42. MONSCHAU MARATHON

SONNTAG, 12. AUGUST 2018



Ultralauf 56 km

Staffellauf

Wahl Marathon des Jahres 2017
Top 3 in NRW
Voting m4y

DER KULT-LAUF DURCH DEN NATURPARK EIFEL



Eine Veranstaltung des

TV KONZEN 19 22

www.monschau-marathon.de

präsentiert vom

WochenSpiegel

Lauffreundschaft entstanden

Grußwort der Bürgermeisterin Margareta Ritter

Mehr als vier Jahrzehnte langes Engagement des Veranstalters, des TV Konzen, und aller unterstützenden Vereine aus Konzen. Jahrzehnte lange, höchste sportliche Leistung mit steigenden Teilnehmerzahlen und einer zunehmenden Professionalisierung. Jahrzehnte lang dient der Monschau Marathon Lauffreundschaften in der weiten Welt. Ich wünsche drei erfolgreiche Tage mit schönen Momenten und vielen sportlichen Highlights.

Als Bürgermeisterin der Stadt Monschau begrüße ich Sie als Teilnehmer und Zuschauer zum Monschau-Marathon sehr herzlich und heiße Sie willkommen in Monschau.
Sind Sie als Tourist in Monschau, so hoffe ich, dass Sie einen unvergesslichen Aufenthalt genießen können bei diesem sportlichen Event mit all seinen Möglichkeiten und Facetten und Sie den Eindruck der Schönheiten unserer abwechslungsreichen Landschaft mit nach Hause nehmen.
Die Teilnahme am Monschau Marathon ist spannend und von höchster sportlicher Leistung jedes Einzelnen geprägt. Alle Möglichkeiten, die dieses sportliche Event „Monschau Marathon“ zu bieten hat – sei es der Run, der Walk oder der Staffelmarathon, der Eifel-Panorama-Walk, oder der Mini-Walk - werden wieder begeisterte Teilnehmer finden.
Eingebettet in ein in diesem Jahr besonders attraktives Rahmenprogramm werden diese drei Tage vom 10. bis 12.08.2018 wieder sportlich aktive und interessierte Menschen aus dem



Bürgermeisterin Margareta Ritter dankt für das große Engagement von Organisatoren und Sportlern beim Monschau Marathon.

Monschauer Land und darüber hinaus anziehen.
Über Ihre Anwesenheit freuen wir uns sehr. Sie werden feststellen, dass Sie sich einen der schönsten Landschaftsläufe in Deutschland ausgesucht haben.
Wir laden Sie herzlich ein, die Region auch außerhalb des Sportevents „Monschau Marathon“ zu besuchen. Ob Sie auf dem Eifelsteig oder Wildnistrail wandern oder auf der VennbahnRoute, der ehemaligen Bahnstraße, durch das Hohe Venn bis nach Luxembourg radeln, die Region rund um Monschau ist eine Urlaubsreise wert. Wir freuen uns über viele Gäste in unserer Region.
Deshalb, auch im Namen von Rat und Verwaltung, ein herzlicher Willkommensgruß und viel Erfolg auf der Strecke.

Wir sehen uns beim Start!
Margareta Ritter
Bürgermeisterin von Monschau

Großes Fest des Sports

Grußwort des Organisationsteams

Liebe Sportlerinnen und Sportler,
liebe Freunde des Monschau Marathons,

auf die 42. Auflage des Monschau Marathons möchten wir Sie schon jetzt mit unserer diesjährigen Marathon-Zeitung einstimmen.
Vom 10. bis zum 12. August dreht sich in Monschau-Konzen wieder alles um das Thema Ausdauersport, verbunden mit wundervollen Naturerlebnissen und familiärer Geselligkeit rund um den Dorfplatz und in den umliegenden Orten.
Kondition und Ausdauer sind nicht nur von den Sportlern beim Marathon und den Angeboten freitags (Fun-Run) und samstags (Mountainbike-Tour, Mini-Marathon, Eifel-Panorama-Walk) gefordert, auch die Feierwütigen beim großen open-Air-Livekonzert zum Start des Marathon-Wochenendes am Freitag werden sicher wieder bis in die frühen Morgenstunden durchhalten.

Mit von der Partie wird auch die siebte Auflage des Ultra-Marathons über 56 km sein. Seit 2012 bieten wir die zusätzliche Runde über den Steling am Rande des Hohen Venns für all diejenigen an, die dem Monschau Marathon im Höhenprofil das ausdauersportliche Sahnehäubchen aufsetzen möchten.
Außerdem werden die vielen hundert freiwilligen Helfer wieder großen Einsatz zeigen, damit sich alle Sportler, Ihre Begleiter und die treuen Zuschauer bei uns wohlfühlen können.
Stellvertretend für das Orga-Team möchte ich die Gelegenheit wahrnehmen, um den vielen Freiwilligen in Konzen und den Orten entlang der Marathonstrecke für die tolle Arbeit, die Sie in den letzten Jahren und Jahrzehnten geleistet haben, von Herzen zu danken.
Ihr Gemeinschaftssinn und Ihr großes Engagement machen den Monschau Marathon erst möglich und ich hoffe, dass wir auf dieser Basis noch viele Marathonläufe in Konzen organisieren können.

Sie, liebe Sportlerinnen und Sportler, erwartet ein professionell organisierter Marathon, bei dem Ehrenamtlichkeit ein Qualitätsmerkmal ist. Einmal mehr wurde der Monschau Marathon bei der Wahl zum Marathon des Jahres im Portal marathon4you von den Läuferinnen und Läufern unter die Top3 in NRW und auf den 11. Platz deutschlandweit gewählt.
Hier entsteht aus ehrenamtlicher Arbeit in Verbindung mit der Erfahrung aus über 40 Monschau Marathons eine wunderbar familiäre Atmosphäre, aber auch eine seriöse Sportveranstaltung, bei der fast keine Wünsche offen bleiben.
Landschaft, Organisation und die tolle Unterstützung entlang der Strecke sorgen dafür, dass für die meisten Starter ihr erster Monschau Marathon nicht der letzte gewesen sein wird.

Freuen Sie sich wieder auf ein Fest des Sports und der Geselligkeit für Aktive, Zuschauer und Helfer.

Sportliche Grüße aus Monschau
Oliver Krings
für das Orga-Team



Herzlich Willkommen - Welcome - Bienvenue

Herzlich willkommen, liebe Läuferinnen und Läufer zum Naturerlebnis „MONSCHAU MARATHON“

Alle Jahre wieder ist das zweite August-Wochenende in Kreisen der Langstreckenläufer im Eventkalender dick markiert. Dann heißt es auf nach Monschau zu einem der populärsten und schönsten Landschaftsläufe Deutschlands.
Der Monschau Marathon wie auch der 56 km Ultralauf sind ein besonderes Meisterstück. Mit über 750 bzw. 950 Höhenmetern anspruchsvoll, daneben aber auch ein Erlebnis für Körper und Geist. Einmalige Landschaften, die historische Altstadt, malerische Bachtäler und die herzliche Unterstützung an der Strecke sorgen dafür, dass für die meisten Starter ihr erster Monschau (Ultra) Marathon nicht der letzte gewesen sein wird.
In Monschau erwarten Sie eine

- gute, erfahrene Rundumbetreuung
- die bisher bestbenotete Marathonveranstaltung Deutschlands
- ein fachkundiges Publikum
- sehr gutes Preis-/Leistungsverhältnis

Seien Sie dabei! Als Läufer, Begleiter oder Zuschauer und erleben Sie die zauberhafte Eifel-Landschaft in und um Monschau hautnah.

Welcome to Monschau Marathon, dear marathon runners, an unforgettable experience of pure nature is waiting for you: „MONSCHAU MARATHON“.

On Sunday, 12 August, one of the oldest and likewise most beautiful landscape courses in Germany starts for the 42st time.
Monschau Marathon as well as the 56km ultra-course are real masterpieces. With more than 750 respectively 950 metres of elevation, they are demanding, but above all an experience for mind and body.
Magnificent scenery, the historical, old part of Monschau, picturesque valleys of crystal-clear streams and, last but not least, the warm support along the track make sure for most of the participants that their first Monschau Marathon will not be their last one.
In Monschau you will find

- experienced and professional care and support
- the top-ranked marathon competition in Germany so far
- well-informed and proficient crowds of people along the course
- a very reasonable cost-effectiveness

Be part of it! Closely experience the amazing scenery of the Eifel in and around the city of Monschau – as a runner or in the crowds.

Bienvenue, chers coureurs pour l´aventure naturelle du „MONSCHAU MARATHON“

Le dimanche, 12 août, prend départ - en 42ième édition - une des plus vieille et probablement plus belle course naturelle d´Allemagne.
Le „Monschau-Marathon“ est un chef-d’œuvre, très sophistiqué avec ses 750 m d´altitude à grimper, mais aussi une expérience pour corps et esprit. Les lève-tôt du 56 km ultra-running peuvent, avec un peu de chance, admirer le lever du soleil magnifique dans la réserve naturelle des „Hautes Fagnes“. Des paysages uniques, la vieille ville historique, les vallées pittoresques et le support chaleureux le long du parcours font en sorte, que pour la plupart des participants le premier (ultra)marathon ne reste pas leur dernier départ.
À Monschau vous attendent :

- un bon support complet et expérimenté
- l´évènement marathon d´Allemagne le mieux évaluer jusqu´à ce jour
- un public expert
- ainsi qu´une très bonne relation prix/performance

Faites partie du spectacle! En tant que spectateur ou coureur Vous vivrez le merveilleux paysage „Eifel“ à et autour de Monschau de tout près.

Einserabi, Zweierkajak, Dreierkette.

Gemeinschaft heißt, überall füreinander da zu sein. Deshalb fördern wir Bildung, Freizeitangebote und Vereinssport in der Region.

Gemeinsam #AllemGewachsen

TEAM Top Partner

Sparkasse Aachen

Zwei Münchener in der Eifel

Andreas Bettingen und Judith Strack berichten für „Marathon4you“ von ihren Erlebnissen

Für uns Münchner ist die Eifel recht weit entfernt. Aber der Weg nach Konzen lohnt sich. Der Dorfplatz samt Grundschule und Festzelt bietet den idealen Standort für die über 1.100 Läufer. Der Start liegt 300 Meter weiter bei der Dorfkirche. Los geht es für uns Marathonis um 8 Uhr. Viele Zuschauer schicken uns auf die Strecke.



