melanie Hohenester



Hallo Road Runner,

nun wirst Du 25 Jahre alt, und ich fast mit Dir. Im Mai 1986 habe ich mich Dir angeschlossen.

Das verdanke ich Alfred Pohlan, unserem Tarzan Gründungsmittglied und 1. Vorstand. Meine ersten Laufschrte übte ich mit Ali Schneider, damals 2. Vorstand und Gründungsmittglied des MRRC. Mit ihm habe ich mich senerzeit um unser Markenzeichen, den Original Road Runner, gekümmert, der uns damals weggenommen werden sollte. Meine größten Erfolge im Laufen verdanke ich unserem ersten Vereinstrainer, Horst Feh, und später unserem Tasso, der schon viele Jahre vorher bei uns war. Zu dem Zeitpunkt konnte ich noch gut laufen.

Meine schönste Erinnerung habe ich an unseren gemeinsamen Vereinsausflug nach Meran zum Marathon. Wir waren ca. 25 Leute, die mit ihren privaten Autos angereist sind. Alle hatten unseren ersten gemeinsamen Trainingsanzug in der Farbe rot an. (Das war übrigens der schönste den wir je hatten.) Wir sind einem Tag vorher eingetroffen und waren auf zwei Hotels verteilt. Es gab damals einen gemeinsamen Frühstückslauf, der sehr schön war, vor allem weil wir im Trainingsanzug und später beim Wettkampf auch im Vereinsoutfit aufgefallen sind.

Stolz bin ich auf Rainer Scherer und seinen Staffelmарathon, der von allen Läufern sehr gut angenommen wurde. (Schade, dass es ihn nicht mehr gibt.) Ein besonderes Highlight war das Becherwaschen nach dem München Marathon, das eigentlich in Alfred Pohlans Swimmingpool stattfinden sollte und in letzter Minute von seiner Gattin verhindert wurde.

Ich wünsche unsrem Road Runner, dass er noch lange lebt, und vielleicht denkt er an Dinge zurück, die schön waren und vielleicht wiederkommen könnten.

Brigitte Stöger

Meine 25 Jahre beim MRRC

Um nicht mehr alleine zu laufen und um beim Marathon zeitlich weiter zu kommen (1985 in München 3 Std. 20 Min), trat ich am 1.12.1985 dem MRRC bei. 1987 machte sich dann das betreute Training bemerkbar, und ich erreichte in Berlin mein Ziel einmal unter 3 Std. zu kommen.

1988 wurde ich zum Kassenprüfer gewählt. Ebenfalls 1988 erfolgten die ersten Reisen zu Marathons in Meran und New York. 1989 rückte ich in einer turbulenten Mitgliederversammlung in den Vorstand als Kassierer auf. Im Jahr 1990 fand eine große Einkleidungsparty, ein Trainings-

wochenende in Buchheim/DDR und eine Fahrt zum Leipzig-Marathon statt. Erstmals war auch eine starke Beteiligung bei Bergläufen gegeben (Kranzberglauf). 1991 wurde ich zum 2. Vorstand gewählt. Höhepunkte waren 6/91 die Reise mit dem ICE zum Hamburg-Marathon, 10/91 die Bahnfahrt mit 30 RoadRunnern zum Eibsee-Cross und 11/91 die Einladung nach Kiew



zum Halbmarathon. 1992 war der erste MRRC-Staffelmарathon ein voller Erfolg. 1992/1993 gab es erste Probleme mit dem Marathonveranstalter und auch innerhalb des MRRC wegen eigener Veranstaltungen.

9/93 erfolgte ein herrlicher Ausflug zum Halbmarathon Gardasee. 1994 wurde ich zum Sportwart gewählt; 4/94 erfolgt ein Ausflug zum Wien Marathon. 11/94 präsentierten sich 44 Road Runner einmal ganz anders beim Kathreintanz. 3/95 und 3/96 organisierte ich ein Lauftrainingslager in Albufeira/Algarve Portugal. 9/95 feierte der MRRC sein 10-jähriges im Hofbräukeller. 1996 geht dann der Veranstalter München-Marathon pleite und hinterlässt einen Scherbenhaufen. 1996 bis 2000 war ich dann noch als Kassenprüfer tätig.

In bleibender Erinnerung ist 1996 der London-Marathon und 1997 eine Woche Berglaufurlaub in Wengen/Schweiz. 1998 reisten wir nach Afrika zum Karthago-Marathon, und ich bestritt meinen ersten Triathlon und landete im Krankenhaus. 2000 war ich das erste und nicht letzte mal in einem der Trainingslager in der Toskana, die von Rudi Sautter bestens organisiert

werden. 2001 fand ein Wochenend Helfer- ausflug in den Bayrischen Wald und 2003 nach Grassau statt. 2005 nahm ich erstmals am Schliersee-Triathlon teil. 2006 waren der Triathlon Klagenfurt und der Helferausflug nach Bad Kohlgrub die Höhepunkte.

