

# Markus Mockenhaupt alleine gegen die Uhr

Ausdauer-Cup 2025: 44-Jähriger hatte „richtig Bock noch mal aufs Tempo zu drücken“ – Teilnehmerrekord beim 17. Flecker Tunnellauf in Freudenberg

Von Frank Steinseifer

■ **Freudenberg.** Nächste Station im Ausdauer-Cup 2025. Nach den Straßenläufen Wehbach und Niederfischbach in Rheinland-Pfalz zog der Tross der Volksläufer am vergangenen Wochenende über die Landesgrenze in den Kreis Siegen-Wittgenstein und damit nach Nordrhein-Westfalen. Das Organisationsteam des Flecker Tunnellaufs in Freudenberg um Michael Sichertmann hatten allen Grund zur Freude, denn zur 17. Auflage des Wendepunktlaufs über den Radweg auf der alten Bahntrasse hinauf durch den Tunnel zum ehe-



Markus Mockenhaupt (SG Wenden) hatte die Konkurrenz schon nach 400 Metern abgeschüttelt. Der 44-jährige Wilgersdorfer gewann über die 10 Kilometer souverän in 33:41 Minuten.

maligen Wildenburger Bahnhof kamen so viele Teilnehmer wie noch nie zuvor. Über 366 „Finisher“ im Ziel (54 Bambini, 77 Schülerinnen und Schüler, 83 über 5 und 152 über 10 Kilometer) hatte Zeitmesser Martin Stinner beim 3. Wertungslauf zum Ausdauer-Cup 2025 erfasst – und damit ein Plus von 80 Startern (!) gegenüber 2024.

Es sind nicht nur die im Vorjahr zusätzlich ins Programm aufgenommenen Feuerwehrmeisterschaften mit 27 Startern, auch die gestiegenen Zahlen im Nachwuchsbereich haben zum neuerlichen Boom beigetragen. Die alte Bestmarke von 350 „Finishern“ (2015) stammt noch aus der Zeit, als der Volkslauf Richtung Hohenhain noch zum separat organisierten Winter-Cup gehörte. Zur Erinnerung: Der Wintercup wurde im März 2019 nach 17 Jahren eingestellt, die Läufe in Wehbach, Niederfischbach und Freudenberg später dann in den ganzjährigen Ausdauer-Cup integriert.

Während es bei der Starterzahl einen neuen Rekord gab, blieben die Bestmarken über 5 und 10 Kilometer sowohl bei den Männern (2023: 32:12 Minuten/Ahferom Teame/LG Sieg) als auch bei den Frauen (2016: 37:20/Lisa Heilmann/LAZ Puma Rhein-Sieg) bestehen. An die Superzeit des Altkirchener Ahferom Teams kann wohl künftig nur einer der drei Spitzenläufer der SG Wenden heranreichen – doch die fehlten wie schon 2024, denn am selben Tag standen die bei den deutschen Meisterschaften über 10.000 Meter

in Hamburg an der Evolvente. Und so musste die Ehre der Männer der SG Wenden wieder einmal Markus Mockenhaupt verteidigen. Der 44-jährige Wilgersdorfer stürmte direkt nach dem Start auf und davon und lief ein einsames Rennen gegen die Uhr. Am Ende war er in 33:41 Minuten sogar noch deutlich schneller als bei seinem Soloritt im Vorjahr (34:10). „Ich hatte heute richtig Bock noch mal aufs Tempo zu drücken“, erklärte „Mocki“ im Ziel. Ein paar kritische Worte fand er allerdings zu den fehlenden Trinkstationen auf der Strecke: „Eine Wasserstelle wäre bei den warmen Temperaturen schon echt hilfreich gewesen.“

Am Sonntag war „Mocki“ dann erstmals nach vielen Jahren nicht beim Wings-for-Life-Run dabei, er hatte sich zu einem harten Crash-Test mit dem aus Herkendorf stammenden Ex-Hyrox-Weltmeister Tobias Lautwein verabredet. „Wir rennen drei Mal den Kindelsberg in Kreuztal rauf und wieder runter. Mal seh'n, was da nach heute noch so geht“, lachte Mockenhaupt im Zielraum beim Interview. Das Training sei schon der Start in die Vorbereitung auf die deutschen Berglauf-Meisterschaften am 29. Juni in Oberstdorf. Hinter Mockenhaupt folgte mit Viktor Horch (35:15), Anno Dallmann (36:16) und Christian Becker (36:58) ein schnelles Trio des TuS Deuz.