Judith Strack und Andreas Bettingen sind läuferisch in ganz Europa unterwegs. Von ihren Erlebnissen beim Monschau Marathon berichten sie nicht nur auf der Läuferplattform „Marathon4You“, sondern auch hier im Magazin. *Foto: Marathon4You*

Gleich geht es auf einem Waldweg mit vielen Wurzeln und Matsch nach unten. Gut, dass man hier sowieso nicht laufen kann, sondern sich einreihen muss. Am Sportplatz sind wir dann schon wieder auf der Straße, und zwar nicht irgendeiner, sondern der „Laufenstraße“. Weiter hinein ins historische Monschau. Erhalten geblieben aus einer Zeit, da Monschau eine bedeutende Textilstadt war, ist das berühmte Rote Haus aus dem Jahre 1760. Aber auch die vielen anderen Fachwerkhäuser sind sehenswert.

Über die wilde Rur geht es hinweg. Hier soll es zehnmal mehr regnen als im deutschen Durchschnitt. Wir überqueren wieder den Fluss, diesmal über eine Holzbrücke mit drei hohen Stufen, und dürfen erstmalig ein kurzes, steiles Stück nach oben. Bei Kilometer 10 erreichen wir in Widdau die erste Staffelwechselstelle samt entsprechender Stimmung. Die ersten Ultras, die bereits 24 Kilometer in den Beinen haben, werden eingeholt. Wir sind im Staatsforst Monschau an der Ostseite unserer großen Runde.

Zwischen Kilometer 12 und 14 erwartet uns mit der mächtigen Steigung Holderbachtal eine große Herausforderung. Steil und beständig gehen wir auf dem Forstweg nach oben, ganz wie es die Streckenbeschreibung vorhergesagt hat. Eine Zeit unter vier Stunden schreibe ich jetzt ab. Ein vielstimmiges „Hallo“ und „Glückwunsch“ schmettern uns die Jungs am „Gipfel“ samt VP bei Kilometer 14 entgegen.

Mahlzeit

Wir erreichen bei Kilometer 18 eine Hochebene mit schönen und weiten Ausblicken über Felder und Wälder. Staffelwechsel zwei bei der Halbdistanz am Brather Hof.

„Mahlzeit“ wird am Verpflegungstisch gewünscht. Die Verpflegungspunkte sind zahlreich und gut. „Eisfall“ warnt uns ein Schild – es geht direkt am zugehörigen Windrad vorbei.

Wunderschön ist der Wald im Naturschutzgebiet Perlenbachtal / Fuhrtsbachtal. Die Sonne kommt heraus und auf einmal ist der leichte Anstieg kein Problem mehr. Hier links muss neben dem Weg die Grenze zu Belgien liegen. Wieder Steigung, dann eine hügelige Wiese, bekannt für die wilden Narzissen. Die blühen leuchtend gelb, leider jedoch viel früher im Jahr.

Was folgt ist ein längerer Abschnitt durch die Zivilisation. Viele Hausbewohner genießen die Sonne an der Laufstrecke vor ihren großen Anwesen und bieten vielfältige Zusatzverpflegung an. Wir sind in Kalterherberg, dass bei den Marathonis einen sagenhaften Ruf genießt. Nach der nächsten Ecke der Blick auf eine zweitürmige Kirche, den sogenannten Eifeldom. Die Musikkapelle ist nicht zu bremsen.

Tolle Natur

Kurz danach kommen wir wieder an die Rur. Ich freue mich über die vielen bunten Blumen am Wegrand, Judith ist auf und davon. Sie wird später behaupten, dass die zweite Hälfte viel einfacher war. Sie hat Recht, trotzdem muss ich mich anstrengen.

Kilometer 33,5 mit der achteckigen Nobertuskapelle. Keine Zeit, sie mir näher anzuschauen. Leider. Trotz Schwäche überhole ich einige Läufer. Stopp. Rechts ein Tümpel. Dahinter sieht man den Turm von Reichenstein, ein ehemaliges Kloster aus dem 12. Jahrhundert. Unter dem Viadukt der ehemaligen Venn-Bahn durch. Sie verband einst Aachen mit dem Norden Luxemburgs.

Es folgt die letzte längere Steigung. Es geht vom Leyloch hinauf zum Ortsrand von Mützenich. Der Blick öffnet sich über eine wunderschöne Hügellandschaft im Sonnenschein. Vor vielen Häusern die typischen, riesigen Hecken, die Schutz vor Wind und Wetter bieten. Der geteerte Weg wandert durch die Hügel. Der nächste große VP kommt wie gerufen. Die „Notversorgung“ bei Kilometer 39 mit Honig in Mützenich ist legendär und gehört zum Monschau Marathon wie der Mountain Piper zum Jungfrau Marathon. Wieder eine Möglichkeit, kurz zu verschnaufen.

Bei Kilometer 41 queren wir die ehemalige Eisenbahnstrecke. Radler feuern uns an. Wenige Meter laufen wir auf belgischem Staatsgebiet, dann ein kurzes Stück ins Tal hinab.

Rochusmühle, Troisdorfer Weiher. Unvermittelt ein steiles Stück auf sehr matschigem Untergrund nach oben. Ein Schritt vor, zwei Schritte zurück oder andersherum. Zweihundert Meter, dann wieder Teerweg. Der Kirchturm in Konzen ist zum Greifen nahe. Noch 600 Meter.

Ich höre Schritte hinter mir. Mein Kampfgeist erwacht. Unter dem Jubel unzähliger Zuschauer geht es dahin. Noch 150 Meter. Zielsprint, dann ist ein schöner Marathon zu Ende.

Großes Hallo bei der Party und Siegerehrung auf dem Dorfplatz in schönster Sommerstimmung. Zu sehr günstigen Preisen kann man essen, trinken und viel fachsimpeln. Ein Läufer bekommt eine Torte zum 150. Marathon. Ein anderer erzählt, dass er kurz vor seinem zweihundertsten steht. Aber viele sind hier auch ihren ersten Marathon gelaufen.

www.marathon4you.de



LAUFBERICHTE+BILDER

MARATHON 4YOU.DE

Trainingsläufe auf der Originalstrecke

Zwei Angebote zur Vorbereitung auf den Monschau Marathon am 22. und 29. Juli



Mittlerweile sind sie zu einem echten Hit geworden, die „Long-Jogs“ auf der MoMa Strecke. Zur Einstimmung auf den Monschau-Marathon treffen sich alljährlich zahlreiche Läufer aus der Region, NRW, sowie aus unseren Nachbarländern Belgien und den Niederlanden zur sogenannten Streckenerkundung.

Ambitionierte und Hobbyläufer können in verschiedenen Gruppen je nach Fitnessstand ihr langsames Wohlfühltempo selbst bestimmen. Neben dem positiven Trainingseffekt läuft man mit Gleichgesinnten in fröhlicher Atmosphäre und es bleibt viel „Luft“ die einzigartige Landschaft des Naturparks Nordeifel zu genießen.

Sonntag, 22. Juli 2018

9:00 Uhr ab Parkplatz Grünental bis Ziel Konzen Dorfplatz; Einstieg bei Marathonkilometer 11; Streckenlänge: ca. 32 km; Verpflegung: Getränke, Riegel usw. an der Brath, Halbmarathonmarke (nach ca. 10 km), Parkplatz Leyloch (nach ca. 24 km) und im Ziel auf dem Dorfplatz in Konzen. Anfahrt: Treffpunkt 8:40 Uhr Konzen Dorfplatz (Konrad-Adenauer-Str.) Fahrgemeinschaft oder direkt zum Startpunkt von Aachen kommend ausgangs Imgenbroich links in Richtung Hammer, Widdau/Rurtal. Vor der Rurüberquerung liegt links der Parkplatz Grünental; Navi: 52156 Monschau-Widdau,

Sonntag, 29. Juli 2018

8:30 Uhr ab Startlinie Monschau Marathon in Konzen bis Parkplatz Norbertuskapelle; Streckenlänge: ca. 33 km; Verpflegung: Getränke, Riegel usw. Widdau (nach ca. 10 km), Gut Heistert (nach ca. 26 km), Norbertuskapelle (nach ca. 33 km); Navi zum Start: 52156 Monschau, Konrad-Adenauer-Straße. Rücktransport nach Konzen in begrenztem Umfang möglich.
Teilnehmer melden sich bitte per E-Mail an Laufteam.konzen@yahoo.de oder unter Tel. 02472/4551 an. Eine spontane Teilnahme ist ebenfalls möglich. Aktuelle Infos gibt es im Internet:
www.monschau-marathon.de





MECHANIK WERGEN GmbH

- Fertigung und Bearbeitung von Stahl-, NE- und Kunststoffteilen
- Herstellung und Montage kompletter Baugruppen

Karin Wergen
Geschäftsführerin

Mechanik Wergen GmbH
Hans-Georg-Weiss-Str. 15
52156 Monschau-Imgenbroich
Telefon (0 24 72) 57 80
Telefax (0 24 72) 57 84
www.mechanik-wergen.de
E-Mail: Mechanik.Wergen@t-online.de

KEILER-STORE
Fachhandel für Arbeitsschutz und Berufsbekleidung
FÜR ALLE BERUFE, OUTDOOR UND FREIZEIT
Besuchen Sie uns auch auf Facebook!
DIE PERFEKTE AUSRÜSTUNG
für den täglichen
ARBEITS-MARATHON
Am Handwerkerzentrum 10 A
52156 Monschau Imgenbroich
Telefon 02472 9179975
www.keiler.store
Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 09:00-12:30 Uhr + 14:00-18:00 Uhr
Samstag 09:30-12:30 Uhr

Drei Tage Programm

Bewährte Vielfalt beim 42. Marathon

Freitag, 10. August 2018
18.30 Uhr Fun Run/warm up über 5 km mit vielen Kennern der MoMa-Strecke (Sportpark Konzen)
20.00 Uhr Rockband John Diva & The Rockets Of Love

Samstag, 11. August 2018
13.30 Uhr Start 1. Walking-Day Monschau mit Kursen für alle Leistungsklassen
Ab 14.00 Uhr Sportartikelpräsentation, MoMa Infostand und Cafeteria auf dem Dorfplatz
14.30 Uhr Start Mountainbike-Tour über die Originalstrecke des Monschau-Marathon
14.35 Uhr Start Eifel-Panorama-Walk/ NRW Walking Tour 2018 über 12,7 km
15.00 Uhr Start Barmer Mini-Marathon; Warm up-Lauf mit Freistart für gemeldete Marathon-und Ultraläufer; Start Eifel-Panorama-Walk über 4,2 km
16.00 - 19.00 Uhr Ausgabe der Startunterlagen und Nachmeldungen; große Nudelparty im Festzelt

Sonntag, 12. August 2018
Ab 4.45 Uhr Ausgabe der Startunterlagen und Nachmeldungen
6.00 Uhr Start (Nordic-)Walk (bis 7 Uhr)
6.05 Uhr Start 7. Monschau-Ultra-Marathon 56 km
8.00 Uhr Start 42. Monschau Marathon für Einzelstarter und Staffeln
ab 10.00 Uhr Große Marathonfete auf dem Dorfplatz
ab 12.30 Uhr Siegerehrungen



Durchlaufzeiten der Besten und Staffelwechsel

Ultralauf	Marathon	Standort
07.15 Uhr	08.10 Uhr	Monschau Altstadt
07.45 Uhr	08.40 Uhr	Widdau, km 10 (Staffel-Wechsel)
08.15 Uhr	09.10 Uhr	Rohren, unterhalb Sportplatz
08.25 Uhr	09.20 Uhr	Brather Hof - B258, km 21 (Staffel-Wechsel)
08.55 Uhr	09.50 Uhr	Kalterherberg, km 30 (Staffel-Wechsel)
09.10 Uhr	10.05 Uhr	Norbertuskapelle, km 33,5
09.25 Uhr	10.20 Uhr	Mützenich-Süd, km 39
09.35 Uhr	10.40 Uhr	Zieleinlauf Konzen

Die Versorgungsstände

Als Veranstalter des Monschau-Marathons legt der TV Konzen großen Wert auf ein richtiges Angebot an Getränken und Verpflegung. Denn die Marathon-Strecke ist zwar landschaftlich wunderschön, allerdings für den Körper schon eine Strapaze. Und daher gibt es zahlreiche Verpflegungsstände entlang der Strecke, die von erfahrenen Leuten betreut werden.

