

Lauf Club-Bestenliste

2025

1. Laufsaison des LC Frun Run Urexweiler e.V.



LC FUN RUN
UREXWEILER

Lauf Club-Bestenliste

2025

Herausgegeben

Lauf Club Fun Run Urexweiler e.V.

lcfru.de

Titelseite

von oben links

Sabrina Harnacke(Fun Runnerin des Jahres 2025)

Marathon Recktenwald(Läufer des Jahres 2025)

Gruppenfoto beim Saisonabschlusslauf 2025

Ehrentafel 2025

Sabrina Harnacke	Fun Runnerin des Jahres
Martin Recktenwald	Läufer des Jahres
Eva Klos	7. Platz W35 - Halbmarathon - SLB-Bestenliste 8. Platz W35 - Marathon - SLB-Bestenliste
Jennifer Mayer	10. Platz W40 - 10km Straße - SLB-Bestenliste
Birgit Müller	4. Platz W60 - 5km Straße - SLB-Bestenliste
Falko Müller	3. Platz M60 - 5km Straße - SLB-Bestenliste

Unsere Clubmeister 2025 über 5km(Straße)

Frauen

Clubmeisterin	Daniela Frank	25:50 Min.
2. Platz	Birgit Holbach	29:32 Min.
3. Platz	Alisha Neisius	29:50 Min.

Altersklassen

WHK	Alisha Neisius	29:50 Min.
W30	Aline Müller	37:49 Min.
W55	Birgit Holbach	29:32 Min.
W60	Daniela Frank	25:50 Min.

Frauen

Clubmeister	David Massone	20:59 Min.
2. Platz	Daniel Geßner	21:32 Min.
3. Platz	Martin Recktenwald	22:09 Min.

Altersklassen

MHK	Nick Herding	37:50 Min.
M35	David Massone	20:59 Min.
M40	Daniel Geßner	21:32 Min.
M45	Benedikt Lauer	25:08 Min.
M50	Martin Recktenwald	22:09 Min.
M55	Dieter Schneider-Holb.	29:34 Min.



Saisonleistung unserer Läufer/innen

24 aktive Läufer(11 Frauen & 13 Männer)

951 Wettkampfkilometer(355km Frauen - 596km Männer)

1 Teilnehmerin an SLB-Meisterschaftsläufen

4 Marathonläufe

5 Platzierungen in der Top10 des SLB(Bestenlisten)



Jahresbestenlisten

5km Straßenlauf

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Massone, David	40	20:59	1.	Frank, Daniela	60	25:50
2.	Geßner, Daniel	40	21:32	2.	Harnacke, Sabrina	HK	25:55
3.	Recktenwald, Martin	50	22:03	3.	Klos, Eva	35	28:00
4.	Braun, Patrick	50	22:40	4.	Mayer, Jennifer	40	29:06
5.	Müller, Falko	60	23:55	5.	Holbach, Birgit	55	29:32
6.	Schneider-Holbach, Dieter	55	24:44	6.	Neisius, Alisha	HK	29:50
7.	Lauer, Benedikt	45	25:08	7.	Müller, Birgit	60	33:34
8.	Mayer, Thorsten	45	25:09	8.	Recktenwald, Christine	50	35:26
9.	Keller, Jörg	55	26:13	9.	Müller, Aline	30	37:49
10.	Herding, Nick	HK	27:43				
11.	Kranz, Jochen	50	33:52				

10km Straßenlauf

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Recktenwald, Martin	50	0:45:17	1.	Harnacke, Sabrina	HK	0:53:06
2.	Geßner, Daniel	40	0:45:59	2.	Klos, Eva	35	0:55:46
3.	Mayer, Thorsten	45	0:54:48	3.	Mayer, Jennifer	40	1:06:56
				4.	Müller, Birgit	60	1:09:16

Halbmarathon

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Recktenwald, Martin	50	1:47:40	1.	Klos, Eva	35	2:05:41
2.	Geßner, Daniel	40	1:54:59				
3.	Mayer, Thorsten	45	2:19:21				

