

Rhein-∠eitung Kreis Ahrweiler Donnerstag, <span>20. August</span> 2020 Seite 22

Donnerstag, 20. August 2020, Rhein-Zeitung Kreis Ahrweiler, Seite 22

## Raphael Jüris kommt seinem großen Ziel näher



Leichtathletik: 3000-Meter-Läufer peilt DM-Norm an

1 von 2

Kreisgebiet. Nachdem die Leichtathleten schon nicht mehr mit einer Wettkampfsaison gerechnet hatten, laufen nun die Vorbereitung auf eine "Late-Season", also einer späten Saison, auf Hochtouren. So konnte auch der Mittelstreckler Raphael Jüris von der LG Kreis Ahrweiler das Tempo-Training im heimischen Rhein-Ahr-Stadion unter Beachtung der Hygienebestimmungen wieder aufnehmen. Mit seinem Trainer Thorsten Meyer wollte er in diesem Jahr möglichst nah an die Qualifikationsnorm über 1500 Meter für die deutschen Meisterschaften der U 18 heranlaufen.

Den Auftakt bildete dazu nun die Bahnlaufserie in Siegburg. Hier stellte er über die Unterdistanz von 800 Metern in 2:04,55 Minuten eine persönliche Bestleistung auf. Nur zwei Tage später ging er beim "Jump and Run" in Dortmund an den Start. Auch hier verbesserte er sich in einem schnellen Rennen mit der Zeit von 4:15,64 Minuten über die 1500 Meter und blieb dabei nur zwei Sekunden über der angestrebten Norm. Lars Arzdorf und Thomas Reuter nutzten in Siegburg ebenfalls die Chance auf einen Start über 3000 Meter. Mit 9:55,32 Minuten blieb Arzdorf in seinem ersten Bahnrennen etwas hinter seinen Erwartungen zurück, wohingegen Reuter sich über seine Zeit von 10:07,77 Minuten Minuten freuen konnte.

Raphael Jüris Foto: LG Kreis Ahrweiler

© Die inhaltlichen Rechte bleiben dem Verlag vorbehalten. Nutzung der journalistischen Inhalte ist ausschließlich zu eigenen, nichtkommerziellen Zwecken erlaubt.

2 von 2