Verpflegung Marathon, Marathon Walk, Staffel:
Offizielle Stände: Km 3.5 nur Wasser. Km 7, 14, 17.5, 21, 26.5, 33.5, 36 und 39 - jeweils Ultra Buffer, Tee, Wasser, Obst.
Inoffizielle Stände: Km 10 und 28 (Peter Borsdorff`s Treff).

Verpflegung Ultra Marathon 56 km:
Offizielle Stände: Km 4, 6.5, 9.7, 13.5 Wasser, Ultra Buffer; Km 17,5 Wasser. Km 21, 28, 31.5, 35, 40.5, 47.5, 50 und 53 jeweils Ultra Buffer, Tee, Wasser, Obst.
Inoffizielle Stände: km 24 (Wasser) und km 42 (Peter Borsdorff`s Treff).

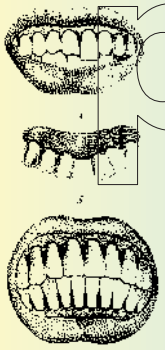
Zielverpflegung:
Ultra Refresher, Tee, Wasser, Obst.



actimonda krankenkasse | Hüttenstraße 1 | 52068 Aachen | www.actimonda.de

actimonda krankenkasse

zahntechnik-graf.de



past am zahn der zeit now



Zahntechnik Jochen Graf | Triererstr. 221–225 | 52156 Monschau | 02472-4313

Der Weg zu mehr Fitness und Gesundheit

Trierer Straße 89 in Monschau-Konzen | www.medictrain-gmbh.de

Frank van Zantvoort
Physiotherapeut

- Osteopathie
- Manuelle Therapie
- Massage - Heissluft
- Fangopackungen
- Gruppentherapie
- Bobath
- Manuelle Lymphdrainage
- Triggerpunkt-Therapie

Behandlungstermine nach Vereinbarung
Telefon 0 24 72-91 29 60

medictrain
Medizinisches Trainingszentrum
van Zantvoort

- Beweglichkeitsübungen
- Funktionelles und geräte-unterstützendes Krafttraining
- Medizinische Trainingstherapie
- Kraftumsetzung in Alltagssituationen
- Krankengymnastik an Geräten
- gerätegestützte Kraftmessung

Mo.-Fr. 8 bis 12 Uhr und 14 bis 21.30 Uhr,
Sa. 09 bis 13 Uhr

unsere Kurse und Trainingsmöglichkeiten

Montags	Pilates, Gesunder Rücken, Indoor Cycling
Dienstags	Rheuma- und Bechterew-Gruppe
Mittwochs	Indoor Cycling
Donnerstags	BOP
Freitags	Rückenschule und Rücken-Zirkeltraining
Di. + Do.	Rehasport als Kassenleistung

telefonische Anmeldung
unter Tel. 0 24 72-91 29 60

Walkende Marathonis

Frühstarter bereits ab 6 Uhr auf der Strecke



Für weniger geübte Marathonis, Naturliebhaber und Genießer wird der Monschau-Marathon als (Nordic-)Walk angeboten. Starten kann man zwischen 6 und 7 Uhr. Der Zielschluss ist um 14.30 Uhr, sodass man lockeren Schrittes achteinhalb Stunden Zeit hat, das Marathonziel in Konzen zu erreichen.

Erlaubt sind Walken, Wandern, Marschieren oder auch als weniger trainierte Marathoni, Laufen. Es gelten also bei diesem Wettbewerb nicht die Regeln des Walkens. Dadurch bedingt werden sehr unterschiedliche Zielzeiten erreicht, die der Veranstalter und die Teilnehmer aber in Kauf nehmen. Ein möglichst frühzeitiger Start wird empfohlen. So kann man nach „getaner Arbeit" im Kreise vieler Gleichgesinnter während der großen Marathon Party auf dem Dorfplatz mitfeiern oder einfach nur relaxen.
Alle vorangemeldeten Marathon-(Nordic)-Walker erhalten ein Funktionsshirt, Medaille und Urkunde. *Foto: Sportograf*

Der Lauf für Jedermann

Barmer Mini-Marathon und Warm Up

Neben dem Eifel-Panorama-Walk und der Mountainbike-Tour ist der Mini- Marathon ein weiteres Highlight im samstags Programm.

Der abwechslungsreiche Naturkurs ist bestens geeignet für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ihre läuferische Fitness zu testen. Ob ambitioniert, just for fun oder als Warm- up für die Läufe am Sonntag. Jeder kann mitlaufen.
Gemeldete Marathon- und Ultraläufer können den BARMER Mini-Marathon mit Startnummer ohne Startgebühr zum lockeren „Einlaufen" für die großen Läufe am nächsten Tag nutzen.
Ehrenpreise gibt es für die Erstplatzierten der Schüler - und Jugendklassen sowie Urkunden für alle Teilnehmer. Erwachsene werden nach DLV Klasseneinteilung ohne Preisvergabe gewertet. Der Kurs umfasst mit 4,195 Kilometer exakt ein Zehntel der Marathondistanz.
Anmeldung unter **www.monschau-marathon.de** oder am Veranstaltungstag ab 13.30 Uhr.
Foto: Thomas Rubel



Historische Senfmühle Monschau



Im wunderschönen Monschau finden Sie unser Familienunternehmen, die Historische Senfmühle Monschau anno 1882 und unser Restaurant Schnabuleum, in dem alle Speisen mit unserem Senf verfeinert werden sowie unseren Weinkeller mit über 400 Weinen aus aller Welt.

Senf ist eines der ältesten Gewürze der kulinarischen Welt. Er dient außer zur Speisenverfeinerung auch der Bekömmlichkeit. Senfsorten verschiedenster Geschmacksrichtungen, z.B. fruchtig wie Johannisbeere und Feige, scharf wie Chili oder süß wie Honig-Mohn sowie der leicht-scharfe Ingwer-Ananas-Senf werden heute neben dem Klassiker, dem Ur-Senf, angeboten.

Im angeschlossenen Senflädchen können Sie unter den derzeit 22 verschiedenen Senfsorten ihren Lieblingssenf probieren. Als besondere Highlights gibt es die wunderschöne Nostalgiedose für Senfpralinen und das hochwertige Senfschatzkistchen aus Holz.

Laufenstraße 118 · 52156 Monschau
Tel. +49 (0) 24 72/ 22 45 · Fax +49 (0) 24 72/ 59 99
info@senfmuehle.de · www.senfmuehle.de

Rockkonzert zum Auftakt

John Diva & The Rockets Of Love in Konzen

Spektakel, Stars & Stripes, lange Mähnen, sexy Cheerleader und die größten und besten Rockhits aller Zeiten - authentischer und glamouröser haben die 1980er lange nicht mehr gerockt - Stadionrock at it's best! All das ist am Freitag, 10. August, ab 20 Uhr auf dem Konzener Dorfplatz zu erleben.

Egal wo das charismatische Quintett auftaucht - schon vor dem ersten Ton sorgt alleine die Optik für jede Menge Aufruhr. Eins ist klar: Seit der Ära der großen Rockbands der 1980er hat es keine energetischere und ambitioniertere Formation gegeben als „John Diva & The Rockets Of Love". In einer mitreißenden Performance bringt John Diva die großen Hits der weltweit angesagtesten Rockbands auf die Bühne: Here I go again, Rock you like a Hurricande, Living on a Prayer, Why can´t this be bove, Paradise City oder Poison - übrigens alles Songs, an denen Diva maßgeblich als Songwriter beteiligt ist!
Mehr zum Ticketverkauf erfahren Sie auf
www.monschau-marathon.de



Paket für wenig Geld

Leistungsspektrum kann sich sehen lassen

Der Monschau-Marathon bietet seinen Teilnehmern einen umfangreichen Service.

Das sehr gute Preis-Leistungsverhältnis wird von den Teilnehmern immer wieder gelobt. Jeder Marathon/ Ultraläufer sowie Marathonwalker kommt in den Genuss folgender Leistungen:
- Warm Up und fun run mit Kennern der Strecke (Freitag 18:30 Uhr ab Konzen Sportpark)
- kostenfreie Teilnahme am Mini Marathon für gemeldete Ultra und Marathonläufer
- Pacemaker für verschiedene Zeitziele
- Finisher-Medaille und Funktionsshirt (garantiert bei Voranmeldung)
- Personifizierte Startnummer (bei online Anmeldung bis zum 31.07.2018)
- Zwölf (Ultra 15) offizielle Verpflegungsstationen
- Umfangreiche Zielverpflegung
- Massagedienst im Ziel
- Duschen, Umkleiden direkt in Zielnähe
- Kostenloses Parken
- Urkunden vor Ort oder via Internet
- Große „After Run Party“ zu familiären Preisen

Bis auf Medaille und Shirt gelten die Punkte auch für die Teilnehmer am Staffellauf.

Wunschzeit gefällig?

Auch beim 42. Monschau - Marathon sind die Pacemaker wieder auf der Strecke. Sie dienen als Orientierung für Läufer mit Zielzeiten von 3:30 h, 3:45 h, 3:59 h und 4:14 h. Ausgestattet mit Luftballons und gut sichtbaren T-Shirts gehen die erfahrenen Kenner der Strecke ein dem Höhenprofil angepasstes Tempo an. Will heißen: Bergauf etwas Tempo raus, bergab die Bremse wieder lösen. Also wer die 42,195 Kilometer durch den herrlichen Naturpark Nordeifel nicht nur genießen, sondern auch eine Wunschzeit erreichen möchte, der ist bei den Zug- und Bremsläufern des TV Konzen gut aufgehoben.



