

porta-Marathon soll sportliches Highlight werden

porta will Tradition neu beleben

Verschiedene Lauf-Distanzen

Porta Westfalica-Barkhausen. porta lässt ein sportliches Highlight wieder aufleben und wird am 17. Mai kommenden Jahres den porta-Marathon veranstalten. Dabei wird nicht nur über die 42,195 Kilometer lange Marathon-Distanz gelaufen, auf dem Programm stehen auch ein 10.000-Meter-Lauf sowie ein Halb- und ein Staffel-Ma-

rathon. Das kündigte porta-Mitinhaber Achim Fahrenkamp im Beisein des Landrates des Kreises Minden-Lübbecke Dr. Ralf Niermann sowie des Vorsitzenden des TuS Eintracht Minden Steffen Kampeter MdB an.

„porta ist in der Region zu Hause. Deshalb wollen wir die hier vor einigen Jahren begonnene

Marathon-Tradition neu beleben und wieder zu einem großartigen Erlebnis für Aktive und Zuschauer machen“, erklärte Achim Fahrenkamp. Durch die Erweiterung des sportlichen Angebotes werde nicht nur ambitionierten Läufern, sondern auch Anfängern drei Jahre nach Einstellung des weit über die Region hinaus beliebten „Rose-Marathons“ die Gelegenheit gegeben, sich hier vor Ort den Herausforderungen eines solchen Wettkampfes zu stellen. Der porta-Marathon solle ein reiner Volkslauf sein, deshalb werde auf die Verpflichtung von teuren Stars bewusst verzichtet. Achim Fahrenkamp dankte Landrat Dr. Ralf Niermann für die Übernahme der Schirmherrschaft über die Veranstaltung sowie den Ehrenamtlichen vom TuS Eintracht Minden für die sportliche Leitung und Unterstützung.

„Unser Ziel ist es, den porta-Marathon zu einem Ereignis für Groß und Klein zu machen und neue Freunde für den Laufsport zu gewinnen“, sagte Detlev Horn, Geschäftsleiter des porta-Einrichtungshauses in Barkhausen. Auch Menschen, die sich bisher nicht hätten für das Laufen begeistern können, wolle man dazu motivieren, sich sportlich aktiv zu betätigen, betonte Detlev Horn.

Anfänger sollten sich jedoch besser kontinuierlich an die Marathon-Distanz „herantasten“. Deshalb biete man auch die Läufe über kürzere Strecken an. Und weil man mit dem Laufen gar nicht früh genug beginnen könne, sei im



Eckhard Wiens, Eintracht Minden; Achim Fahrenkamp, Mitinhaber porta-Unternehmensgruppe; Schirmherr Landrat Dr. Ralf Niermann; Steffen Kampeter MdB, Eintracht Minden; Detlev Horn, Geschäftsleiter porta Möbel Porta Westfalica.

Rahmen des porta-Marathons für Kinder der Jahrgänge 1994 bis 2005 auch ein Lauf über eine Strecke von etwa einem Kilometer vorgesehen.

„Durch den Staffel-Marathon, an dem jeweils vier Läufer teilnehmen, wollen wir das Laufen auch für weniger ambitionierte Sportler interessant machen und damit auch zur gemeinsamen Vorbereitung anregen“, erklärte Achim Fahrenkamp. Auch könnten sich so Familien, Firmen und Vereine sportlich messen. „Wichtig ist“, so Achim Fahrenkamp, „dass jeder wirklich fit in die Läufe geht.“ Deshalb sei es ratsam, im Zweifelsfall zuvor einen Arzt zu konsultieren. „Durch unseren Partner QSport mit Herz“ bestehe auch die Möglichkeit „zur Sicherheit auch ein Herzscreening durchführen zu lassen“, empfahl er.

Laufanfänger können sich auf die verschiedenen Distanzen in Laufgruppen bei Laufsport

Andreas, dem TuS Eintracht Minden sowie bei anderen Sportvereinen auf die Veranstaltung vorbereiten. Diese Laufgruppen stehen auch ambitionierten Läufern offen, die sich sportlich weiter entwickeln wollen oder neue Bestmarken anstreben. Wer sich dafür interessiert, hat die Möglichkeit, sich am 18. August um 18 Uhr im porta-Einrichtungshaus in Barkhausen über die einzelnen Laufgruppen und das Angebot zur sportlichen Vorbereitung zu informieren.

Start und Ziel des porta-Marathon wird das porta-Einrichtungshaus in Barkhausen sein. Von dort wird die Strecke durch Barkhausen und anschließend an der Weser entlang nach Minden führen. Hier geht es durch die Innenstadt und dann über Böhler, Dützer Mühle und Häverstädt zum Ziel in Barkhausen. Die Marathon-Läufer und -Staffeln werden diese Strecke zwei Mal laufen.

