

Start über 200m von Volker Stein sorgt für Novum beim TuS Deutz! Gabi Müller-Scherzant und Rainer Müller überzeugen ebenfalls in Köln !



□

Am traditionellen Seniorenportfest des TuS Köln RRH in Köln-Höhenberg nahmen auch drei Aktive des TuS Deuz teil. Manuel Wörmann (verletzt) und Vanessa Oster (krank) mussten ihre Teilnahme leider kurzfristig absagen.

Gespannt war man auf den Start von **Volker Stein** (M50) über die 200 Meter Sprintdistanz. Volker sorgte schon oft im Training und Wettkampf für fulminante Endsprints, sodass er auch gerne mal seine Schnelligkeit im Rennen testen wollte. Mit ordentlichen

31,43 Sekunden

machte Volker dann auch keine schlechte Figur. Mit etwas mehr Übung beim Start aus dem Startblock und etwas speziellerem Training wäre eine Zeit von unter 30 Sekunden durchaus möglich. Damit ist Volker jedenfalls Vereinsrekordhalter über 200 Meter.

Am Ende der Veranstaltung nahm Volker dann auch noch erstmals an einem 3000m Lauf teil und zeigte sich im Ziel mit seiner Endzeit von **12:43,70 Minuten** durchaus zufrieden. Mit zwei persönlichen Bestzeiten und einem Vereinsrekord kann man Volker mit gutem Gewissen als „Man of the match“ bezeichnen...

Nach etlichen Verletzungsproblemen in den letzten Wochen und Monaten stand **Gabi Müller-Scherzant**

(W45)

erstmalig wieder in Ihrer Paradedisziplin, der 800m Mittelstrecke, an der Startlinie. Frisch aus dem Urlaub zurückgekehrt, wo aufgrund von Arbeiten an der Laufbahn im Stadion kein Tempotraining möglich war, rechnete sie sich naturgemäß keine Topzeit aus. Aber Gabi überraschte sich und vor allem ihren Trainer und Ehemann Dieter Müller mit einem tollen Rennen und erzielte mit

2:31,88 Minuten

von der Spitze weg eine starke Zeit. In ihrem Windschatten lief die mehrfache deutsche Meisterin und Europameisterin Monika Gippert (W55) mit 2:33,99 Minuten ebenfalls eine gute Zeit. Schade eigentlich, dass Gabi ihren Start bei den deutschen Seniorenmeisterschaften am kommenden Wochenende nach Rücksprache mit ihrem Trainer bereits vor Wochen abgesagt hatte.

So bleibt W65-Läufer **Rainer Müller** der einzige Teilnehmer des TuS Deuz an den deutschen Meisterschaften in Mönchengladbach. Rainer nutzte das 3000m Rennen in Köln als Generalprobe und bot dabei eine vorzügliche Leistung. Als Zielzeit hatte Rainer sehr ambitioniert eine 11:45 angepeilt. Nach etwas zu schnellem Beginn spulte er routiniert seine Runden ab und überquerte die Ziellinie nach starken

11:4

3,67 Minuten

. Damit ist Rainer gut gerüstet für seinen Doppelstart über 5000m und 1500m am Wochenende in Mönchengladbach.