Wer sich an die Läufer mit Tafel und Luftballon ranhängt, der hat gute Chancen zur gewünschten Zeit im Ziel zu sein.

Impressum

Herausgeber:
TV Konzen
Auflage:
34.000 Exemplare
Verlag:
Weiss-Verlag GmbH & Co. KG
Geschäftsführerin:
Martina Schmitz
Verlags- und Redaktionsleiter:
Alexander Lenders
Verkaufsleiter:
Thomas Pelzer
Redaktion:
Thomas Förster, Helmut Hoff
Fotos:
Redaktion, TV Konzen, Norbert Wilhelmi, Privatfotos
Anzeigen:
Tim Jansen, Astrid Karrasch, Uwe Voßen
Disposition:
Monika Huppertz
Satz und Druck:
Weiss-Druck GmbH & Co. KG





AUTOHAUS gentges & kather GMBH

- EU-Neuwagen, Tageszulassungen
- Gebrauchtwagen (An- und Verkauf)
- Vermittlung von Kfz-Finanzierungen
- Inspektionen/Reparaturen an allen Fahrzeugtypen
- Unfallinstandsetzung
- HU- u. Abgasuntersuchung
- Reifendienst
- Motorradreparaturen (alle Marken)

Simmerath, In den Bremen 20
gentges.kather@t-online.de
(0 24 73) 77 48



Karosserie- und Lackzentrum Düsseldorf
- Spießhecker Lacke
- Unfallreparatur mit Originalteilen aller Hersteller
- Mietwagen und Unfallersatz
- Qualitätsreparatur sichert Fahrzeugwert für alle Marken
- Eigene Lackiererei

- Reparatur aller Marken
- Inspektionen nach Herstellervorschrift inkl. Mobilitätsgarantie
- Glas-Service
- Klima-Service
- HU und AU im Haus
- Unfallinstandsetzung
- Lackierungen
- Achsvermessung
- Reifenservice
- Original-Ersatzteile und Zubehör aller Marken
- Prüfstraße für Bremse, Achse,



- Individuelle EU-Fahrzeugbestellung (EU-Vermittler)
- Polo-Fabia-Ibiza-Golf-Leon-Sportsvan-Touran-Caddy-California usw.
- ca. 60 Fahrzeuge direkt auf Lager

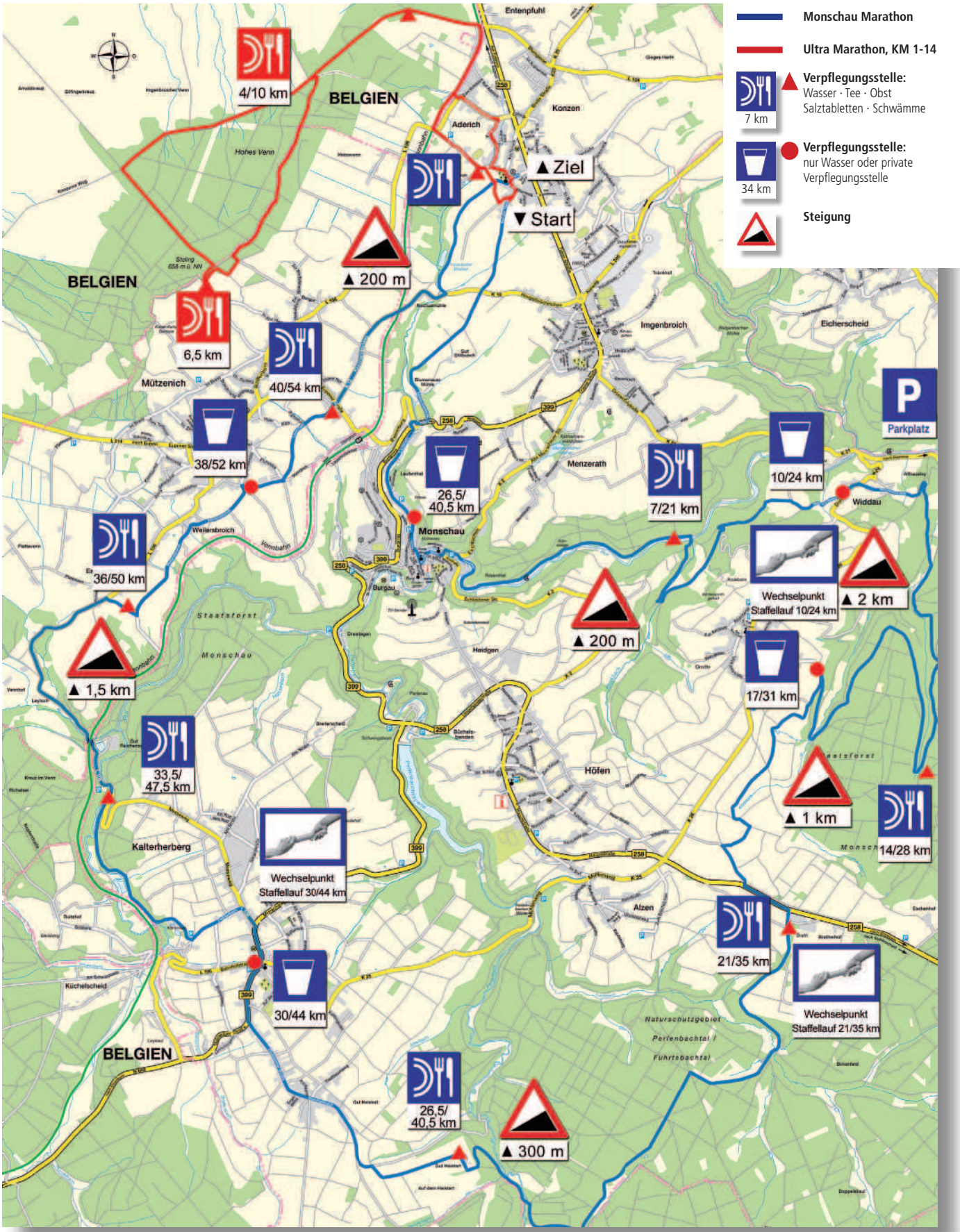
Düsseldorf GmbH & Co. KG
Ihr kompetenter Automobilpartner seit 1949
Hargard 58 · 52156 Monschau
(0 24 72) 22 72
www.autohaus-duesseldorf.de

DIE „HALL OF FAME“ DES MONSCHAU MARATHON

Einer der größten Vereinigungen der Läuferszene ist der „MoMa Club 10+“

Name	Vorname	Verein/Ort	Teilnahmen
Mütze	Willem		31
Groß-Alt	Werner	DJK Rasensport Brand	29
Reinartz	Wilfried	LG Mützenich	29
Lorenz	Michael		28
Ziemons	Ralph	DJK Rasensport Brand	25
Borsdorff	Peter	Running for kids	24
Esser	Wilfried	TV Huchem-Stammeln	23
Schmidt	Hans-Jochen	Baesweiler	23
Haas	Joachim	Mausbach	21 (1 UM)
Hoff	Helmut	TV Konzen	21
Knigge	Margret	TV Witzhelden	21
Patommel	Jens	Dresden	21
Peters	Helmut	Peters Sportteam	21
Stalitza	Arno	DJK Elmar Kohlscheid	21
Kreis	Manfred	NEW SG Mgladbach	20
Poqué	Wolfgang	LG Mützenich	20 (5 UM)
Thielen	Herbert	Trier	20
König	Thomas	LT Mertesdorf	19
van den Kerkhof	Cornelius	A-V-Weert	19
Völl	Günter	LG Mützenich	19
Werker	Christian	TV Konzen	19
Claaßen	Manfred	Laufmonster	18 (2 UM)
Dederichs	Hans-Josef	SV 47 Mutscheid	18
Fuchs	Axel	Gazelle Pforzheim	18
Ickert	Peter	marathon4you	18 (5 UM)
Kleinekoort	Hans	AV Pijnenburg	18
Kolrep	Edgar	LC Kalltal	18
Scharrenberg	Uli	TSV Hochdahl	18 (3 UM)
Teßmer	Manfred	SG Holzheim	18
Boelen-Theile	Claus	Rösrath	17
Braun	Wolfgang	LG Mützenich	17 (6 UM)
Braun	Marion	Germania Eicherscheid	17 (6 UM)
Braunleder	Jörg	TV Konzen	17
Küpper	Lukas	DLC Aachen	17
Listl	Bernhard	Aachen	17
Oprée	Christoph	DJK Elmar Kohlscheid	17
Patommel	Rüdiger	Viersen	17
Pfeifer	Jo	Stein	17
Segger	Josef	passtschon 48	17 (2 UM)
Theissen	Maria	DLC Aachen	17
Trippe	Hiltrud	SV 47 Mutscheid	17
Barthelmann	Joachim	Koblenz	16
Hardy	Helmut	LTB Aachen	16 (3 UM)
Jimmink	Dirk	PK	16
Krökel	Roland	LG Mützenich	16 (6 UM)
Mathar	Joachim	SV Bergwacht Rohren	16 (4 UM)
Nellessen	Andreas	SG Neukirchen-Hülchrath	16
Pelzer	Herbert	Nörvenich	16
Pink	Günter	LTF Köllertal	16 (1 UM)
Risch	Joachim	Köln	16 (6 UM)
Roder	Edgar	TV Konzen	16
van den Berg	Kees	NSL	16
Wenda	Herbert	TUSEM Essen	16 (2 UM)
Bodelier	Hein	Lopersgroep Gem Heerlen	15 (6 UM)
Grawinkel	Heinz	TV Roetgen	15
Laakmann	Theo	TuS 08 Rheinberg	15
Ley	Helmut	Homberger TV	15 (3 UM)
Lotter	Bernd	LC Kalltal / TV Konzen	15 (1 UM)
Ponten	Walter	LG Mützenich	15
Sint	Gerard	SPARK	15
Johannes	Horst	LT BUGA Düsseldorf 1999	14
Kilian, Dr.	Thomas	Aachen	14
Lammel	Georg	Bergisch Gladbach	14
Mol	Ben		14
Offergeld	Klaus	Aachen	14
Podzus	Horst	Overath	14
Pretorius	Dirk	LG Donatus Erftstadt	14
Römer	Heinz-Peter		14
Sander	Axel	LG Außenmühle	14
Schwan	Claudia	SV Germania Eicherscheid	14
Steingaß	Josef	Germania 07 Dürwiss	14
Werker	Markus	TV Konzen	14
Willems	Winfried	Aachener TG	14
Winter	Stefan	SC Komet Steckenborn	14
Buis	Hans	de Ryp	13
Collet	André	Aachener TG	13 (2 UM)
Frings-Reinke	Leonie	TV Konzen	13
Gerards	Hermann	STB Landgraf	13
Hartkamp	Henk	AVON Heerlen	13
Jahnz	Klaus	LG Laacher See	13
Jansen	Guido	LG Mützenich	13
Knoch	Wilfried	ASV Sankt Augustin	13
Kohlen	Helene	SV Germania Dürwiß	13
Kroll	Hartmut	TSG Sprockhövel	13
Lakämper	Franz	Laufspass SW Sende	13
Leclere	Helmut	LG Stolberg	13
Linnartz	Bigi	Eschweiler	13
Muijrers	Pierre	STB Landgraf	13
Riege	Jörg	LT Projekt 2012 Stolberg	13 (1 UM)
Schäfer	Walter	SG Holzheim	13
Spykers	Manfred	Aachener TG	13
Uedelhoven	Stefan	LC Euskirchen	13 (1 UM)
van den Berg	Jan	NSL	13
Werth	Peter	Running TV Bedburg	13
Amkreutz	Dieter	DJK Westwacht 08 Aachen	12
Binias	Jürgen	LC Duisburg	12 (1 UM)
Duivenvoorden	Wilfried		12
Esser	Andreas	DJK Elmar Kohlscheid	12
Haber	Rainer	Monschau	12
Hermes	Georg	LG Gummersbach	12
Huth	Thorsten	LC Duisburg	12 (1 UM)
Juckel	Bernd	SG Neukirchen-Hülchrath	12
Knauf	Albert	LG Mützenich	12
Koenen	Reymond	Auslaufmodelle Eifel	12
Laig	Uwe	TV Hohne	12 (2 UM)
Lämmlein	Franz	LLG St. Augustin	12 (3 UM)
Mahrholtz	Michael		12
Niessen	Klaus	Victoria Huppenbroich	12
Nofftz	Klaus	run for fun	12 (1 UM)
Peters	Mathias	Neukirchen-Vluyn	12
Piepenbrink	Hilla	Köln	12
Schieffer	Christa	LT Alsdorf-Ost	12
Schneider	Udo	St. Augustin	12 (1 UM)
Thoenes	Heinz	TuRa Brüggen	12
van den Broek	Henk	Grenskerklopers	12
van den Broek	Wilma	Grenskerklopers	12
Bakker	Ron	Alkmaar	11
Beuschold	Klaus	Köln	11
Braun	Rebekka	SV Germania Eicherscheid	11
Deutsch	Wolfgang	LT Schweich	11
Graff	Werner	Hansa Simmerath	11
Haan	John	STB Landgraaf	11 (4 UM)
Hamacher	Hans-Winand	KG Rot Weiß Pier	11
Isaac	Anja	TV Konzen	11 (2 UM)
Jacobs	Sabine	SV Germania Eicherscheid	11
Köttgen	Michael		11
Mayer	Reinhard	LG Stolberg	11
Mylinski-Wiese	Alexander	TV Roetgen	11
Münzer	Axel	Auslaufmodelle Eifel	11
Reinartz	Vera	Eupen	11
Schlag	Ferdi	ATG	11
Schwarz	Dietmar	Oberhausen	11
Stamm	Ulrich	DLC Aachen	11
Terlouw	Cor		11 (4 UM)
Theissen	Jürgen	TV Konzen	11
Tomaschewski	Ulrich	100 Marathon Club	11 (5 UM)
van der Plas	Maarten	NSL	11
Vissers	Hein		11
Weber	Dietmar	LT Mythos Stolberg	11 (5 UM)
Wenzel	Christoph	100 Marathon Club	11
Wirthmann	Frank-Heinrich	Kreuzau	11
Wolf	Juergen	PST Trier	11
Billias	Siegfried	SG Siegen-Giersberg	10
Brendemühl	Dieter	Lontzen	10 (3 UM)
Cipura	Michael	Prezfeld	10
Gierling	Volker	TuRa Brüggen	10 (6 UM)
Heuel	Rita	LG Mützenich	10
Isaac	Marion	TV Konzen	10 (1 UM)
Liebke	Ralf	Roetgen	10 (6 UM)
Köthe	Noel	Dürener TV	10 (1 UM)
Mähner	Klaus	SG Holzheim	10 (1 UM)
Reinisch	Frank	LLG ST. Augustin	10
Schams	Hans	DJK Westwacht 08 Aachen	10
Schmitz	Henning	LC Duisburg	10 (2 UM)
Schroten	Horst	Keep on Mooving	10
Smolka	Bernd	SV Bergwacht Rohren	10
Steffen	Martin	Viktoria Huppenbroich	10