Der 10.000-Meter-Lauf geht vom porta-Einrichtungshaus in Barkhausen in Richtung Böhlerhorst zur Dützer Mühle und von dort über Häverstädt zurück ins Gewerbegebiet Barkhausen.

Tradition neu erleben

„Die Strecke ist attraktiv und abwechslungsreich, denn sie kombiniert den Landschafts- mit dem Stadtlauf“, erklärte Detlev Horn. Er hoffe daher nicht nur auf viele Teilnehmer an den einzelnen Läufen, sondern auch auf zahlreiche Zuschauer entlang der Strecke. Wenn der porta-Marathon bei Läufern und Zuschauern die erwartete Resonanz finde, solle er zu einer ständigen Einrichtung im Kreis Minden-Lübbecke werden.

Weitere Informationen zum porta-Marathon und den Laufgruppen gibt es ab sofort unter www.porta-marathon.de im Internet. Dort kann man sich auch bereits für die Teilnahme an den Läufen anmelden.

Sportweltspiele in Garmisch Partenkirchen Wietfeld auf Platz 1 im Kugelstoßen

Herford/Garmisch Partenkirchen. 29 Nationen mit über 2000 Teilnehmern beteiligten sich an den Sportweltspielen der medizinischen Berufe in Garmisch Partenkirchen. Kaus Wietfeld, M 65, von der Turngemeinde Herford, freute sich sehr über seinen ersten Platz im Kugelstoßen mit 9,75 m. Über die 100 m erlief er sich noch einen vierten Platz in 15,32 s.

Beim Sportfest in Porta Westfalica gewann Lukas Wietfeld, M 15, den 100 m Lauf in 12,84 s. Im Weitsprung wurde er Zweiter mit 4,64 m. Gerd-Ulrich Erfurth, M 55, verbesserte beim Abendsportfest in Minden seine 5000 m Bestleistung

um 1 min. und wurde Vierter in 21:38,52 min. Grippegeschwächt ging Felix Dietel, mJA, bei den Deutschen Jugendmeisterschaften in Berlin über 100 m an den Start. Bis 80 m in Führung liegend, konnte er kurz vor der Ziellinie dem Angriff seiner Konkurrenz nicht standhalten so daß er sich als Fünfter nicht für den ZL qualifizieren konnte. Bei 11.08 s fehlten ihm 3/100 zum Weiterkommen.

Dennoch hatten die TGH-ler allen Grund zur Freude, denn sie gewannen den von der DLV-Jugend ausgeschrieben Kreativ-Wettbewerb. Das von Regina Gelwer gemalte Plakat wurde von der Jury aus 50 eingereichten Zeichnungen als Siegerbild ausgewählt.

Ereignis für Groß und Klein

Trainer Jürgen Klinsmann überträgt Mark van Bommel die Kapitänswürde

Im Bayern-Team geben Ausländer den Ton an

(iPr). Der Holländer Mark van Bommel ist Nachfolger von Oliver Kahn als Kapitän des deutschen Fußball-Rekordmeisters Bayern München. Er ist der erste Ausländer, der bei den Bayern die begehrte Kapitänswürde trägt und reiht sich in eine Liste großer Namen ein, die von Franz Beckenbauer, Sepp Maier und Gerd Müller bis zu Paul Breitner, Karl-Heinz Rummenigge, Lothar Matthäus und Stefan Effenberg reicht. „Mark ist die ideale Wahl“, sagt Trainer Jürgen Klinsmann. „Ich habe gesehen, wie er die Mannschaft seit Ende Juni geführt hat, welches Ansehen und wie viel Respekt er bei allen Spielern genießt.“ Zudem ist Mark mehrsprachig, er kann sich mit allen bestens unterhalten. Van Bommel kam 2006 vom FC Barcelona nach Bayern und entwickelte sich schnell zum Führungsspieler. „Ich bin sehr stolz, dass ich bei so einem



großen Verein Kapitän sein darf“, sagt er. Seine Vorbildfunktion will er auf jeden Fall weiter ausbauen. Wie in der vergangenen Saison will er keinesfalls als „Aggressivleader“, wie Klinsmann-Vorgänger Ottmar Hitzfeld es nannte, gelten. Seine Stellvertreter sind der

Brasilianer Lucio und der Argentinier Martin Demichelis. Dem fünfköpfigen Mannschaftsrat gehören auch Philipp Lahm, der auch als Kandidat für das Kapitänamt gehandelt wurde, und Miroslav Klose an.

