

Zugläufer 2013



Zugläufer geben das Versprechen ab, eine bestimmte Marathonzeit in einem Korridor von ein paar Sekunden zu unterbieten. Durch ihre mehrjährige Erfahrung können sie sich das Rennen perfekt einteilen und helfen vielen Marathonteilnehmern dabei, ihre persönlichen Ziele zu erreichen und magische Zeitgrenzen zu unterbieten.

Neben der Fähigkeit, ein kontrolliertes Tempo einzuhalten, erzählen sie nette Anekdoten und geben Tipps für das Training und zur Wettkampfgestaltung oder sorgen so für Spaß und Ablenkung während des Rennens.

Man erkennt die Zugläufer bereits im Startblock an den riesigen Luftballons, auf denen die Zielzeit steht und die sie meist während des gesamten Rennens bei sich tragen. Somit wird auch den Läufern, welche nicht direkt in der Gruppe laufen mögen, als auch den Zuschauern eine Orientierungsmöglichkeit gegeben.

Beim Bonn-Marathon gibt es seit vielen Jahren jeweils zwei Zugläufer für die Zielzeiten 3:00, 3:30, 4:00 und 4:30. Folgende Läuferinnen und Läufer sind dieses Jahr vorgesehen.

3:00 Rolf Hollain und René Strosny

3:30 Jürgen Mosler und Martin Bächter

4:00 Elke Dörnfeld und Simone Durry

4:30 Angela Strosny und Michael Irrgang



Die 3:00-Stundenläufer Rolf Hollain (links) und René Strosny (rechts) im Ziel des Bonn-Marathons 2011

Rolf Hollain

Bestzeit: 2:29h im Jahr 2002, 25 Marathons, Deutscher Mannschaftsmeister Marathon 2003
Verein: LAZ Puma Troisdorf/Siegburg
Läuft alles zwischen 10km und Marathon, seit 2008 Zugläufer 3h in Bonn.

René Strosny

Marathonläufer seit 1989.
Seither etwa 150 Marathons (Bestzeit 2:43:45), 300 Ultramarathons und diverse Mehrtagesläufe, beispielsweise den Transeuropalauf von Bari zum Nordkap.
Deutscher Meister über 24 Stunden und im Ultratrail, Teilnehmer der Trail-Weltmeisterschaft.



Jürgen Mosler (links) und Michael Irrgang (rechts) bei einem gemeinsamen Wettkampf 2011 in der Schweiz.

Michael Irrgang

Verein: Troisdorfer LG M.U.T.
läuft Marathon seit 1998, ca. 50 Marathon-Wettkämpfe, Bestleistung 2:56 in 2005
bevorzugt Ultra-, Landschafts- und Mehrtagesläufe, seine Spezialdisziplin ist der 24-Stundenlauf, in der er zweimal an der Weltmeisterschaft teilnahm.

Jürgen Mosler

Verein: Troisdorfer LG M.U.T.
Läuft seit 5 Jahren und bevorzugt Marathon- und Landschaftsläufe.



Elke Dörnfeld (links) und Martin Büchter (rechts) laufen oft zusammen.

Elke Dörnfeld

Verein Troisdorfer LG M.U.T.
Marathon seit 2007

Martin Büchter

Verein: Troisdorfer LG M.U.T.
Erster Marathon 1988.

Mögen insbesondere Trail- und Mehrtagesläufe. Gemeinsam liefen sie u.a. die 100 km Biel, 230 km TorTour de Ruhr, 100 km Röntgenlauf, 24 Stundenlauf, Western States (100 Meilen), TransGran Canaria, TransAlpine Run



Angie Strosny

Ultraläuferin seit 2001

etwa 50 Marathons (Bestzeit 3:39:00) und 150 Ultras, u.a. Transe Gaule, Marathon des Sables, 100 Meilen Yukon Arctic Ultra, Badwater.

Außerdem Teilnahme an verschiedenen Langdistanzschwimmen, wie z.B. 10km Rottachsee oder 12h- und 24h-Wettkämpfen.



Simone Durry

hat 1999 mit dem Laufen angefangen, 2004 folgte der erste Marathon. Seither viele nationale und internationale Erfolge auf Strecken bis 100km Länge. Sie findet immer größeren Gefallen an Berg- und Landschaftsläufen.