Seit 2007 bin ich für die Skilangläufer und Bergläufer zuständig. Seit dato werden mit großen Erfolg Skilanglaufkurse angeboten. Ein Highlight 2007 war die Radtour von München zum Gardasee und zurück. 2008 bestritt ich den Triathlon Saalfelden (2 km Schwimmen, 80 km Rad mit 900 Höhen- metern und einen bergigen Halbmarathon). Das Jahr 2009 war geprägt vom Berg- lauf (Berglauf-Pur EM im Zillertal mit 14 Road Runnern und dem 2. Platz bei der Bayrischen Meisterschaft in der Mannschaft M60).

2010 sind das erste Triathlontrainingsla- ger in Cervia, die Reise nach Zakopane zur Berglauf-Pur EM und der Faakersee- Triathlon noch in guter Erinnerung. Insge- samt gesehen war dies eine sehr schöne Zeit, insbesondere da neue Freundschaften ent- standen sind und auch vieles gemeinsam un- ternommen wurde.

Arno Schott

Nachwuchs Road Runner

Mit Start im November 2007 sollte sich sehr viel für den MRRC ändern. Auf einmal lie- fen uns viele ganz junge Mitglieder in ih- ren schicken roten Shirts über den Weg. Das Kinder- und Jugendtraining startete. Aus den ersten, mit ein paar Flyern angelockten Kindern, ist in einem Jahr ein Stamm von fast sechzig jungen Road Runnern von sechs bis achtzehn Jahren geworden, mehr als ein Drittel der neuen Mitglieder im vergange- nen Jahr gehörte zum Nachwuchs.

Dreimal wöchentlich trainieren die Kids & Teenies: Montags und Dienstags Schwim- men, Freitags gehen die Jüngsten in die

Turnhalle am Dantestadion, während die Älteren – in je einer Gruppe für Buben und Mädels – zum Lauftraining verschwin- den. Ein Team von vierzehn Trainern lei- tet das Training unserer um die 90 Kin- der und Jugendlichen. Zusätzlich veranstal- ten wir Fahrten zu Volksläufen, Schwimm- wettbewerben und Schülertriathlons sowie Spaßwettkämpfe mit benachbarten Verei- nen mit Jugendabteilung. Immer im Vorder- grund steht der Spaß an Sport und Bewe- gung. Die Jugend ist in unserem Verein eine echte Bereicherung. Ein herzliches Willkom- men den Ausdauersportlern der nächsten Jahre.

Darüber, wie sich dank unseres Nachwuchses die Alterspyramide des MRRC immer weiter in Richtung Jugend verschiebt, werden wir im nächsten Road Runner berichten.



