



## Laufverein beim Ruhstorfer Geländelauf – Jannik Rummler gewinnt in Brandenburg

### Wintertrainingsplan beginnt am 17. Oktober

Ende September richtete die Leichtathletik-Abteilung der Sportvereinigung Ruhstorf ihren 17. Sax'is Shop Geländelauf aus. Da der Lauf gleichzeitig zur Bayern-, Grenzland- und Sparkassen-Laufcup-Wertung zählt, gingen knapp 300 Läuferinnen und Läufer an den Start. Unter ihnen auch fünf Angehörige des Laufvereins Deggendorf.

Die beiden Bambini Jasmin Stadler und Dominik Ruffer mussten eine 300 m–Strecke zurücklegen. Sie taten das sehr ordentlich. Jasmin kam in der Klasse der 6jährigen Mädchen auf den 4. Platz und Dominik eroberte bei den Buben sogar Platz 2. Celina Holzacker absolvierte eine 600 m-Strecke in der Klasse W 8 und landete dabei auf Rang 6.

Darüber hinaus nahmen mit Christian Berger und Paul Bauer auch zwei Senioren des Vereins am Lauf teil. Auf der 7,5 km langen Strecke holte Christian in der M 45 den 20. Platz und Paul in der M 55 Rang 7.

Ein hervorragendes Ergebnis gab es von Jannik Rummler. Das 6jährige Nachwuchstalent des Laufvereins nahm Mitte September in Brandenburg am 25. Nuthetal-Crosslauf des Lauf- & Wandervereins Potsdam/Nuthetal teil. Als Angehöriger der Schüler M 6 musste er die 1 km-Strecke absolvieren. Er gewann sehr souverän mit einer halben Minute Vorsprung vor dem Zweiplatzierten. In der Kategorie gingen 16 Läufer an den Start. Mit seiner Zeit von 4:33 Min. war er von allen 56 gestarteten Schülern (4 – 11jährige) Zweitbester. Nur ein 10jähriger lag noch 2 Sekunden vor ihm.



Ab kommenden Montag, 17. Oktober ist es wieder soweit, der Laufverein stellt sein Training auf Winter um. Montags trifft man sich an der Wache der Bundespolizei um 17.45 Uhr. Die Jugendlichen und Erwachsenen absolvieren von dort ihr Lauftraining und die Schüler trainieren mit ihrem Betreuer Josef

Wurm in der Sporthalle der Bundespolizei. Ein weiteres Lauftraining für alle gibt es donnerstags, mit Treffpunkt um 18.00 Uhr am Donau-Wald-Stadion. Mit dabei an diesem Tag ist auch die Nordic Walking-Gruppe. Sonntags treffen sich die Erwachsenen zu langen Trainingseinheiten um 09.00 Uhr in der Weidenstraße beim Städtischen Bauhof.

Das Schwimmtraining der Triathlon-Abteilung findet jeweils dienstags ab 20.00 Uhr und samstags von 09.00 bis 10.00 Uhr im Ganzjahresbad Elypso statt. Eine Stunde Gymnastik gibt es immer mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Sporthalle der Grundschule St. Martin I in der Berger Straße.

Ein wichtiger Hinweis für die Sportabzeichen-Bewerber, denen noch die Schwimmleistungen fehlen. Am kommenden Dienstag besteht letztmalig die Gelegenheit diese zu erbringen. Treffpunkt ist um 18.00 Uhr am Eingang zum Elypso. Die offizielle Sportabzeichen-Abnahme im Donau-Wald-Stadion wird ab sofort eingestellt. Falls noch einzelne Disziplinen fehlen, ist eine individuelle Abnahme nach Rücksprache mit den Prüfern Josef Wurm (Tel. 0991/22733) oder Walter Körner (Tel. 0991/23469) möglich.

*Text: Walter Körner*

*Foto: Privat*