Marathon

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Recktenwald, Martin	50	3:38:23	1.	Klos, Eva	35	4:55:31

6h-Lauf

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Mayer, Thorsten	45	42,00	1.	Mayer, Jennifer	40	31,50

Finisher von Marathondistanzen

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
	Recktenwald, Martin	50	2		Klos, Eva	35	1
	Mayer, Thorsten	45	1				

Läufer/in des Jahres

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Recktenwald, Martin	50	1.814	1.	Klos, Eva	35	1.594
2.	Mayer, Thorsten	45	1.447	1.	Mayer, Jennifer	40	0.823
3.	Geßner, Daniel	40	0.946	3.	Harnacke, Sabrina	HK	0.771
4.	Massone, David	40	0.366	4.	Müller, Birgit	60	0.582
5.	Müller, Falko	60	0.283	5.	Frank, Daniela	60	0.367
6.	Braun, Patrick	50	0.266	5.	Holbach, Birgit	55	0.278
6.	Herding, Nick	HK	0.222	5.	Geßner, Leonie	U12	0.228
6.	Schneider-Holbach, Dieter	55	0.212	8.	Neisius, Alisha	HK	0.224
9.	Massone, Elias	U12	0.210	8.	Müller, Aline	30	0.156
9.	Lauer, Benedikt	45	0.193	8.	Recktenwald, Christine	50	0.148
9.	Keller, Jörg	55	0.183	8.	Braun, Lilli	U10	0.031
9.	Kranz, Jochen	50	0.138				
9.	Braun, Yanis	U16	0.013				
6.293				5.200			

Die meisten Wettkampfkilometer

Pl.	Männer	AK	KM	Pl.	Frauen	AK	KM
1.	Mayer, Thorsten	45	236,41	1.	Mayer, Jennifer	40	100,41
2.	Recktenwald, Martin	50	204,60	2.	Klos, Eva	35	99,91
3.	Geßner, Daniel	40	56,10	3.	Harnacke, Sabrina	HK	69,61
4.	Herding, Nick	HK	25,00	4.	Müller, Birgit	60	43,49
5.	Braun, Patrick	50	20,00	5.	Müller, Aline	30	11,00
6.	Müller, Falko	60	15,89	6.	Neisius, Alisha	HK	10,00
7.	Massone, David	40	10,00	7.	Frank, Daniela	60	5,00
7.	Schneider-Holbach, Dieter	55	10,00	7.	Holbach, Birgit	55	5,00
9.	Lauer, Benedikt	45	5,00	7.	Recktenwald, Christine	50	5,00
9.	Keller, Jörg	55	5,00	10.	Geßner, Leonie	U12	4,00
9.	Kranz, Jochen	50	5,00	11.	Braun, Lilli	U10	1,50
12.	Massone, Elias	U12	2,00				
13.	Braun, Yanis	U16	1,50				
596,50				354,92			

Die meisten Wettkämpfe

Pl.	Männer	AK	Anz.	Pl.	Frauen	AK	Anz.
1.	Mayer, Thorsten	45	22	1.	Mayer, Jennifer	40	11
2.	Recktenwald, Martin	50	11	1.	Harnacke, Sabrina	HK	11
3.	Geßner, Daniel	40	6	3.	Klos, Eva	35	8
4.	Herding, Nick	HK	5	4.	Müller, Birgit	60	7
5.	Braun, Patrick	50	4	5.	Müller, Aline	30	2
6.	Massone, David	40	2	5.	Neisius, Alisha	HK	2
6.	Müller, Falko	60	2	5.	Geßner, Leonie	U12	2
6.	Schneider-Holbach, Dieter	55	2	8.	Frank, Daniela	60	1
9.	Massone, Elias	U12	1	8.	Holbach, Birgit	55	1
9.	Lauer, Benedikt	45	1	8.	Recktenwald, Christine	50	1
9.	Keller, Jörg	55	1	8.	Braun, Lilli	U10	1
9.	Kranz, Jochen	50	1				
9.	Braun, Yanis	U16	1				
59				47			

