

## Friedhelm Adorf läuft über 400 Meter Jahresbestzeit

M75-Leichtathlet aus Heupelzen ist für DM gerüstet

■ **Ingelheim/Konz.** Zwei Wochen vor den deutschen Leichtathletik-Meisterschaften der Senioren präsentiert sich Friedhelm Adorf bereits in Topform. Dass er für die nationalen Titelkämpfe, die vom 10. bis 12. September in Baunatal ausgetragen werden, gerüstet ist, bewies der 77-Jährige allerdings auch schon vor den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften am vergangenen Samstag in Ingelheim.

Dass Adorf nicht nur in seiner Altersklasse M 75 nach wie vor ein Ass über die Sprint-Distanzen ist, zeigte er in Ingelheim über 100 und 200 Meter, wo er in seiner Altersklasse zwar gegen sich selbst lief, dabei aber auch der Konkurrenz aus der jüngeren 70er-Kategorie die Hacken zeigte. Am Ende standen Zeiten von 14,42 (100 Meter) und 30,08 Sekunden (200 Meter) zu Buche, wobei letzteres Resultat Adorfs Mitte Juni in Bad Neuenahr aufgestellten persönlichen Jahresbestwert um 14 Hundertstelsekunden unterbot.

Über 100 Meter hingegen war Adorf eine Woche vorher beim Walfried-Heinz-Sportfest in Konz noch neun Hundertstel schneller



**Immer noch flott unterwegs: Friedhelm Adorf.**

Foto: René Weiss

unterwegs gewesen. Dass die Tagesform in Konz stimmte, stellte der Sprinter der LG Rhein-Wied aber vor allem über die Stadionrunde unter Beweis, die er in beeindruckenden 70,78 Sekunden lief, was in diesem Jahr in Deutschland noch kein anderer M 75-Athlet geschafft hat. Dass die 400 Meter bei den Landesmeisterschaften in Ingelheim gar nicht ausgeschrieben waren, konnte Adorf daher verschmerzen. *hun*