Verschiedenes

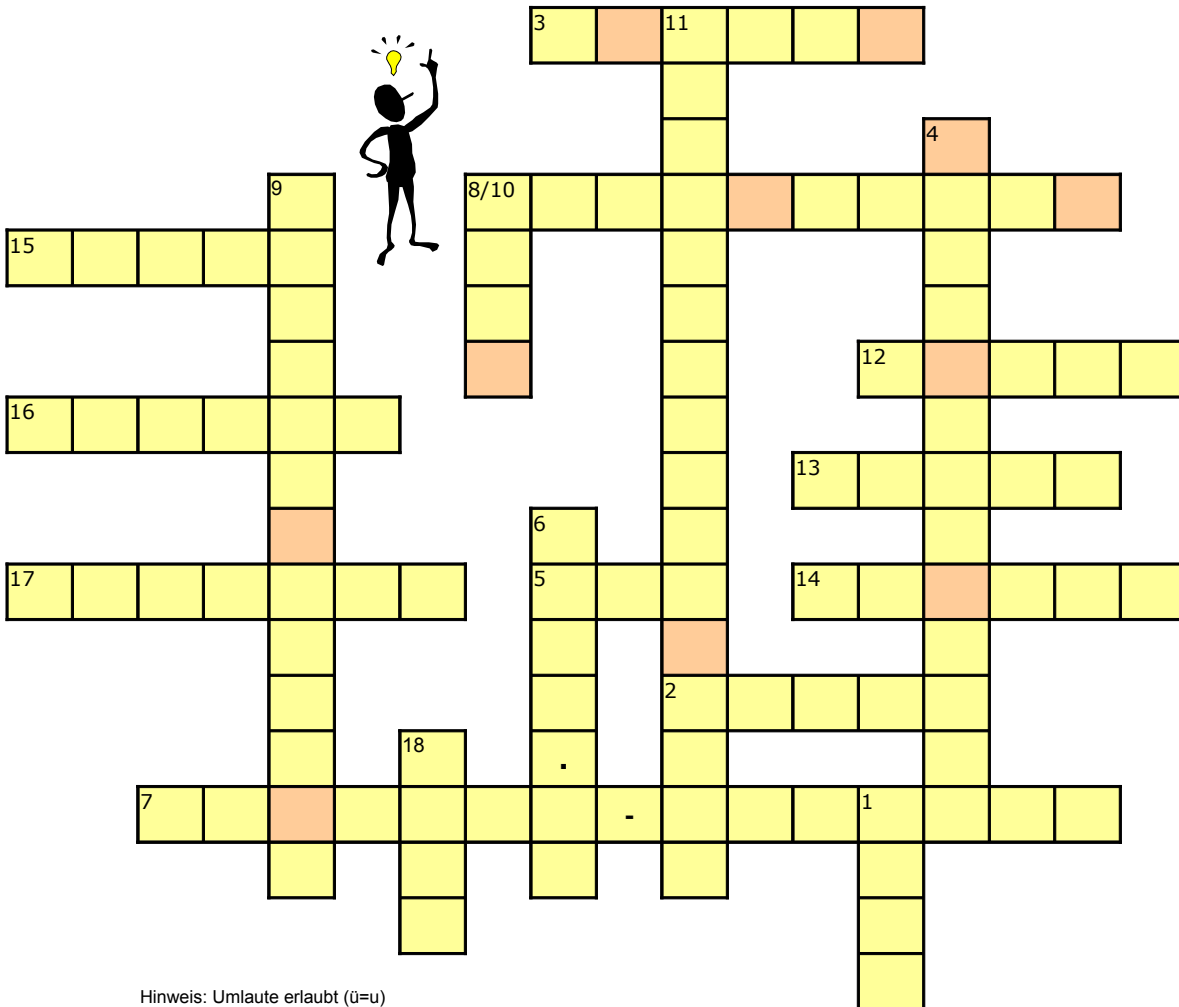
Der Road Runner wird, beginnend mit der vorliegenden Ausgabe, von Kerstin und Martin Lucht produziert. Beiträge, Anregungen, Kommentare und kurze Texte für private Kleinanzeigen könnt Ihr direkt an roadrunner@mrrc.de schicken.

Übrigens, 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 November 2010 (als PDF-Datei) und wird per E-Mail angekündigt. Achtet bitte selbst darauf, dass Euere aktuelle E-Mail-Adresse dem MRRC bekannt ist bzw. mitgeteilt wird.

Der MRRC - wer weiß bescheid?

1. Wieviele Bereiche hat der Verein zu bieten?
2. Vorname des heutigen 1. Vorstandes?
3. Nachname des 1. Vorstandes im Gründungsjahr?
4. Am letzten Tag des Jahres richtet der Verein eine Veranstaltung aus, wie heißt diese?
5. Hauptfarbe der Wettkampfbekleidung der Triathleten?
6. Unsere Homepage/Internetauftritt findet man mit Kurztext unter ...?
7. Berühmter Vor- und Nachname des Mitinitiators zur Gründung des Vereins?
8. Hauptfarbe der Wettkampfbekleidung der Läufer?
9. In welcher Distanz wurde das Triathlon-Damen-Team 2002 Deutscher Meister?
10. In welcher Liga ist das Triathlon-Männer-Team aktiv?
11. Straßensname der Geschäftsstelle des Vereins?
12. Wer unterstützt den Vorstand im Sekretariat?
13. Kennt Ihr unseren Kassierer?
14. Kennt Ihr unseren Schriftführer?
15. Wer ist erster Ansprechpartner für Kinder – und Jugendbereich?
16. Wer leitet das Orga-Team für die Veranstaltung am Jahresende?
17. Eine der beiden Techniken beim Langlauf?
18. Wer steht bei Fragen zum Berglauf mit Rat und Tat zur Seite?



Hinweis: Umlaute erlaubt (ü=u)

Lösungswort:

Zuerst alleine versuchen, im Notfall kann nachgefragt werden unter

Hotline 089/ 157 805 64

oder per E-Mail: info@mrrc.de

könnte aber sein dass ihr die Lösung im Heft findet!



Wir verlosen unter den richtigen Einsendungen einen Startplatz für den den Stadt-Triathlon 2011 und einen attraktiven Buch-Sachpreis!

Lösungen bitte einsenden an roadrunner@mrrc.de

Termine

Wir möchten Euch am **28.10.2010** im Rahmen des Donnerstagstrainings zu einem **MRRC Geburtstagslauf** einladen. Treffpunkt ist um **19:00 am Dantestadion**. Wir freuen uns auf Euer Kommen.