Nicht nur der Gesamtsieger bei den Männern, auch die drei schnellsten Frauen über 10 Kilometer trugen das Trikot der SG Wenden. Im Vorjahr gewann Ju-

„Ich hatte heute richtig Bock noch mal auf Tempo zu drücken.“

Markus Mockenhaupt, Sieger des 17. Flecker Tunnellauf



Über 1000 Meter der Schüler lieferten sich Josia Dills (Nr. 54/VfB Wilden/3:24 Minuten), Tim Kuckenburger (Nr. 20/ASC Weißbachtal/3:25) und Leonard Uebach (Nr. 36/LG Kindelsberg Kreuztal/3:26) einen harten Fight bis in den Zielkanal.

Fotos: Frank Steinseifer

dith Hacker in 38:53 Minuten, jetzt war sie sogar noch eine Minute schneller und lief in 37:59 Minuten als Achte im Gesamtklassement zum Gesamtsieg bei den Frauen. Dahinter folgten mit Steffi Osthoff (39:23) und Ina Grebe (42:47) ebenfalls Läuferinnen aus der großen Trainingsgruppe von Egon Bröcher. Erneut stark präsentierte sich der Nachwuchsthiatlet Jalon Frensch von der LG Kindelsberg Kreuztal/Triteam Siegerland. Im Lauf über 5 Kilometer lief er in diesem Jahr 18-Jährige ohne ernsthafte Konkurrenz ein Rennen allein gegen die Uhr und die stoppte schon bei 17:08 Minuten. Rang

zwei belegte der zwei Jahre jüngere Ben Berg vom ASC Weißbachtal in 18:44 Minuten. Schnellste Läuferin war Emma Schneider (ASC Weißbachtal) in 22:33 Minuten.

Bis auf den letzten Meter hart umkämpft war hingegen der Lauf der Schüler über 1.000 Meter. Hier lieferten sich Josia Dills (VfB Wilden/3:24 Minuten), Tim Kuckenburger (ASC Weißbachtal/3:25) und Leonard Uebach (LG Kindelsberg Kreuztal/3:26) einen harten Fight bis in den Zielkanal. Bei den Schülerinnen über 1.000 Meter setzte sich Viktoria Härter von der DJK Betzdorf in 3:51 Minuten gegen die

zwei Jahre älteren Johanna Hippenstiel vom CLV Siegerland (3:54 min.) und Louisa Münzner vom ASC Weißbachtal (4:06 min.) durch.

Bereits am kommenden Samstag startet der nächste Wertungslauf zum Ausdauer-Cup. Dann gibt es mit dem Anzhäuser Gückellauf ein Comeback, auf das sich viele in der Laufszene schon seit Monaten freuen. Behält der von 2002 bis 2014 organisierte Volkslauf mitten durchs beschauliche Dörfchen Anzhäusen bei seiner Rückkehr seinen Charakter und das gleiche Flair, so dürfen sich die Sportlerinnen und Sportler auf einen stimmungsvollen Wettkampf freuen.

## Ausdauer-Cup 2025

### 3. Lauf: 17. Flecker Tunnellauf

#### 10 Kilometer Hauptlauf

Gesamteinlauf: 1. Markus Mockenhaupt (SG Wenden) 33:41 Minuten; 2. Viktor Horch (TuS Deuz) 35:15; 3. Anno Dallmann (TuS Deuz) 36:16; 4. Christian Becker (TuS Deuz) 36:58; 5. Janne Völkel (RSV Osthelden) 37:24; 6. Maximilian Ferger (WSG Bad Marienberg) 37:28.