http://www.monschau-marathon.de/service/moma-club-10/



PETERS
WWW.PETERSSPORTTEAM.DE
SCHMITZ AUTOMOBILE
HERMANNS & KREUTZ
SPEDITION & TRANSPORTE
Sparkasse Aachen
MK MATTHIAS KAULARD Seit 1823
Augenoptik
Hörakustik
Pädakustik
Lärmschutz

Mit Ehrgeiz und Teamgeist zum Erfolg

Die „Running Chickens“ aus Schmidt gehen als Titelverteidiger ins Staffelrennen der Frauen

Für viele Sportler bietet der Staffelmarathon die Möglichkeit, sich in Häppchen an die Königsdistanz heranzuwagen. „Wenn die Zeit mehr Training nicht erlaubt oder man sich einfach nicht an einen Marathon herantraut, ist die Staffel eine tolle Alternative.“ Birgit Kayser weiß, wovon sie redet. Die Sportlerin vom TuS Schmidt hat viermal den Monschau Marathon absolviert - und im Vorjahr die Frauen-Konkurrenz im Staffelrennen gewonnen.

„Gemeinsam ein Ziel erreichen zu wollen, macht großen Spaß“, unterstreicht Birgit Kayser. Und da ist sie sich mit ihren Mitstreiterinnen - Bianca Wergen, Silvia Nießen und Susanne Nießen-Hallmanns - einig. Sich gegenseitig zu pushen, das Letzte aus seinem Körper herauszuholen, sei dabei das Besondere.

Die vier Frauen, die im letzten Jahr als „Running Chickens“ des TuS Schmidt an den Start gegangen sind, sind erfahrene Läuferinnen. Sie haben unzählige Trainingskilometer hinter sich, an zahlreichen Volksläufen teilgenommen und auch die Königsdisziplin - den Marathon - bewältigt.

„Monschau ist etwas Besonderes“, ist sich das Quartett einig. „Es herrscht eine tolle Stimmung - gerade an den Wechselpunkten“, erklärt Bianca Wergen. Da fliege man fast schon durch und werde in den nächsten Anstieg getragen. Überdies sei das Event vom TV Konzen perfekt organisiert und trotz der vielen Starter familiärer denn je.

Zeitgleich mit den Marathonis starten weit mehr als 100 Staffeln am Konzener Hardthof. „Da muss man schon vorne dabei sein“, unterstreicht Susanne Nießen-Hallmanns. Der Marathoni teile sich schließlich die 42,195 Kilometer-Distanz ein. „Für uns heißt es aber von Anfang an: Vollgas“, stellt die erfolgreiche Läuferin klar. Im Getümmel könne dann schon wertvolle Zeit verloren gehen.

Die Frauen vom TuS Schmidt sind dem Staffel-Event beim Monschau Marathon treu. „Wir gehen immer mit mindestens zwei Teams an den Start“, weiß Wergen. Birgit Kayser ist dabei vom ersten Tag an dabei. Regelmäßig wird im Lauftreff des TuS gemeinsam trainiert, aber auch private Gruppen haben sich gebildet. Wie die „Running Chickens“, die rennenden Hühner. „Für eine Staffel müssen wir uns nicht gezielt vorbereiten, da wir alle mehrmals in der Woche trainieren“, versichert Silvia Nießen. Sie hebt die Bedeutung des „gevierteilten“ Marathons für die Ausdauersportler hervor. „Wir motivieren die Marathonis beim Vorbeilaufen, geben ihnen noch einmal einen Schub“, so Nießen. Überdies sei es für die Langstreckenläufer ein Genuss, die Wechselpunkte zu passieren, wo Familienmitglieder warten und die Athleten anfeuern.



Die „Running Chickens“ lieben das Staffelrennen beim Monschau Marathon (v.l.): Bianca Wergen, Birgit Kayser, Susanne Nießen-Hallmanns und Silvia Nießen gehen als Titelverteidiger in der Frauenkonkurrenz an den Start.

Gemeinsam durchs Ziel

„Der Ehrgeiz ist da, aber die Freude am gemeinsamen Laufen überwiegt“, stellt Birgit Kayser klar. „Etwas für seine Gesundheit zu tun ist uns genauso wichtig wie die Geselligkeit am Rande der Strecke.“ Wenn es dann so gut klappe, wie im Vorjahr, sei das natürlich optimal. Da gewannen die „Running Chickens“ die Damen-Konkurrenz in einer Zeit von 3:42:06 Stunden. Einen Kilometer im Durchschnitt in 5:16 Minuten zu bewältigen, kann sich auf der hügeligen Strecke schon sehen lassen.

Und so wollen die Vier beim 42. Monschau Marathon ihren Titel verteidigen. Ob in identischer Aufstellung, das wird sich zeigen. „Wer welchen Part läuft, entscheiden wir kurz vor dem Lauf“, so Wergen, die im Vorjahr durch das Holderbachtal musste. Schlussläufer zu sein, sei dabei der Traum. „Aber da wir den Letzten von uns auf den letzten Metern begleiten, laufen ja alle durchs Ziel - ein unbeschreibliches Gefühl“, strahlt Susanne Nießen-Hallmanns und freut sich schon auf den Startschuss am Sonntag, 12. August, um 8 Uhr in Konzen.

Wechselpunkte

Für Kurzentschlossene ist während der Marathonmesse am Samstag, 11. August, am Infostand eine Staffelbörse eingerichtet.

Idealerweise teilen sich vier Läufer die Strecke. Die Vierer-Staffeln kommen automatisch in die Wertung für die Siegerehrung. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit in Form einer Zweier- oder Dreier-Staffel zu starten. Diese Staffeln erhalten ebenfalls Urkunden und Platzierungen, kommen allerdings nicht in die Wertung für die Siegerehrung. Lauffreunde aus den verschiedensten Vereinen, Cliquen aber auch Firmenangehörige können das einzigartige Laufevent durch den Naturpark Eifel mit den „Großen“ aus der Läuferszene zusammen erleben. Nach dem Zieleinlauf können die Staffelteilnehmer, solange der Vorrat reicht, die beliebten Finisher-Funktionsshirts am Infostand erwerben.

Wechselpunkt 1 Widdau (km 10.5): Anfahrt von Konzen nur über Monschau-Höfen-Rohren-Widdau möglich. Die Zufahrt ist aus Richtung Imgenbroich gesperrt. Oberhalb von Widdau sind Parkmöglichkeiten eingerichtet. Die Anfahrt von Konzen dauert ca. 20 Minuten.

