

**Jürgen
aus
Frankfurt**



BOTSCHAFTER



JÜRGEN R. S C H R E I T E R

Bewerbung als RONO-Sympatex Botschafter

Name: *Jürgen R. Schreiter*

Alter: *43 Jahre*

Geschlecht: *männlich*

Tätigkeit: *Typograf / Designer*

Vereine: *Lauftreff BELC89 Frankfurt e.V. (bis Jahresende)
versch. offene Lauftreffs wie z.B. die Hash House Harriers*

Laufgeschichte

Ursprünglich wollte ich nur herausfinden ob ich in der Lage bin einen Marathon zu laufen.

Begonnen habe ich 1980 mit 3- bis 4maligem Training die Woche.

Es gibt immer wieder Schlüsselerlebnisse bei den unterschiedlichsten Läufen.

Manchmal sind es die Läufer oder das Publikum um mich herum, ein anderes Mal sind es die Landschaft oder besondere Vorkommnisse.

In der Regel laufe ich 3x die Woche in versch. Lauftreffs und ca. 2x die Woche für mich.

Am Schönsten ist es, wenn man während eines Laufs mit anderen „Mitläufern“ ins Gespräch kommt und sich zum Teil sogar Freundschaften daraus entwickeln.

Warum ich?

Da ich sowohl im In- und Ausland sehr viel zu Laufveranstaltungen unterwegs bin, könnte ich mir sehr gut vorstellen als RONO-Sympatex Botschafter aufzutreten.

Momentan trage ich Kleidung sehr unterschiedlicher Hersteller. Wichtig ist mir in erster Linie die Funktionalität und die Farben sollten ansprechend und modisch sein.

Meine Kleidung kaufe ich überwiegend in Fachgeschäften und/oder auf Marathonmessen.

Zu meiner „Läuferkarriere“, Lieblingsstrecken und Bestzeiten . . .

Absolute Lieblingsdistanzen sind für mich Halbmarathon- und Marathon-Strecken.

Wettkampferfahrung

Meine „Kurzstrecken“ (5km, 10km, 15km, 20km und Halbmarathon) habe ich nicht gezählt – dafür jedoch meine längeren Wettkämpfe:

52 beendete Marathonläufe

5 (fünf) Ultra-Distanzen (zw. 56 km und 140 km)

Bestzeiten:

10km 00 : 36 : 26 Min

15km 00 : 55 : xx Min

Halbmarathon 01 : 20 : 16 Min

Marathon 02: 55: 22 Min

Teilnahme an unterschiedlichen Marathonläufen und anderen Wettkämpfen, davon einigen Gelände-/Crossläufen, Brüder-Grimm-Lauf, 2 Doppel-Marathonläufe (2 x Jungfrau-Marathon Samstag und Sonntag sowie Jungfrau-Marathon Samstag und Berlin-Marathon am Sonntag), Two-Oceans-Marathon, Riesenbecker Six-Days (140 km) und u.a. einer Laufstaffel von Frankfurt nach Davos.

Was ich sehr gerne noch hinzufügen möchte...

Meine "neue" Leidenschaft ist das Eisbaden, welches wir auch 1-2x jährlich zusammen mit Freunden aus Finnland organisieren!



Meine nächste Planungen, Events und Veranstaltungen:

9. - 15. Mai 2008 (Pfingsten) -- Crossläufe und Adventure-Tour, ISLAND

22. Juni 2008, Elsass-Halbmarathon, inkl. Weinstopps

Am Abend 22. Juni voraussichtlich noch Abreise nach Moskau und Start zur zweiten Tour mit der Trans-Sib von Moskau nach Peking, ca. 20 Tage mit Stadt- und Geländeläufen insbesondere Crossläufen in Sibirien und am Baikalsee.

9. August 2008 - 1. GLACIER 3000 RUN, Gstaad/Schweiz

6. September 2008, Jungfrau-Marathon, Interlaken/Schweiz

Mehr zu meinen Events- und Adventure-Tours gibt es auch online:

<http://www.der-event-manager.de> und <http://www.incentives-worldwide.com>

*Sportliche Grüße aus Frankfurt,
Jürgen Schreiter*



SMS-Frankfurt
Events – Incentives – Adventures
Burgfriedenstraße 17
60489 Frankfurt am Main
Telefon 069-95 90 97 00

Hier einige Impressionen meines Aufenthaltes in „Down Under“ :



FRANKFURT HASH HOUSE HARRIERS

Die Hash House Harriers wurden 1938 in Kuala Lumpur, Malaysia, gegründet. Hash ist eine nahezu ideale Verbindung von sportlicher Aktivität gepaart mit lockerer Geselligkeit in internationaler Atmosphäre.

Nach dem 2. Weltkrieg entstanden weitere Gruppen in Singapur, Indonesien und Malaysia. Inzwischen gibt es Hash House Harriers (HHH) in ca. 200 Ländern auf allen Kontinenten mit über 1.500 Gruppen und weit über 100.000 Mitgliedern. Es dürfte damit die grösste „nichtorganisierte“ Gruppierung auf der ganzen Welt sein.

Gelaufen wird meist einmal in der Woche nach dem Muster einer Schnitzeljagd (hare and hounds), wobei einer oder mehrere Hasen (hares) eine Spur mit Mehl, Kreide oder Sägespäne markieren, die die Meute der Läufer finden und folgen soll. Die Frankfurt Hash House Harriers (FH3) starteten 1987. Inzwischen haben wir über 1000 Läufe hinter uns! 1999 wurde der Frankfurt Full Moon Hash gegründet. Diese Gruppe läuft nur an dem Freitagabend, der am dichtesten am Tag des Vollmondes liegt.

Wir laufen im Winter Sonntag mittags und im Sommer Montag abends. Ein gut vorbereiteter Lauf dauert ca. 50 bis 60 Minuten, der sowohl von Laufanfängern als auch von schnelleren Läufern problemlos bewältigt werden kann. Unterwegs gibt es kurze Unterbrechungen an Checkpoints und durch eventuelle Getränkepausen. Gelaufen wird im Umkreis von und in Frankfurt, im Wald, auf Feldwegen und auf Asphalt. Teilnehmer sind Angehörige aller Altersklassen und Geschlechter unabhängig von Nationalität und Religion.

Der FH3 besteht zur Zeit aus Amerikanern, Briten, Deutschen, Finnen, Japanern und Russen. Besucher sind bei uns stets willkommen! Man kann immer neue Leute Kennenlernen und interessante Gespräche führen. Es gibt keine feste Mitgliedschaft, keine Jahresbeiträge, keine festen Regeln! Pro Lauf wird lediglich ein Kostenbeitrag von 3,- Euro verlangt. Davon werden das Mehl, die Getränke (im wesentlichen Bier) und Snacks bezahlt. Ausserdem ist es wünschenswert gute Laune und ein bisschen Humor mitzubringen.

Übrigens, falls sie es noch nicht gemerkt haben, die Umgangssprache ist Englisch.



Interessierte wenden sich bitte an:

fh3mism@yahoogroups.com

www.FRANKFURT-HASH.de