#### Männer

MU16: 1. Tim-Christian JusTuS 54:24.  
MU20: 1. Phillip Rabsch (Freudenberg) 58:08.

Hauptklasse: 1. Janne Völkel (RSV Osthelden) 37:24; 2. Jonas Krumm (ASC Weißbachtal) 40:41; 3. Marc Stemmer (TV Olpe) 43:02.  
M30: 1. Maximilian Ferger (WSG Bad Marienberg) 37:28; 2. Jonas Winkel (TuS Deuz) 39:58; 3. Johannes Röcher (TV Büschergrund) 40:00.  
M35: 1. Anno Dallmann (TuS Deuz) 36:16; 2. Jens Raupach (CLV Siegerland) 37:42; 3. Philipp Heinz 39:27.  
M40: 1. Christian Becker (TuS Deuz) 36:58; 2. Martin Ermert (Daadener TV) 38:46; 3. Jens Bieker (TV Attendorn) 39:01.  
M45: 1. Markus Mockenhaupt (SG Wenden) 33:41; 2. Viktor Horch (TuS Deuz) 35:15; 3. Aleksei Nesterov (TuS Deuz) 38:22.  
M50: 1. Sascha Söhngen (ASC Weißbachtal)

42:21; 2. Friedrich Hinderthür (ASC Weißbachtal) 43:48; 3. Ingo David (TSG Helberhausen) 46:57.  
M55: 1. Thomas Bückemeyer (TSG Valbert 1894) 38:49; 2. Stefan Brockfeld (TuS Deuz) 39:28; 3. Markus Rathmann (TVG Buschhütten) 40:17.  
M60: 1. Martin Tarfeld (TuS Deuz) 40:55; 2. Holger Stöckmann (SG Wenden) 43:07; 3. Jörg Mauter (Wiehltal) 44:13.  
M65: 1. Bernd Brenner (RSV Daadetal) 47:46; 2. Bernd Klamm (SVS Emmerhausen) 52:30; 3. Heiner Schmidt 53:32.  
M70: 1. Hans-Jürgen Lichte (LG Sieg) 46:34; 2. Hans-Joachim Fries (RSV Daadetal) 51:25; 3. Paul Gerhard Bernshausen (LG Kindelsberg Kreuztal) 59:12.

#### Frauen

WU18: 1. Sophia Münzner (ASC Weißbachtal) 51:57.  
Hauptklasse: 1. Vanessa Oster (TuS Deuz) 43:31; 2. Marie Chadt 48:49; 3. Leonie Ermet (RSV Daadetal) 56:28.  
W30: 1. Judith Hacker (SG Wenden) 37:59; 2. Stephanie Becker 51:53; 3. Lena Scheibner (DJK Marienstatt) 52:43.  
W35: 1. Stefanie Osthoff (SG Wenden) 39:23; 2. Ina Grebe (SG Wenden) 42:47; 3. Julia Scholl (Upperschoolstreet SC) 47:12.  
W40: 1. Joana Waffenschmidt (RUN Squad Cgn) 44:11; 2. Simone Pabst 48:34; 3. Katrin Puruncjas 50:39.  
W45: 1. Ute Bettendorf (ASC Weißbachtal) 48:47; 2. Tanja Charitos (SG Wenden) 49:03; 3. Stephanie Schmidt (VTV Freier Grund) 50:12.  
W50: 1. Tanja Sunder (Olpe) 44:16; 2. Petra Pritzer (DJK Marienstatt) 44:57; 3. Anja Schneider-Schaffarczyk (ASC Weißbachtal) 50:50.  
W55: 1. Sabine Hoffmann (ASC Weißbachtal) 47:27; 2. Daniela Borkenstein (ASC Weißbachtal) 53:58.  
W60: 1. Susanne Hein (LG Kindelsberg/TV Kredenbach-Lohe) 54:43.  
W65: 1. Christiane Stözel-Ditsche (SG Siegen-Giersberg) 1:14:30.  
W70: 1. Christa Siller (ASC Weißbachtal) 1:01:32; 2. Barbara Jüngst (ASC Weißbachtal) 1:07:54.  
W75: 1. Ingrid Ebner (TG Rudersdorf) 1:10:30.