Unsere Teilnahmen im Jahr 2025

Teilnahmen an Laufveranstaltungen		2025
Clubmeisterschaft	St. Wendel	13
Mittelpunktlauf	Habach	12
Volkslauf	Noswendel	6
Benin Benefizlauf	Hirzweiler	6
Meilenlauf	Urexweiler	5
Citylauf	Saarbrücken	4
Advent-Lauf	Saarbrücken	4
Citylauf	Illingen	3
Firmenlauf	Saarbrücken	3
Halbmarathon	Bochum	3
Frauenlauf	Saarlouis	3
Freundschaftslauf	Wustweiler	3
Winterlaufserie 10km	Rheinzabern	3
Südpfalzlauf	Rülzheim	2
Wings for Life World Run	Breda	2
Stadtlauf	Trier	2
Firmenlauf	Dillingen	2
Säntis Panoramalauf	Waldstatt(SUI)	2
FASTLANE	St. Ingbert	2
Rietburg Berglauf	Edenkoben	2
Cross against Cancer	Homburg	2
6h Lauf	Harthausen	2
SAARathon	Saarbrücken	2
Silberaulauf	Bad Ems	2
Nachtwächterlauf	Ottweiler	2
Firmenlauf	Homburg	1
Trailfest	Losheim	1
Ruhbachtal-Lauf	Schnappach	1
Limlauf	Limbach	1
CANYON RUN	Mülheim(Hessen)	1
3h Lauf	Schifferstadt	1
Urban Cross	Saarbrücken	1
Seewooglauf	Ramstein	1
Mammutmarsch	Stuttgart	1
Marathon	Frankfurt	1

Clubrekorde

Männer

Disziplin	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
5km Straße	20:59	Massone, David	38	21.12.25	St. Wendel
10km Straße	45:17	Recktenwald, Martin	51	13.12.25	Ottweiler
Halbmarathon	1:47:40	Martin Recktenwald	51	07.09.25	Bochum
Marathon	3:38:23	Martin Recktenwald	51	26.10.25	Frankfurt

Frauen

Disziplin	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
5km Straße	25:50	Daniela Frank	62	21.12.25	St. Wendel
10km Straße	55:46	Eva Klos	37	18.05.25	Saarbrücken
Halbmarathon	2:05:41	Eva Klos	37	29.06.25	Trier
Marathon	4:55:31	Eva Klos	37	12.10.25	Saarbrücken

5km Straßenlauf

Männer

Männer

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse	27:43	Nick Herding	26	13.12.25	Ottweiler
30	20:59	Massone, David	38	21.12.25	St. Wendel
35	24:59	David Massone	38	11.07.25	Habach
40	21:32	Daniel Geßner	40	21.12.25	St. Wendel
45	25:08	Benedikt Lauer	47	21.12.25	St. Wendel
50	22:03	Martin Recktenwald	51	03.07.25	Dillingen
55	24:44	Dieter Schneider-Holbach	55	27.07.25	Noswendel
60	23:55	Müller, Falko	63	30.11.25	Saarbrücken

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	20:59	Massone, David	38	21.12.25	St. Wendel
2.	21:32	Geßner, Daniel	40	21.12.25	St. Wendel
3.	22:03	Recktenwald, Martin	51	03.07.25	Dillingen
4.	22:40	Braun, Patrick	50	27.07.25	Noswendel
5.	23:55	Müller, Falko	63	30.11.25	Saarbrücken
6.	24:44	Schneider-Holbach, Dieter	55	27.07.25	Noswendel
7.	25:08	Benedikt Lauer	47	21.12.25	St. Wendel
8.	25:09	Mayer, Thorsten	45	27.07.25	Noswendel
9.	26:13	Keller, Jörg	56	11.07.25	Habach
10.	27:43	Herding, Nick	26	13.12.25	Ottweiler
11.	33:52	Kranz, Jochen	50	11.07.25	Habach