Wechselpunkt 2 Brather Hof (km 21): Anfahrt von Konzen nur über Monschau nach Höfen. Auf der B 258 ausgangs von Höfen zweigt nach etwa 500 Metern rechts ein Feldweg ab, über den ein ausgeschilderter Parkplatz erreichbar ist. Bitte der Beschilderung folgen. Die Anfahrt von Konzen dauert ca. 15 Minuten.

Wechselpunkt 3 Kalterherberg (km 30): Anfahrt von Konzen nur über Monschau nach Kalterherberg. Die direkte Verbindung zwischen Mützenich – Reichenstein/Leyloch – Kalterherberg ist für den Verkehr gesperrt. Zuschauer und Staffelläufer werden gebeten, den Rückweg über Monschau - Imgenbroich anzutreten.

Auch die direkte Verbindung zwischen Mützenich/Honigzelt und Konzen ist über den Kirschensteinweg und Hengstbrüchelchen gesperrt, um die Sicherheit aller Teilnehmer zu erhöhen. Die Zufahrt nach Konzen ist über Schiffenborn/Hatzevennstraße bzw. über Eupener Straße/Kreisverkehr Flora/Trierer Straße möglich.

Der Eifel Panorama Walk

Teil der NRW-Walking Tour 2018

Ob schnell oder gemütlich, alle Walkingfreunde haben am Samstag die Wahl zwischen zwei herrlichen Naturstrecken am Rande des Hohen Venn.

Der 12.7 Kilometer Eifel-Panorama-Walk führt hinauf zum Steling - der mit 658 Metern höchsten Erhebung der Region- und Kaiser Karls Bettstatt. Mit Blick auf fast alle Monschauer Ortsteile werden die Teilnehmer bei guter Fernsicht zudem mit einem eindrucksvollen Panoramablick und Sicht auf die Silhouette des Siebengebirges, die Hohe Acht und den Michelsberg belohnt.



Die kurze Variante über 4.2 Kilometer verläuft identisch mit der Mini-Marathon Strecke teils entlang der ehemaligen Vennbahntrasse und heutigen RAVEL Route.

Nach der Rückkehr in Konzen ist mit Cafeteria und großer Nudelparty bestens fürs Auffüllen der Kohlehydratspeicher gesorgt.

Die NRW Walking Tour 2018 umfasst mit den Stationen in Hinsbeck, Kamp Lintfort, Düsseldorf, Essen-Überruhr, Grembergh-oven, Monschau, Oberhausen und Herne insgesamt acht Stationen. So bietet sich den zahlreichen Freunden des Walking Sports die Möglichkeit, quer durch NRW Sport unter Gleichgesinnten in herrlicher Natur zu genießen.

Unter den Walkerinnen/Walkern, die an mindestens vier Veranstaltungen der Walking-Tour teilgenommen haben, werden zum Abschluss der Tour zehn Preise ausgelost. Bei der Wertung bleibt die Veranstaltung des eigenen Vereins unberücksichtigt. Die drei Vereine mit den meisten Teilnahmen an der Walking-Tour werden prämiert.

(Stand Dezember 2017)

Anmeldung im Internet unter **www.monschau-marathon.de** - Nähere Infos zur Walking-Tour unter **www.lvnordrhein.de**

Erster „Walking Day“

Mit freundlicher Unterstützung der BARMER

Ursprünglich als Sommertraining für die finnischen Skilangläufer gedacht, kam das Nordic Walkeing Ende der 1980 er Jahre nach Deutschland und entwickelte sich schnell zur Trendsportart Nr.1. Bis heute wird diese gesundheitsfördernde Art der Bewegung von unzähligen Naturliebhabern ausgeführt.

Für den Einstieg wird nicht viel benötigt. Sportliche Kleidung, gutes Schuhwerk und ein paar Stöcke genügen fürs Erste. Allerdings wollen ein korrekter Stockeinsatz und die richtige Körperhaltung beim Nordic Walken gelernt sein. Genauso wichtig wie eine gute Technik ist das Aufwärmen, um Herz-Kreislaufsystem, Muskulatur, Bänder und Sehnen auf die anstehende Belastung einzustimmen und Verletzungen vorzubeugen. Richtig gelernt bereiten Walken und Nordic Walken in freier Natur alleine oder unter Freunden noch mehr Spaß.

Beim ersten Walking Day am Samstag, 11. August, den die BARMER unterstützt, wird Einsteigern, Wiedereinsteigern und alten Hasen in Crashkursen vieles Wichtige rund um das Nordic Walken und Walken vermittelt. Die Teilnehmer können anschließend die beiden Eifel Panorama Walk Strecken rund um Konzen und am Rande des Hohen Venns mit oder ohne Stöcke in Angriff nehmen.

Nach getaner Arbeit sorgen Cafeteria und Nudelparty bestens für das leibliche Wohl.

Info unter **www.monschau-marathon.de**

GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
Gebr. Pauls OHG
Meisterbetrieb
FACHAGRARWIRT BAUMPFLEGE UND BAUMSANIERUNG
● Konzen
● Simmerath
MODERNE FLORISTIK
Blumgasse 17a · 52156 Monschau-Konzen
Tel. 02472 22 92 · Fax. 02472 43 98
info@pauls-ohg.de · www.pauls-ohg.de



Große Auswahl an Fahrrädern und E-Bikes!
Egal ob Viel- oder Wenigfahrer, sportlich ambitioniert oder untrainiert, ob Jugendlicher oder Best Ager.
Jeder findet bei uns sein ideales Rad.
Kostenlose Beratung vor Ort
Kommen Sie zu einer Probefahrt, wir beraten Sie gerne . . .
Fahrräder Schlüsseldienst
OFFERMANN
E-Bikes &Pedelecs
52156 Monschau-Imgenbroich • Hengstbrüchelchen 50
Tel. 0 24 72 / 73 95 • www.zweirad-offermann.de
Mo., Mi.-Fr. 9-18 Uhr • Sa. 9-14 Uhr • Di. geschlossen

Ultra-Marathon wieder beim Europacup vertreten

56 Kilometer und 950 Höhenmeter mit außergewöhnlichen Ausblicken

Ein weiteres Stück wunderschöner Eifel Natur bietet sich den „Ultras“ während der 14 zusätzlichen Kilometer durch den Deutsch-Belgischen Naturpark Eifel-Hohes Venn.



Der Ultra-Marathon in Monschau erfreut sich wachsender Beliebtheit.

Der Startschuss fällt am Sonntagmorgen bereits um 6:05 Uhr. Nach der Einlaufphase durch Konzen geht es ein kurzes Stück entlang der ehemaligen Vennbahntrasse, bevor die Ausdauerfreaks in eines der letzten Hochmoore Europas eintauchen. Auf den vier Kilometern hinauf zum Steling, dem höchsten Berg (658 M) der Nordeifel, sind auf Wirtschaftswegen und Trails etwa 150 HöM zu meistern. Oben angekommen wartet bei Kilometer sechs die verdiente Stärkung. Mit ein wenig Glück können die Läuferinnen und Läufer einen einmaligen Sonnenaufgang mit Fernblick über das Monschauer Land bis hin zur Hohen Acht erleben. Nach einem weiteren kurzen Trailstück führt der Rundkurs weiter über befestigte Wege durch die einzigartige Hochmoorlandschaft des Hohen Venns hinunter nach Konzen. Hier wird das Feld der Ultraläufer im Startbereich der Marathonis mit gebührendem Applaus empfangen und auf die verbleibenden 42 Kilometer der Monschau-Marathonstrecke geschickt

Im Rahmen des Europacups der Ultramarathons werden 2018 mindestens sieben Wertungsläufe in sieben europäischen Ländern ausgetragen.

Acht bis zehn Läufe

Mit von der Partie sind die international anerkannten und beliebten Traditionsveranstaltungen: Trail du Petit Ballon in Frankreich, Mnisek pod Brdy in Tschechien, Bizau Ultratrail in Österreich, Celje-Logarska Dolina in Slowenien, GTLC in Belgien, Skymarathon Schlern in Italien sowie in Deutschland der Monschau-Ultra-Marathon und der Alp-Marathon in Schwäbisch Gmünd.

Vakant bei Drucklegung waren 100 km Passadore in Italien sowie der Ultramarathon in Mnisek Tschechoslowakei.

Stationen

18. März 2018
Trail du Petit Ballon - Rouffach (F)
52 km + 2.300 Hm

14. oder 15. April 2018
Mnisek pod Brdy (CZ)
47 km

12. Mai 2018
Bizau/Vorarlberg (A)
50 km Ultratrail HD + 2.900 m

26./27. Mai 2018
Le Grand Trail Belgien (BEL)
105 km + 2.800 Hm
60 km + 1.620 Hm

26./27. Mai 2018
Passatore (ITA)
100 km

7. Juli 2018
Schlern Rosengarten Skymarathon (ITA) - 45 km + 2.980 Hm

12. August 2018
Ultramarathon - Monschau (D)
56 km + 950 Hm

1. September 2018
Logarska Dolina (SLO)
75 km Celje

27. Oktober 2018
Sparkassen Alb Marathon - Schwäbisch Gmünd (D)
50 km HD + 1100 m

Alle Details und Infos gibt es im Internet unter **www.europacup-ultramarathon.eu**

Dipl.-Ing.
Rader PR Bau
Bauunternehmung GmbH & Co.KG
Telefon 02472 / 7880
Telefax 02472 / 7890
Mobil 0171 / 720 22 59
E-mail PR-Bau@t-online.de
Trierer Straße 41a
52156 Monschau-Konzen
ÖKOLOGISCH. GESUND. KREATIV
BAU HAND WERK

Maare Mosel Lauf
Das Lauferlebnis im Land der Maare und Vulkane
21. Maare Mosel Lauf
25. August 2018
Infos und Anmeldung unter:
Weitere Informationen: 06573 / 99190 oder
www.maaremosellauf.de

LUDWIG KREBS & SÖHNE
BEERDIGUNGSINSTITUT
Inhaber: Peter Niessen
Lindenweg 6 - 52156 Monschau
Tel. 0 24 72 - 23 62 - Fax 45 18

Gut verpflegt ist halb gewonnen

Betreuung der Athleten wird beim Monschau Marathon besonders groß geschrieben

Nur die absoluten Topathleten sind in der Lage, einen Marathon- oder Ultralauf ohne oder mit nur geringer Zufuhr von Nahrung zu finishen. Die große Masse der Ausdauerspezialisten benötigt jedoch Flüssigkeiten und feste Kohlenhydrate zur Aufrechterhaltung der Laufleistung. Der Monschau Marathon ist seit jeher bekannt für sein reichhaltiges Verpflegungsangebot entlang der Strecke.



Für gute Laune und beste Verpflegung sorgen diese Helfer bei den Marathonis an Gut Heistert.