#### 5 Kilometer

##### Männer

MU16: 1. Lukas Dommers (TV Olpe) 24:11; 2. Felix Hartmann (FW Freudenberg/Plietershagen) 35:40.  
MU18: 1. Ben Berg (ASC Weißbachtal) 18:44; 2. Julien Klein (TuS Deuz) 19:24; 3. Simon Krumm (ASC Weißbachtal) 25:17.  
MU20: 1. Jalon Frensch (LGK/Triteam Siegerland) 17:08; 2. Louis Meirich (WSG Bad Marienberg) 21:53.  
Allgemeine Klasse: 1. Andre Metzger (DJK Betzdorf) 19:44; 2. Pascale Pauke 19:56; 3. Jens Michael Steiner (Happy Hill Runners) 20:59.

##### Frauen

WU16: 1. Lilly Berg (ASC Weißbachtal) 25:48; 2.

Carlotta June Augst (LG Westerwald) 27:55; 3. Malina Ziegner (LG Westerwald) 29:16.  
WU18: 1. Emma Schneider (ASC Weißbachtal) 22:33; 2. Mathilda Schneider (ASC Weißbachtal) 23:50; 3. Kathleen Zimmer (LG Kindelsberg Kreuztal) 26:46.  
WU20: 1. Amelie Rübsamen (ASC Weißbachtal) 25:58; 2. Fenja Dittmann (FW Hilschenbach/Oechelhausen/Ruckersfeld) 26:29.  
Allgemeine Klasse: 1. Melina Kunze (ASC Weißbachtal) 22:47; 2. Tabea Wüst (ASC Weißbachtal) 23:44; 3. Nicole Dommers (SV Oberveischede) 24:19.  
Walking: 1. Evelyn Heidt (Oberdreselndorf) 46:38.

#### 1000 Meter

##### Schüler

M8: 1. Cedric Loh (TV Büschergrund) 4:56; 2. Caspar Bätzing (DJK Betzdorf) 4:57; 3. Elias Badjje (VTV Freier Grund) 4:58.  
M9: 1. Adam Krzanowski (CLV Siegerland) 4:05; 2. Max Bertelmann (TV Büschergrund) 4:26; 3. Josua Schirdewahn (SG Wenden) 4:28.  
M10: 1. Levin Schramm (Daadener TV) 4:14; 2. Oskar Bätzing (DJK Betzdorf) 4:17; 3. Elias Klappert 4:20.  
M11: 1. Jonas Marschner (DJK Herdorf) 4:06; 2. Benn Henri Van Der Zwaag (VTV Freier Grund) 4:15; 3. Richard Stork (TuS 09 Drolshagen) 4:18.  
M12: 1. Lennart Geibel (TuS Deuz) 3:55; 2. William Arnold (TuS Deuz) 4:19; 3. Kilian Sichertmann (Reha SV Siegerland) 7:14.  
M13: 1. Jonas Töpfer (Alcher TG) 4:02; 2. Janne Bente V.D. Zwaag (VTV Freier Grund) 4:44; 3. Leon Reinelt 4:53.  
M14: 1. Josia Dills (VfB Wilden) 3:24; 2. Leonard Uebach (LG Kindelsberg Kreuztal) 3:26; 3. Danny Anton 3:53.  
M15: 1. Tim Kuckenburger (ASC Weißbachtal) 3:25; 2. Devin Kraft (TV Langenholdinghausen) 4:17; 3. Moritz Schneider (TV Langenholdinghausen / ATG) 4:37.

