

12. Lappwaldsee-Cross-Duathlon mit Nds. Landesmeisterschaften**Landesmeistertitel für Imke Taube in Helmstedt**

Imke Taube absolvierte einen gewohnt starken Wettkampf. Der Cross-Duathlon bestand aus 6,0 Kilometern Laufen, **einer** 18 Kilometer langen Mountainbike-Strecke sowie einem abschließenden 4,4-Kilometer-Lauf. Mit einer Gesamtzeit von **1:43:43 Std.** sicherte sie sich den 1. Platz in der AK TW35 und ebenfalls den Landesmeistertitel.

Für Ingo Taube blieb aufgrund der Wettkampfregularien die Teilnahme am Jedermann-Triathlon, den er jedoch ebenso erfolgreich absolvierte. Mit einer Gesamtzeit von **1:44:42 Stunden** belegte er den 1. Platz in der Altersklasse T50.

Distanzen: 6,0 km Laufen – 18 km Radfahren – 4,4 km Laufen

Nachstehend die Einzelergebnisse incl. Wechselzonenzeiten

| Name | Zeit 6,0 km <u>Laufen</u> | Zeit 18 km <u>Rad</u> | Zeit 4,4 km <u>Laufen</u> | Zeit insgesamt | Platz insgesamt <u>Frauen/Männer</u> | Platz Altersklasse |
|--|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------|--|-----------------------|
| Taube, Imke | 29:16 | 0:52:15 | 22:12 | 01:43:43 | 4./16. gesamt | 1. TW 35 |
| 13 Männer / 7 Frauen= 20 Teilnehmer im Ziel | | | | | | |

12. Lappwaldsee-Crossduathlon am 15.03.2026 in Helmstedt

Distanzen: 4,4 km Laufen – 18 km Radfahren – 4,4 km Laufen

Nachstehend die Einzelergebnisse incl. Wechselzonenzeiten

| Name | Zeit 4,4 km <u>Laufen</u> | Zeit 18 km <u>Rad</u> | Zeit 4,4 km <u>Laufen</u> | Zeit insgesamt | Platz insgesamt <u>Frauen/Männer</u> | Platz Altersklasse |
|--|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-------------------|--|-----------------------|
| Taube, Ingo | 25:08 | 0:52:16 | 27:18 | 01:44:42 | 27./30. gesamt | 1. TM 50 |
| 33 Männer / 4 Frauen= 37 Teilnehmer im Ziel | | | | | | |

33. Sälzerlauf des VfB Salzkotten am 21.03.2026

Klassensieg für Elke Dorusch in Salzkotten über die vermessene 10 Km Strecke.

| Name | Strecke | Zeit | Platz <u>Frauen / Männer</u> | Platz insgesamt |
|---|---------|---------|---------------------------------|--------------------|
| Dorusch, Elke | 10 Km | 55:52,7 | 68./ 312. gesamt | 1. W 70 |
| 280 Männer / 115 Frauen = 395 Teilnehmer im Ziel | | | | |

48. Springe-Deister-Marathon am 21.03.2026

Beim **48. Springe Deister Marathon** vertraten **Imke und Ingo Taube** den PSV Holzminden erfolgreich auf der 10-Kilometer-Distanz. In dem großen Teilnehmerfeld stellten sich beide der teils anspruchsvollen Strecke. Imke Taube zeigte einmal mehr ihre derzeit sehr gute Form und absolvierte einen engagierten Lauf. Mit einer starken Zeit von **49:00 Min.** erreichte sie das Ziel als 2. der **AK W35**. Auch Ingo Taube überzeugte mit einem soliden Wettkampf. Er bewältigte die Strecke in **56:34 Min.** und kam nach einem konstanten Rennen zufrieden ins Ziel.

| Name | Strecke | Zeit | Platz Frauen / Männer | Platz insgesamt |
|--|---------|-------|--|--------------------|
| Taube, Imke | 10 Km | 49:00 | 13./ 80. gesamt | 2. W 35 |
| Taube, Ingo | 10 Km | 56:36 | 104./ 147. gesamt | 9. M 50 |
| 148 Männer / 96 Frauen = 244 Teilnehmer im Ziel | | | | |

Aufgestellt von Elke Dorusch

Für alle PSV-Athleten waren es gelungene Wettkämpfe und erfolgreiche Auftritte im Frühjahr.



Landesmeisterin Imke Taube in Helmstedt



Elke Dorusch auf der 10 Km Strecke in Salzkotten