5km Straßenlauf

Frauen

Frauen

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse	25:55	Sabrina Harnacke	29	18.10.25	Hirzweiler
30					
35	28:00	Eva Klos	37	31.05.25	Illingen
40	29:09	Jennifer Mayer	40	27.07.25	Noswendel
45					
50	35:26	Christine Recktenwald	52	07.09.25	Bochum
55	29:32	Birgit Holbach	58	21.12.25	St. Wendel
60	25:50	Daniela Frank	62	21.12.25	St. Wendel

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	25:50	Daniela Frank	62	21.12.25	St. Wendel
2.	25:55	Sabrina Harnacke	29	18.10.25	Hirzweiler
3.	28:00	Eva Klos	37	31.05.25	Illingen
4.	29:09	Jennifer Mayer	40	27.07.25	Noswendel
5.	29:32	Birgit Holbach	58	21.12.25	St. Wendel
6.	29:50	Alisha Neisius	26	21.12.25	St. Wendel
7.	35:02	Birgit Müller	62	31.05.25	Illingen
8.	35:26	Christine Recktenwald	52	07.09.25	Bochum

10km Straßenlauf

Männer

Männer

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse					
30					
35					
40	0:45:59	Geßner, Daniel	40	30.11.25	Saarbrücken
45	0:54:48	Thorsten Mayer	45	09.06.25	Rülzheim
50	0:45:17	Recktenwald, Martin	51	13.12.25	Ottweiler
55					
60					

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	0:45:17	Recktenwald, Martin	51	13.12.25	Ottweiler
2.	0:45:59	Geßner, Daniel	40	30.11.25	Saarbrücken
3.	0:54:48	Thorsten Mayer	45	09.06.25	Rülzheim

10km Straßenlauf

Frauen

Frauen

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse	0:53:06	Sabrina Harnacke	29	30.11.25	Saarbrücken
30					
35	0:55:46	Eva Klos	37	18.05.25	Saarbrücken
40	1:06:56	Jennifer Mayer	41	14.12.25	Rheinzabern
45					
50					
55					
60	1:09:16	Birgit Müller	62	30.11.25	Saarbrücken

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	0:55:46	Eva Klos	37	18.05.25	Saarbrücken
2.	0:53:06	Sabrina Harnacke	29	30.11.25	Saarbrücken
3.	1:06:56	Jennifer Mayer	41	14.12.25	Rheinzabern
4.	1:09:16	Birgit Müller	62	30.11.25	Saarbrücken

Halbmarathon

Männer

Männer

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse					
30					
35					
40	1:54:59	Daniel Geßner	40	31.08.25	Mühlheim
45	2:19:21	Thorsten Mayer	45	29.06.25	Trier
50	1:47:40	Martin Recktenwald	51	07.09.25	Bochum
55					
60					

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	1:47:40	Martin Recktenwald	51	07.09.25	Bochum
2.	1:54:59	Daniel Geßner	40	31.08.25	Mühlheim
3.	2:19:21	Thorsten Mayer	45	29.06.25	Trier

Halbmarathon

Frauen

Frauen

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse					
30					
35	2:05:41	Eva Klos	37	29.06.25	Trier
40					
45					
50					
55					
60					

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	2:05:41	Eva Klos	37	29.06.25	Trier

Marathon

Männer

Männer

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse					
30					
35					
40					
45					
50	3:38:23	Martin Recktenwald	51	26.10.25	Frankfurt
55					
60					

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	3:38:23	Martin Recktenwald	51	26.10.25	Frankfurt

Frauen

Altersklasse	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
Hauptklasse					
30					
35	4:55:31	Eva Klos	37	12.10.25	Saarbrücken
40					
45					
50					
55					
60					

Bestenliste

Platz	Zeit	Name	Alter	Datum	Ort
1.	4:55:31	Eva Klos	37	12.10.25	Saarbrücken

Das Gründungsjahr 2025

Im März reifte die Entscheidung. Wir wollten etwas neues, wir wollten etwas anderes machen. Wir wollten etwas, was uns Spaß macht schaffen und dies ist der neue Lauf Club Fun Run Urexweiler e.V. Von einem lockeren Spruch bis hin zur handfesten Gründung und dem letztlich eingetragenen Verein vergingen nur wenige Monate.