Sportliche Grüße

Der Vorstand

Tag der offenen Tür beim MRRC am 07.11.2010 ab 16 Uhr: Fast schon in alter Tradition öffnet der MRRC die Türen der Geschäftsstelle am 07.11.2010 ab 16 Uhr für die Möglichkeit sich Infos über den MRRC, das Trainingsangebot, die Trainer und so weiter zu holen. Alle neuen Vereinsmitglieder und „die alten Hasen“ sind herzlich eingeladen die Fragen zu stellen, die sie schon lange mal stellen wollten, sich zu informieren, Vorschläge zu machen, Ideen in den MRRC zu tragen und Kritik an den Mann oder die Frau zu bringen.

Im Anschluss daran veranstalten wir am **07.11.2010 ab 18 Uhr einen „Tag des Ehrenamtes“**. Der MRRC lebt vom Engagement seiner Mitglieder. Je mehr Mitglieder sich einbringen, desto mehr können wir verbessern und zügiger verändern. Es gibt ein paar Aufgaben und Verantwortungen, die wir gerne mit Euch teilen würden. Nähere Informationen gibt's demnächst auf unserer Homepage zu lesen. Wir freuen uns auf Euer zahlreiches Erscheinen.

Unsere nächsten Sportveranstaltungen:

31. 12. 2010 27. MRRC Silvesterlauf
15. 05. 2011 9. MRRC Stadt-Triathlon

Weitere Termine werden auf unserer Homepage www.mrrc.de, in der nächsten Ausgabe des RoadRunners oder zu Beginn des Lauftreffs am Dienstag bekanntgegeben.

Unser Vorstand ...

Alexa Eisner, Präsidentin, seit 2003 im Verein und 41 Jahre alt.



Ich bin auf Strecken von 10 km bis Marathon zu Hause.

Meine Hobbys: z.B. Klavier spielen
Eigentlich würde ich gern mal einen Triathlon machen, wenn denn das Wasser mit mir Freundschaft schließen würde.



Benjamin Weiderer (* 05.04.1980),
2. Vorstand.



Nickname: Beni, tymmkaeptn, Bodhi
Ich bin seit 2008 im Verein als Läufer/Triathlet (von 10 km bis Marathon und weiter, Triathlon auf allen Distanzen). Wenn nicht der MRRC stresst und ich arbeitstechnisch als Mathematiker bei der WWK nicht zu sehr eingespannt bin, dann beschäftige ich mich mit Psychologie/Philosophie und sammle bei

außergewöhnlichen Sportveranstaltungen für notleidende Kinder/Jugendliche Spenden (www.wwk-kinderstiftung.de). Ansonsten ist Sport im Allgemeinen meine Leidenschaft (neben Laufen/Triathlon noch Tennis, Beachvolleyball, Tauchen, Klettern, Kiten ...).

Für was ich da bin: jederzeit ein offenes Ohr für jeden, also spricht mich einfach an. Zudem fürs mitgestalten, motivieren und initiieren.

Ziele: zufriedenes und erfülltes Leben, Spaß an der Bewegung und Marathon unter 3h
Motto: Carpe Diem



Martin Reichlmeier, 39 Lenze jung, bekleidet im Vorstand den Posten des Schriftführers.



Protkollle, Anträge, Berichte sind nicht immer spannend, aber leider auch Bestandteil von Vereinsarbeit. Damit mir die ganzen Akten nicht zu viel Staub um die Nase blasen, bin ich begeisterter Outdoor-sportler, bevorzugtes Fachgebiet: Crossbiken und Rennradfahren, bis zur Triathlon-Langdistanz hat es auch schon gereicht. Ansonsten dürft Ihr mich auch gern für praktische Dinge ansprechen, wenn z.B. der Rasen vor der Geschäftstelle zu lang wird, der Wasserhahn tropft oder die Getränke ausgegangen sind.



Peter Schumann, Schatzmeister, seit 1989 im Verein (21 Jahre — Wahnsinn), seit 1993 im Vorstand.

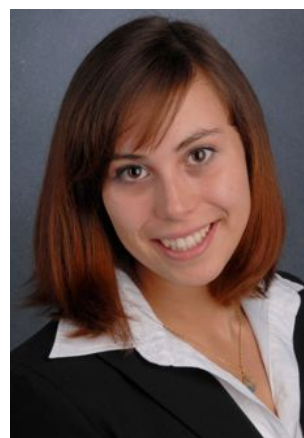


Mit Willi Lauer erstellte ich 1990 den erste Laufzeitschrift "Der Road Runner", mit Karl-Heinz Dunkel (Design) im März 1998 die erste Homepage des MRRCs (die grüne!).



... und unser Sekretariat

Ich heiße **Serah Mikula**, bin 21 Jahre alt, Studentin der Lebensmitteltechnologie in Weihenstephan.



Mache sehr gern Spinning und schwimme auch sehr gern, und wenn ich nur ein kleines bisschen Talent zum Laufen hätte würd mich der Triathlon vielleicht auch reizen aber das hab ich leider nicht.