##### Schülerinnen

W8: 1. Ida Schramm (Daadener TV) 5:03; 2. Mila Aslanian (ASC Weißbachtal) 5:26; 3. Danelia Aslanian (ASC Weißbachtal) 5:44.  
W9: 1. Juna Wagner (TV Freudenberg) 4:57; 2. Frieda Bertelmann (Alcher TG) 5:02; 3. Ida Schlemper (ASC Weißbachtal) 5:05.  
W10: 1. Lumi Klein (ASC Weißbachtal) 4:27; 2. Lena Schulze (ASC Weißbachtal) 4:46; 3. Rosalia Funari (ASC Weißbachtal) 4:58.  
W11: 1. Isa Fuchs (TuS Deuz) 4:19; 2. Mia Schneider (Alcher TG) 4:21; 3. Lisabeth Hippenstiel (CLV Siegerland) 4:29.  
W12: 1. Viktoria Härter (DJK Betzdorf) 3:51; 2. Mathilda Jung (ASC Weißbachtal) 4:11; 3. Anna Herter (ASC Weißbachtal) 4:39.  
W13: 1. Sofi Bejm (TuS Deuz) 4:10; 2. Leni Schneider (ASC Weißbachtal) 4:14; 3. Amelie Wagner (TV Freudenberg) 4:44.  
W15: 1. Johanna Hippenstiel (CLV Siegerland) 3:54; 2. Louisa Münzner (ASC Weißbachtal) 4:06.



Ein Wochenende zum Vergessen erlebten Luca Stolz und Maxim Martin im Boutsen VDS Mercedes-AMG GT3. Foto: Jürgen Augst/byjogi/AMG

## Luca Stolz fährt bei Jubiläum hinterher

Motorsport: 300. Rennen für Mercedes AMG - Brachbacher Pilot fehlt die nötige Performance

### ■ Brands Hatch (Großbritannien).

Die erste Runde des Sprint Cup in der GT World Challenge Europe führte die Akteure auf die britische Rennstrecke von Brands Hatch. Mit dabei auf dem 3,908 Kilometer langen Kurs war auch der Brachbacher Mercedes-AMG-Werksfahrer Luca Stolz, der sich am Steuer seines Mercedes-AMG GT3 der belgischen Mannschaft von „Boutsen VDS“ mit dem Belgier Maxime Martin abwechselte. Um es vorwegzunehmen, für das Mercedes-AMG-Duo lief es an diesem Wochenende überhaupt nicht.

Sowohl in den Trainings- und Qualifying-Sessions, als auch in den beiden jeweils einstündigen Rennen am Sonntag fuhr das Duo chancenlos hinterher. Im ersten Rennen fehlte es dem Boutsen-Mercedes mit der Startnummer 9 an der nötigen Performance – das Duo Martin/Stolz kam über Position 21 im Qualifying und auch im Rennen nicht hinaus.

Der zweite Renndurchgang, der das 300. Rennen für den Brachbacher Mercedes-AMG-Profi für die Stuttgarter war, begann der Jubilar gar nur von Position 23. Sich langsam in Richtung des vorderen Drittels des Feldes kämpfend, wurde das Team mit einer Zeitstrafe belegt, welche sie auf Rang 20 in der Endabrechnung bannte.

„Brands Hatch lief für Maxime und mich leider nicht wie erhofft und wir mussten ohne Punkte aus England abreisen. Das ist natürlich enttäuschend, denn grundsätzlich bilden wir ein starkes Fahrerduo und auch der Mercedes-AMG GT3 hat bewiesen, dass er konkurrenzfähig war. Uns hat jedoch in allen Sessions die nötige Performance gefehlt. Das nächste Sprint-Cup-Rennen findet bereits übernächstes Wochenende statt. Jetzt gilt es, kurzfristig die Themen zu analysieren und die richtigen Schlüsse zu ziehen, um in Zandvoort wieder angreifen zu können.“ jogi



Bei den Schülerinnen über 1000 Meter setzte sich Viktoria Härter von der DJK Betzdorf (Startnummer 33) auf den letzten 200 Metern in 3:51 Minuten gegen die zwei Jahre ältere Johanna Hippenstiel vom CLV Siegerland (3:54 Minuten) durch. Foto: Frank Steinseifer