Genau richtig verteilt stehen den Läufern und Walkern insgesamt zwölf, beim Ultralauf sogar 15 Stationen zur Verfügung. Für die weit mehr als 100 Helfer bedeutet das eine logistische Herausforderung. Einige Tausend Liter Wasser werden von Konzen aus zu den Stationen gekarrt und dort entweder pur verabreicht oder zu Tee und Buffer gemixt. Genauesten sortiert und gekennzeichnet steht die flüssige Nahrung anschließend in Trinkbechern auf den Tischen für die heranstürmenden Athleten bereit. Große Mengen an Müsliriegeln, Bananen, Apfelsinen, Äpfeln, Stangen- und Weißbroten werden vor Ort in kleine Portionen zerteilt, damit die Verweildauer für die Sportler möglichst kurz ist. Auf den letzten Kilometern stehen zudem verschiedene Geheimtipps wie Traubenzucker, Cola, Salztabletten oder auf Nachfrage auch schon mal ein kühles Bier bereit. Seit 22 Jahren verteilt auch Peter Borsdorff mit seiner Helfercrew bei Marathon Kilometer 28 allerlei Getränke und geheime Wässerchen. Dort schießt er von jedem Ankommenden Fotos, die man später von seiner oder der Veranstalter Homepage herunterladen kann. Der Initiator der weit über die Grenzen hinaus bekannten Aktion „Running for kids“ und ehemaliger „Sub 3 h Marathonläufer weiß natürlich ebenso was die Ultras und Marathonis an dieser Stelle des Rennens benötigen.

Ein weiterer Verpflegungshotspot befindet sich bei Kilometer 39. Hier, wo die Ultraläufer bereits 53 Kilometer in den Beinen haben, bietet die Crew der LG Mützenich ein komplettes Verpflegungssortiment samt „Honig für den letzten Kick“, und was man sonst noch für die letzten Kilometer benötigt, an.

IHR PROFI FÜR HAUS & GARTEN
FASSADEN & BAUHOLZ INNENAUSBAU GARTEN & TERRASSEN



Holz Scherf
Mehr Auswahl! Mehr Service!

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Sa 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr

In den Bremen 38-44
52152 Simmerath
+49 (0) 2473 / 96 66 0

info@holz-scherf.de
www.holz-scherf.de





Laufend den Nationalpark-Eifel erleben

Rursee Marathon

Samstag, 3. November 2018
5-km-Lauf
16,5-km Nordic-Walking/Walk
Jugendläufe, Ranger-Tour
Mountainbiking

Sonntag, 4. November 2018
16,5-km-Lauf
Marathon-Lauf
Geführte Wanderungen

Infos unter info@rursee-marathon.de · www.rursee-marathon.de



Zwei Dutzend Titelträger

24 unterschiedliche Sieger in 41 Jahren

Jahr	Sieger	Zeit
1977	Heinz Jungbauer	2:38:48 Stunden
1978	Larry Reyes	2:41:56 Stunden
1979	Karl-Heinz Pauels	2:52:16 Stunden
1980	Heinz Jungbauer	2:39:08 Stunden
1980	Roger Juykx	2:39:08 Stunden
1981	Jürgen Hüsemann	2:35:44 Stunden
1982	Peter Hermanns	2:37:39 Stunden
1983	Joseph Lejeune	2:41:07 Stunden
1984	Michael Kruse	2:44:12 Stunden
1985	Thomas Elkenhans	2:34:11 Stunden
1986	Thomas Elkenhans	2:34:27 Stunden
1987	Jürgen Hüsemann	2:38:27 Stunden
1988	Jürgen Hüsemann	2:37:07 Stunden
1989	Ralph Bosten	2:34:09 Stunden
1990	**Michael Reuel**	**2:33:12 Stunden**
1991	Ralph Bosten	2:38:17 Stunden
1992	Volker Isigkeit	2:38:24 Stunden
1993	Ulrich Amborn	2:40:57 Stunden
1994	Ralph Bosten	2:39:49 Stunden
1995	Arne Heuser	2:41:10 Stunden
1996	Ralph Bosten	2:36:09 Stunden
1997	Jörg Achten	2:42:44 Stunden
1998	Winfried Spanaus	2:42:42 Stunden
1999	Shane Downes	2:39:18 Stunden
2000	Ralf Klesius	2:44:19 Stunden
2001	Helmut Peters	2:44:40 Stunden
2002	Oliver Pierron	2:41:32 Stunden
2003	Oliver Pierron	2:34:29 Stunden
2004	Oliver Pierron	2:40:24 Stunden
2005	Jörg Achten	2:42:19 Stunden
2006	André Collet	2:40:08 Stunden
2007	André Collet	2:37:23 Stunden
2008	André Collet	2:35:45 Stunden
2009	André Collet	2:38:22 Stunden
2010	André Collet	2:43:55 Stunden
2011	André Collet	2:43:05 Stunden
2012	Markus Werker	2:38:57 Stunden
2013	Markus Werker	2:36:55 Stunden
2014	André Collet	2:39:09 Stunden
2015	Christian Niessen	2:40:07 Stunden
2016	Markus Werker	2:40:14 Stunden
2017	André Collet	2:43:09 Stunden

Sieger der Altersklassen

Nicht nur der Sieg zählt: Kampf um 23 Titel

Altersklasse	Name	Zeit
MJA	Neulens, Fabian	03:50:55 Stunden
WHK	Fischer, Tamara	03:50:18 Stunden
MHK	Huppertz, Stefan	03:28:00 Stunden
W30	Hatzmann, Hendrieke	03:28:49 Stunden
M30	Werker, Markus	02:47:50 Stunden
W35	Nather, Corinna	04:08:56 Stunden
M35	Baumert, Oliver	03:12:37 Stunden
W40	Drzewinska, Jolanta	03:47:03 Stunden
M40	Engelen, Andreas	03:07:42 Stunden
W45	Wellmeier, Petra	03:47:34 Stunden
M45	Collet, André	02:43:09 Stunden
W50	Mordas, Claudia	03:30:31 Stunden
M50	Hüpgen, Alfred	03:17:54 Stunden
W55	Werth, Ingeborg	03:57:24 Stunden
M55	Mitzner, Gunnar	03:12:10 Stunden
W60	Trippe, Hiltrud	04:11:25 Stunden
M60	Willems, Winfried	03:29:32 Stunden
W65	Hajek, Verena	05:07:59 Stunden
M65	Wagner, Willi	03:34:52 Stunden
W70	Suwelack, Julia	04:54:16 Stunden
M70	Boussemaere, Roland	03:59:13 Stunden
W75	Miketta, Helga	04:23:56 Stunden
M75	Claaßen, Manfred	04:19:25 Stunden

In Monschau die große Herausforderung gefunden

Stefan Böhm hat sich an das Abenteuer „Marathon“ gewagt und wird es wieder tun

Stefan Böhm, 46, verheiratet und Vater von zwei Kindern ist neben seinem Beruf als Bankkaufmann auch in seiner Freizeit äußerst aktiv unterwegs. Neben seinem Hobby Laufen organisiert er den Eifel-Cup-Lauf in Marmagen und ist als Schatzmeister sowie E-Jugendtrainer bei den Sportfreunden 69 Marmagen/Nettersheim tätig.

Im Gespräch steht er Helmut Hoff vom TV Konzen Rede und Antwort.

Stefan, seit wann läufst du und wie kamst du zu diesem Hobby?
Stefan Böhm: Nach dem Ende meiner Fußballkarriere habe ich vor 15 Jahren mit dem Laufen begonnen. Ich habe bald gemerkt, dass man bei diesem Sport sehr schnell abschalten und entspannen kann. Jedes Jahr findet für Sparkassen-Mitarbeiter der sogenannte Sparkassen-Marathon abwechselnd in einer anderen Stadt statt. Hier habe ich meine ersten Wettkämpfe (10 km, Halbmarathon) bestritten. Natürlich nur unter dem Motto „dabei sein ist alles“ und abends mit allen Kräften auf die Lauf-Party.

Warum sollte gerade der Monschau Marathon Dein erster Marathonlauf sein?
Stefan Böhm: Mein Traum war es schon lange, einmal einen Marathon zu laufen. Obwohl ich schon sehr viele Halbmarathons gelaufen bin, habe ich mich nie an die längere Strecke getraut. Anfang letzten Jahres hat mir dann ein Bekannter erzählt, dass er in Monschau seinen ersten Marathon gelaufen ist. Er schwärmte von dem tollen Lauf,



Stefan Böhm aus Marmagen hat sich in Monschau erstmals auf die Marathon-Distanz gewagt. Ein beeindruckendes Erlebnis für den Sportler und Familienvater, der am 12. August wieder teilnehmen will. *Foto: Peter Borsdorff*

von der guten Organisation und der einmaligen Landschaft. Sofort hat mich dann noch einmal der Ehrgeiz gepackt. Er erzählte mir von den beiden Vorbereitungsläufen zum Kennenlernen der Strecke. Perfekt zum Reinschnuppern...

Wie sah deine Vorbereitung aus?
Stefan Böhm: Aufgrund meiner zahlreichen ehrenamtlichen Tätigkeiten - unter anderem als Trainer einer Jugendmannschaft und Vorstandsarbeit bei der SG´69 Marmagen/Nettersheim blieb mit nur an Wochenenden genügend Zeit für längere Trainingseinheiten. In der Woche habe ich dann abends kurze 10 km-Einheiten absolviert. Ich trainiere immer alleine - nur unser Hund ist meistens dabei. Insgesamt habe ich fünf Einheiten über 30 Kilometer absolviert. Bergtraining hat man in Marmagen bei jedem Lauf. Vom Höhenprofil ist das mit dem Monschau Marathon vergleichbar. Die beiden Kennenlernläufe sollten dann die Generalprobe sein. Leider musste ich beim ersten Lauf krankheitsbedingt passen. Den zweiten Lauf habe ich dann mitgemacht. Alleine dieser Trainingslauf war schon super organisiert - mit Verpflegung odder verschiedenen Leistungsgruppen...

Welche Eindrücke hattest du während des Laufes?
Stefan Böhm: Die Eindrücke auf der Strecke waren überwältigend. Landschaftlich ist dieser Marathon ein Traum. Bei Kilometer 10 habe ich dann eine Mitläuferin kennengelernt. Mit dieser bin ich dann bis ins Ziel zusammen gelaufen. Wir haben uns die restlichen 32 km nur unterhalten. Alle Zuschauer haben einen angefeuert. Insbesondere in Widdau, Kalterherberg, Mützenich und Konzen waren die Zuschauer begeisternd. Aber auch jeder Einzelne auf der Strecke hat zum Weitermachen animiert. Ich hatte zu keiner Zeit das Gefühl, Du schaffst es nicht. Es hat riesigen Spaß gemacht.