Sportlich standen wir zum ersten Mal im Mai auf der Matte. Nach dem Motto Alles neu macht der Mai riefen wir zum gemeinsamen Laufen in der Gruppe, Lauf-ABC, Anfängerkurs, Crosstraining, Yoga, Wandern, qualifiziertem Wettkampftraining und vielem mehr auf. Im Mittelpunkt stand und steht jedoch der Spaß an der Bewegung.

Der erste Startschuss fiel für 5 Fun Runner beim 37. Citylauf in Saarbrücken. Es folgten bis heute 109 Laufteilnahmen unserer Läufer/innen. Seit Mai konnten wir zudem 62 Trainingseinheiten anbieten, von denen Sabrina Harnacke mit 54 die meisten absolvierte.

Auch bei eigenen Veranstaltungen konnten wir unsere ersten Erfahrungen sammeln. Die größte Freude daran waren für uns die Rückmeldungen der Teilnehmer/innen. Los ging es am 4. Juni mit dem Tag des Laufens. Neben einem Stundenlauf und der ersten Urexweiler Meile war die After Run Party ein großer Erfolg.

Schon im Juli wurde mit dem Sonnenaufgangslauf die nächste Idee zum gemeinsamen Laufen mit befreundeten Läufer/innen umgesetzt. Hier gab es nur die Überwindung zum frühen Aufstehen um 5 Uhr. Neben Thorsten, dem das frühe Aufstehen sichtlich schwer fiel, war es ausgerechnet die Sonne, die sich erst kurz vor Ende der schönen Veranstaltung blicken ließ. Als sie dann am Himmel über Urexweiler aus den Wolken auftauchte, war der gewünschte Rahmen gegeben. Ein früher, aber schöner Start in einen Sommersonntag.

Der Höhepunkt unserer Organisation war dann der Saisonabschlusslauf mit integrierter Clubmeisterschaft. Dem ausführlichen Bericht von letzter Woche kann man entnehmen, dass die Generalprobe für unsere beiden Volksläufe im nächsten Jahr (Osterlauf und Pumpkin Run), als gelungen gilt.

Wir hätten im März nie damit gerechnet einen solchen Start hinzulegen. Bedanken möchten wir uns ausdrücklich bei allen, die diese Entwicklung ermöglicht haben. Neben dem Trikotsponsor Monti gilt der Dank auch den verschiedensten Institutionen, die es im Saarland ermöglichen, einen Verein an den Start zu bringen. Insbesondere die Förderungen, die uns beim Ausrüsten unserer verschiedenen Trainingsangebote unterstützt haben, wäre nur mit Mitgliedsbeiträgen nicht möglich gewesen. Hinzu kommt unser Nachbarverein LLG Wustweiler. Hier durften wir über ein halbes Jahr beim ABC- Training auf der Laufbahn in Illingen teilnehmen, was uns sehr viel Organisationsarbeit abgenommen hat.

Im nächsten Jahr stehen wir dann auf eigenen Beinen, wenn wir unser Trainingsangebot mit einem zusätzlichen Lauftreff am Samstagmorgen erweitern. Hinzu kommt unser Faszientraining, Lauf -ABC und der LC-Laufanfängerkurs ab dem 3. Januar.



Von links nach rechts: Falko Müller, Birgit Müller, Nick Herding, Sabrina Harnacke, Thorsten Mayer, Jennifer Mayer, Eva Klos, Benjamin Klos, Daniel Geßner(Kassenprüfer), Patrick Braun(Kassenprüfer)

Vorstand des LC Fun Run Urexweiler e.V.

Vorsitz:	Eva Klos Thorsten Mayer
Kassenwart:	Benjamin Klos
Schriftführerin:	Jennifer Mayer
Social-Media:	Sabrina Harnacke
Beisitzer/in:	Birgit Müller Falko Müller Nick Herding
Kassenprüfer:	Patrick Braun Daniel Geßner