

## Ergebnisliste 36. " ASSI KICKERS " HERBSTLAUF - 2012

sowie

### 4. Sockenqualmer " Stöckerl - Marsch ,,

**16 tapfere Läuferlein / Walkerlein** trotzten dem inneren Schweinehund und gingen waghalsig am **21.09.12** so gegen **18:01** unter sehr guten Wetterbedingungen an den Start. Alle Hechler hängten sich voll rein. Die pickenden Wachholderdrosseln auf dem Hauptfeld feuerten die Helden an. Die üblichen Zuschauermassen waren leider schon beim Club. Es ging über **5000m** +/- einer Nasenlänge. Die „**Stöckerl - Marsch**“ Athleten haben auf die Stöcke verzichtet. Ohne die Dinger lässt es sich leichter plaudern.

Traditionell gab Ritter „ **Clemens von Quallenstein** „, mit seinem Nebelhorn das Startsignal, ein Genuss! Herr **Helmut Assmann** , Experte für Rückenschmerz und dessen Beseitigung , übernahm routiniert die Zeitmessung . Dank an beide für Ihren Einsatz! Hier die Ergebnisse :

Platz	Name des Hechlers	Zeit	Baujahr	Bemerkungen
1	Haefele , Günter	27 : 52	36	Alter siegt vor Schönheit
2	Kral , Pit	27:52,01	42	ließ Gnade vor Recht walten
3	Schwarz , Kurt	27 : 54	56	war noch etwas müde vom Marathon
4	Schmidt , Rainer	28 : 41	47	entspannt , gekonnt, genussvoll
5	Münster , Heinrich	28 : 47	42	musste erneut Günter ziehen lassen!
6	Kern , Manfred	28 : 54	41	routiniert , interessiert , gut platziert
7	Grenz , Achim	30 : 03	42	stöhnte wie ein Zugpferd vor dem Pflug
8	Raber , Bruno	31 : 37	42	trabte altersgerecht im Pulk
9	Steinbach , Willi	34 : 54	33	wo ein Willi ist , ist auch ein Lauf
10	Gabler , Bruno	36 : 15	34	lief mit sicherem Abstand hinterher

### *Und hier die Ergebnisse der stocklosen Kämpfer vom 4. Sockenqualmer „ Stöckerl - Marsch ,,*

Platz	„nordig walker“	Zeit	Baujahr	Bemerkungen
1	Pastuschka , Heinz	44 :10	36	Zeitgleich mit 2011 - Respekt !
2	Schwarz , Annemarie	45 :00	zeitlos	lässig plaudernd - entspannt
3	Hempel , Melanie	45:00,1	frischig	locker tänzelnd - gelöst
4	Friedrich , Heinz	45 : 01	41	neugierig - zufrieden
5	Buff , Jörg	45:01,1	46	gnädig zu seinem Umfeld
6	Kater , Ingo	57 : 00	39	das war Spitze Ingo !

Bei dieser persönlichen jährlichen Zustandsaufnahme testet sich jeder selbst. Er ist praktisch sein eigener TÜV. Der Test gibt ihm Ansporn für den nächsten Lauf.

Es gilt wie immer , " **nach dem Lauf ist vor dem Lauf** " . Das Training für den folgenden **29.Bergkirchweihlauf** beginnt schon am Montag den 24.09.12 ! Wir starten den Lauf am Freitag den 17.05.13 so gegen 17:61 Uhr. Dies gilt auch für den **5. Sockenqualmer „Stöckerl - Marsch ,,**

**Also macht mit, nur so bleibt Ihr fit !!**

ich habe fertig

Bruno