Manch Zieleinlauf mit Gänsehaut

Gut gelaufen: Erfolgreiches Jahr 2014 für Europameister Thomas Ruminski

Samstag 27. Dezember 2014 - **Hameln/ Hiddestorf (wbn). Es ist auch 2014 gut gelaufen für den erfolgreichen Läufer Thomas Ruminski.**

2014 war für ihn ein Jahr, gespickt mit "unheimlich schönen unvergesslichen Events". Der Europameister vom SVE Hiddestorf zieht für die Weserbergland-Nachrichten.de nachfolgend eine ganz persönliche Bilanz seiner sportlichen Leistungen im zurückliegenden Jahr:

Fortsetzung von Seite 1

„Zu allererst möchte ich die Team Challenge in Herrenhausen nennen. Das schöne gemeinschaftliche Gefühl, als wir nach dem Sieg unseren Trainer Erich Vellage auf die Bühne geholt haben. Dann den unvergesslichen Gänsehaut-Zieleinlauf als schnellster Chef bei der deutschen Firmenlaufmeisterschaft in die HDI Arena, dem Wohnzimmer von Hannover 96.

Zudem dieses Verbindende, als Tempomacher für eine Trainingspartnerin beim Streckenrekord in Hameln beigetragen zu haben. Wir liefen zusammen und wurden zehn Runden vom Publikum und dem Moderator der Laufveranstaltung gepusht. Dann die Qualifikationszeiten für die Deutsche- und Weltmeisterschaft gelaufen zu sein. Es ist auch etwas ganz Besonderes und einmaliges ein Abendsportfest oder Volkslauf zu gewinnen und sich noch mit einem Streckenrekord in der jeweiligen Laufhistorie zu verewigen.

Der Laufsport bietet so viele verschiedene Facetten. Nach so vielen Läufen in den letzen Jahren kann ich sagen, im Grunde zählt nicht unbedingt nur die Zeit oder der Platz, sondern das Gefühl zu dem jeweiligen Lauf. Und das hat mich 2014 regelrecht übermannt. 2014 hat es gut gemeint mit mir“, schwärmt der Europameister.

Ein Telegramm einiger Läufe im Jahr 2014:

Mai - Schnellster Chef – Deutsche Firmenlaufmeisterschaft:

Der Sieg beim B2Run der Deutschen Firmenlaufmeisterschaft als schnellster Chef, war eines der Highlights von Thomas Ruminski.

Am 26. Mai setzte sich der sechsfache Europameister mit über 30 Sekunden Vorsprung auf der 6,1 Kilometer langen Strecke am Maschsee mit Zieleinlauf in der HDI Arena in Hannover durch.

Juni Streckenrekord – Sieg bei einem Klassiker:

Einen neuen Streckenrekord lief der Hiddestorfer Ausnahmeläufer am 5. Juni 2014 beim 15. Drei-Dörfer-Lauf Lauf in Deenesen.

Dort pulverisierte Ruminski über 6,45 Kilometer die alte Bestmarke von Stefan Brügel in 22:30 Minuten um 37 Sekunden.

Am 5. Juni 2014 wurde der Fünf Seen Lauf in Schwerin mit mehr als 4.000 Läufern zum 30ten Mal gestartet und der Hemminger gewann das 10 Kilometer Rennen.

Juli – Sieg der Trainingsgruppe:

Am 17. Juli 2014 wurde die Team Challenge in Herrenhausen gestartet. Thomas Ruminski gewann mit dem Team von Trainer Erich Vellage (ehemaliger Deutscher Nationaltrainer Marathon der Frauen).

Die Mannschaft5 mit Startläuferin Rebekka Eßmüller, Thomas, Ruminski, Stefan Leunig und Jonas Krüger gewann den 4 x 2,5 Kilometerlauf in schnellen 33:20 Minuten, deutlich.

August – Tempomacher: Für seine Trainingspartnerin Ulrike Wendt Hannover 96, eine der schnellsten Frauen in Niedersachsens, fungierte der Hiddestorfer am 23. August im 10 Kilometer beim Hamelner Stadt-Galerie-Lauf als Tempomacher. Und das mit viel Erfolg, der alte Streckenrekord von 39:03 Minuten wurde in 37:47 Minuten deutlich verbessert.

September – Qualifikation DM / WM und Sieg beim Volkslauf. Am 18. September gewann Ruminski das 15. Abendsportfest SV Lurup Jamburg v. 1923 e.V. ohne spezielle Mittelstreckenvorbereitung und lief über 3.000 Meter die Qualifikationszeit für die Deutsche Hallenlaufmeisterschaft am 28.2.2015 in Erfurt,

sowie die Weltmeisterschaft in Lyon im Mai 2015. Seine Siegerzeit von 10:14 bedeutete neu Landesbestzeit. Im Moment befindet sich Ruminski in der Vorbereitung auf die deutschen Hallenmeisterschaften in Erfurt, bei denen er eine Zeitz um 9:30 Minuten anpeilt.

Den 28. September nutzte der sechsfache Europameister zu einem Tempolauf bei Wolfenbüttel und gewann den 23. Asse Lauf mit großem Vorsprung.

Oktober – Sieg beim Berglauf auf der Hausstrecke:

Am Tag der deutschen Einheit gewann Ruminski das 3,6 Kilometer Bergrennen auf seiner Trainingsstrecke am Benther Berg.