Wie war dein Befinden nach dem Zieleinlauf?
Stefan Böhm: Das Gefühl, die Strecke geschafft zu haben, war überragend. Da ich mein Ziel von 4:15 Stunden um 7 Minuten unterboten habe, war dann noch das „I-Tüpfelchen“. Das erste Bier mit Bekannten und Arbeitskollegen war ein Muss. In der Euphorie habe ich mir dann direkt fürs nächste Jahr die 4-Stunden-Grenze vorgenommen. Meine Familie bringe ich nächstes Jahr auf jeden Fall mit.

Kommst du wieder ?
Stefan Böhm: Ja, auf jeden Fall. Obwohl ich nur einen einzigen Marathon in meinem Leben laufen wollte, wird es hoffentlich in diesem Jahr mein Zweiter.

premio Reifen+Autoservice
REIFEN BÜSCHER
„Der“ Spezialist
für Reifen und Fahrwerk
www.reifen-buescher.de
JÜLICHER STRASSE 408 I 52070 BAD AACHEN I TELEFON 0241 / 9 68 76 - 0 I FAX: 0241 / 1 616 02

Wer sich verändert, der verbessert sich

MoMa-Titelverteidiger André Collet will von der Straße in die „Walachei“

„Wenn ich ohne ein Ziel laufen würde, glaube ich, dass mir schnell die Motivation fehlen würde.“ Und deshalb strebt die Laufziege - im positivsten Sinne des Wortes - André Collet auch nach vielen Meistertiteln und stolzen sieben Erfolgen beim Monschau Marathon auch künftig nach Herausforderungen und Erfolg.

„Der klassische Sprinter war ich noch nie, ich habe die Konkurrenz über Ausdauer besiegt“, gesteht André Collet. Und, um sich aufs schnelle Laufen zu spezialisieren, dafür sei der 46-Jährige längst zu alt.
Und doch hat er es im vergangenen Sommer seinen jungen Widersachern noch einmal gezeigt. „Die Konkurrenten strotzten vor Selbstvertrauen - da habe ich ihnen früh den Zahn gezogen, mein Tempo aufgezwungen und sie gegen Mitte des Rennens demoralisiert.“ Ja, Laufen sei vor allem auch eine mentale Angelegenheit. Strapaziöser oft für den Kopf, als für die Beine.



Im Vorjahr hat er die junge Konkurrenz um Markus Werker noch einmal besiegt, jetzt zieht es ihn auf weitere, höhere Strecken - wie der Transalpin-Run durch die Alpen: André Collet.

„Ich muss nicht mehr auf Teufel komm raus eine Bestzeit heraus hauen“, stellt Collet klar. Sein Anspruch ist es mehr, punktgenau und effizient an einen Lauf heranzugehen. Und führt aus: „Ich kann mit den jungen Athleten nicht mehr mithalten, die aber auch nicht mit mir“. Er wisse eben genau, was er sich zutrauen kann, um das Ziel zu einer gewünschten Zeit zu erreichen.
Doch seinen Titel verteidigen können wird André Collet nicht - freiwillig, denn der Extremsportler hat sich für 2018 den Ultra über 56 Kilometer vorgenommen. „Der Lauf ist ähnlich schwer, aber nicht so schnell“, erläutert Collet. Er muss trainieren und wichtige Körner sparen für sein großes Ziel in diesem Läuferjahr - der Weltmeisterschaft über 100 Kilometer auf der Straße Anfang September in Kroatien.
Hoffentlich mit Meriten in der Tasche, sollen Straßenläufe dann aber zur Nebensache werden. „Ich suche neue Wege, ein neues Abenteuer“, so Collet. Dies glaubt der Läufer querfeldein, beim Trail zu finden. „Für die Nationalmannschaft hat es in diesem Jahr noch nicht ganz gereicht. Aber ich will ins Team“, setzt Collet auf 2019. Ein Traum wäre es, dann auch - am liebsten gemeinsam mit Trail-Ikone Michael Sommers beim Transalpin-Run quer durch die Alpen teilzunehmen - und dann auch noch den strapaziösen Lauf von Garmisch-Partenkirchen nach Brixen in Südtirol als Team in der Ü100-Klasse zu gewinnen. „Ein weiter Weg bis dorthin, aber machbar“, strotzt Collet auch künftig vor Ehrgeiz.
Mehr dazu auf **www.facebook.com/andre.collet.ultra**

Lauf mit, hab‘ Spaß, tu‘ Gutes beim BusinessRun

Großer Firmenlauf feiert am Freitag, 7. September, in Simmerath Jubiläum

Abschalten, die Gedanken frei bekommen und dabei auch noch etwas für die Fitness tun: Sport treiben hat viele Vorteile, doch oft mangelt es an Motivation.

„Lauf los, hab‘ Spaß, tu‘ Gutes!“ - unter diesem Motto startet am Freitag, 7. September, um 19 Uhr die elfte Auflage des Nordeifeler BusinessRun. Start und Ziel des rund fünf Kilometer langen Laufs befinden sich auf dem Gelände der Sekundarschule Nordeifel.
Teilnehmen kann man als Mannschaft und als Einzelläufer in den Kategorien „Jedermannlauf, Walking und Nordic-Walking“. Immer die drei schnellsten Starter werden als Team gewertet. Für die schnellsten Frauen und Männer, Chefs und Azubis gibt es attraktive Preise. Zudem werden Wanderpokale für die schnellste Frauen-Mannschaft, ihr männliches Pendant und für die Firma mit den meisten Finishern vergeben.

Alle Infos und Startunterlagen gibt es im Internet unter **www.nordeifeler-businessrun.de**

Steigende Beliebtheit in der Laufszene

Monschau Marathon ist unter den Top3 in NRW gelandet - Europaweit Platz 18

Beim großen Läufervotum auf marathon4you.de wählten rund 12.000 Läufer ihren „Marathon des Jahres 2017“.

In der Kategorie „Top100 Europa“ wählte die Läufergemeinde den Eifeler Kult-Lauf auf den sehr beachtlichen Platz 18 - noch einmal neun Plätze besser als im Vorjahr. Unter den Top 100 in Deutschland sprang sogar ein hervorragender 11. Platz heraus.
Die Länderwertung Nordrhein-Westfalens bescherte dem MoMa erneut Platz drei unter 27 Veranstaltungen gleich hinter den großen Stadtmarathons Münster und Köln - ein unverändertes Bild zu den Vorjahren.



„Wir bedanken uns herzlich bei allen Läufern, den MoMa Club 10+ Mitgliedern und allen Fans, die dem Monschau-Marathon die Treue halten“, so die Organisatoren. „Eure Zustimmung ist für uns eine große Wertschätzung und Motivation zum engagierten Weitermachen.“ Ein großes Dankeschön gebührt natürlich auch dem riesigen Aufgebot an Helfern, ohne deren unermüdlichen Einsatz das familiäre Läuferfest Monschau-Marathon in dieser Art und Weise nicht durchführbar wäre.

Der Run durch die einzigartige Eifel-Landschaft erfreut sich bei den Teilnehmern des Monschau Marathon großer Beliebtheit.

Getränkelieferant

Getränkefachgroßhandel
Josef Schmitz Inh. Silvia Schmitz

Büro Kall
Auf dem Fels 20
Tel. 02441 / 4305

Zweigstelle Kalterherberg
Malmedyer Str. 60
Tel. 02472 / 1420
Mobil 0170 / 1629232

Gilden Kölsch

Bitburger

Ford Vertrags-Werkstatt
AUTOHAUS Hermanns
SB-Station

Ihr Partner, wenn's ums Auto geht
Seit 70 Jahren KFZ-Reparaturen
SB-Schnellwaschstraße

Unser Fahrzeugangebot finden Sie unter
www.autohaus-hermanns.de

Tel. 02473 / 9298-0
Fax 02473 / 9298-29
Schmiedstraße 4-6
52152 Simmerath
www.Autohaus-Hermanns.de
info@Autohaus-Hermanns.de



Der Ford Fiesta

Bauen ist Vertrauenssache

BRANDENBURG
BAUUNTERNEHMUNG GMBH

Breitestraße 25a • 52156 Monschau ☎ (02472) 79 67
info@bauunternehmung-brandenburg.de
www.bauunternehmung-brandenburg.de

ORTHOPÄDIE GmbH Gombert
FACHHANDEL

Maßanfertigung von:
- Orthopädischen Schuhen & Arbeitsschuhen
- Schuhzurichtungen
- Schuheinlagen nach Maß und Abdruck
- Handwerklich gefertigten Einlagen nach Jurtin

Versorgung mit: Bandagen aller Art, Kompressionsstrumpftherapie, Orthesen von Kopf bis Fuß

Verkauf und Vermittlung von Reha-Artikel



Alte Sportplatzstr. 1 / Ecke Trierer Str. 71
52156 Monschau/Konzen
Telefon: 02472/970777 • www.gombert-orthopädie.de

FIREBIKE
ALLES RUND UMS FAHRRAD!

BIKE LEASING
Wir begleiten Sie zuverlässig und kompetent auf dem Weg zu Ihrem Wunschbike!

Mountainbikes (Race, Freeride, Downhill)
Rennräder, Trekkingräder,
Bekleidung, Zubehör
Fachwerkstatt

Inhaber: Arnd von Jagow
52159 Roetgen
Bundesstraße 36
Tel: 02471 / 990885
info@firebike.de

ROTWILD · cannondale · GIANT · SPECIALIZED · DROSSIGER

emotec
FUNKTION & DESIGN IN EDELSTAHL

INDUSTRIE	HANDWERK	PRIVAT



- Edelstahlverarbeitung
- Industriemontage
- Fertigung für Industrie, Handwerk & Privat

Qualität und Einzigartigkeit der Gestaltung.

emotec GmbH & Co. KG
Siemensstraße 27 · 52152 Simmerath
Fon +49 (0) 2473 9378270
Fax +49 (0) 2473 9378279
www.emotec-gruppe.de

NEXTec +
Fertigungstechnik GmbH
CNC Drehen - Fräsen

Am Windrad 23
52156 Monschau
Fon +49(0) 2472/9709851
Fax +49(0) 2472/9709855
Mail: peters@nextec-plus.de Web: www.nextec-plus.de

Unschlagbar **schnell.**

Das Giga-Netz: Jetzt
mit bis zu **1 Gbit/s** surfen.

Jetzt:
ab 24,99 €*
monatlich
(ab dem 13. Monat ab 44,99 €)



Nur echte Glasfaser bis ins Haus (FTTH – Fiber To The Home) schafft die volle Geschwindigkeit.

Jetzt online buchen:

www **deutsche-glasfaser.de**

ECHTE FTTH GLASFASER TECHNOLOGIE

Deutsche Glasfaser

*Weitere Informationen zu den Vertragsbedingungen finden Sie unter www.deutsche-glasfaser.de.