Foto: FC Bayern-interPress

Motorsport-Spektakel auf dem Nürburgring



(iPr). Vom 15. bis 17. August brennt auf dem Nürburgring wieder die Luft, rund 50 Sportprototypen und Seriensportwagen kämpfen um den Sieg. Das bedeutet gewagte Überholmanöver, packende Windschattenduelle und Geschwindigkeiten jenseits von 300 km/h. Das Zauberwort heißt Le Mans Series, kurz LMS, die 2004 erstmals ausgetragen wurde. Das Starterfeld ist in die Sportprototypen-Klassen LMP1 (bis 750 PS, 900 kg Mindestgewicht) und LMP2 (rund 475 PS, 825 kg Mindestgewicht) sowie

die Seriensportwagenklassen GT1 (stark modifiziert, bis 650 PS) und GT2 (leicht modifiziert, 450 bis 470 PS) eingeteilt. Alle starten gleichzeitig, werden aber nach Klassen getrennt gewertet. Das sorgt für abwechslungsreiche und spannende Rennen mit gekonnten Überholmanövern. Punkte gibt es nur für Platzierungen in der eigenen Klasse, Meistertitel erhalten Fahrer, Hersteller und Teams in allen vier Klassen. Der Porsche RS Spyder (Foto) ist in dieser Saison erstmals am Start.

Foto: John Nielsen-interPress

Hoffnungen

(iPr). Die Olympiade in China begann mit einem riesigen Eröffnungsfest. Auch Stabhochspringer Danny Ecker war dabei. Er gehört zum exklusiven Kreis der Sechsmeter-Springer und kämpfte sich nach zahlreichen Verletzungen wieder in die Weltspitze zurück. Auch wenn ihn derzeit noch Probleme mit der Achillessehne plagten und er in den letzten Wochen vorsichtshalber keine Wettkämpfe bestritt, ist er optimistisch: „Ich fühle mich gut und ich kenne mein Potenzial. Bei der Olympiade will ich unbedingt eine Medaille holen, am liebsten natürlich die goldene“, sagt der Sohn von Heide Ecker-Rosendahl, der früheren Doppel-Olympiasiegerin. „Na-



türlich steht Olympia zurzeit ganz oben auf meinem Fokus, doch ich bin auch total heiß auf die Leichtathletik-WM 2009 in Berlin. Darauf freue ich mich genauso, denn eine WM im eigenen Land ist für jeden Sportler eine ganz große Sache“, so Ecker.

Foto: Volvo-interPress

Tipps & Trends

Bügel freuden

(rgz-p). Inzwischen gibt es Bügel-systeme, die zeitsparend und einfach anzuwenden sind. Ein besonders schonendes und leistungsstarkes Ergebnis zeigt ein neuartiger Haushaltshelfer, dessen Geheimnis sein integrierter Dampfgenerator ist, welcher konstanten Dampf ab Stufe eins erzeugt und somit ein bequemes Bügeln ohne externen Kessel ermöglicht (www.solac.de). So geht die Bügelarbeit schneller von der Hand. Foto: djd/ Elektrogeräte Solac Vertrieb GmbH



ne Alternative sind dann beispielsweise spezielle Achsel-pads (www.achsel-pads.eu). Sie sind selbstklebend und werden an der Innenseite der Kleidung angebracht. Dort saugen sie die Flüssigkeit auf und absorbieren Gerüche. Foto: djd/1-2 Dry

Nicht raucher in spe

(rgz-p). Zusammen mit dem Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit hat das Institut für Raucherberatung & Tabakentwöhnung in München im Rahmen der Initiative „Gesund.Leben.Bayern“ eine so genannte HelpLine eingerichtet. Entwöhnungswillige Raucher können unter der kostenlosen Rufnummer 0800-14 18141 an jedem Werktag von 16.00 bis 20.00 Uhr persönliche telefonische Beratung und Hilfe erhalten.

Sicheres Gefühl

(rgz-p). Schwitzen ist eigentlich die natürlichste Sache der Welt und eine lebenswichtige Funktion des menschlichen Organismus. Doch was tun, wenn starke Schweißränder absolut unerwünscht sind? Ei-

Weltmeister patzte am Reck

(mhr). Ausgerechnet an seinem Paradegerät, dem Reck, patzte Weltmeister Fabian Hambüchen in Peking. Ein Grifffehler ließ ihn seine Übung vorzeitig abbrechen und der deutschen Turnriege die Medaillenhoffnungen im End-

kampf des olympischen Mannschaftswettbewerbes begraben. Am Ende reichte es nur für den vierten Platz unter acht Mannschaften. Die Medaillen gingen an China, Japan und die USA.