

Nordrhein-Meisterschaften 2026 – 5 km Straße



Foto F1: Kurz nach dem Start positionieren sich die späteren Sieger: Eric Nzambimana (M, Nr. 10076), Anna Maria Hiegemann (W30, Nr. 266), Christian Schreiner (M40, Nr. 334) und Timo Krein (MJU18).

Eschweiler, 23. August 2026. Bericht und Fotos: Alfred Hermes

Eric Nzambimana dominiert – Timo Krein beeindruckt

Schnellster Läufer bei den Nordrhein-Meisterschaften über 5 km Straße war **Eric Nzambimana (Trackrunner Bonn)**. Der 25-Jährige stammt aus Burundi und begann seine Laufkarriere als Profi in Spanien. Seine persönliche Bestzeit über 5 km von 13:45,05 Minuten erzielte er 2024. In Eschweiler überquerte Nzambimana nach 14:30 Minuten die Ziellinie und sicherte sich souverän den Titel.

Für einen weiteren Höhepunkt sorgte der erst 17-jährige **Timo Krein** (LAZ Rhein-Sieg) in der männlichen Jugend U18. Nur Nzambimana und **Pierre Grandin** (Düsseldorf Athletics), der in 15:13 Minuten das Ziel erreichte, waren schneller. Kreins Zeit von **15:23 Minuten** unterstreicht seine hohe Klasse und lässt auf eine vielversprechende Zukunft hoffen.

Die „magische“ 16-Minuten-Marke unterboten auch die Sieger der Altersklassen M30, M35 und M40: **Renee Bonger** (M30, Ayyo Team Essen) lief 15:37 Minuten, **Simon Dahl** (M35, TuS Köln rrh.) 15:49 Minuten und **Christian Schreiner** (M40, LAZ Rhein-Sieg) 15:39 Minuten.

Bei den Frauen war **Anna Maria Hiegemann** (W30, LT Stoppenberg) mit 17:27 Minuten die Schnellste. Ihren Gesamtsieg musste sie allerdings bis ins Ziel verteidigen: Die rund 15 Jahre ältere **Sabine Burgdorf** (W45, TV Refrath) kam ihr mit 17:33 Minuten noch einmal gefährlich nahe.



Foto F2: Sabine Burgdorf am Ende der Gruppe mit Markus Mey (Sieger M55, Nr. 645), Anna Maria Hiegemann (Nr. 266) und Vitaliy Rybark (Dritter M45, LAZ Rhein-Sieg).

An der Spitze der Gruppe läuft **Markus Mey (M55, Milers Colonia 2020)**. Er siegte überlegen in seiner Altersklasse und freute sich gemeinsam mit seinen Vereinskameraden Carsten von Kuk (2. M55) und Norbert Schneider (8. M55) über den Mannschaftssieg.

Starke Refrather Beteiligung

Neben der starken W45-Siegerin Sabine Burgdorf machten weitere Athletinnen und Athleten des **TV Refrath** auf sich aufmerksam. **Wilhelm Wölfel (M65)** siegte in 21:33 Minuten und setzte sich mit einem Vorsprung von fast drei Minuten an die Spitze seiner Altersklasse. **Anne Päßgen (W50)** gewann in 20:03 Minuten, **Karin Janz (W60)** in 22:39 Minuten. Alle drei überzeugten mit starken, altersgerechten Leistungen.

Die Goldausbeute des TV Refrath komplettierte die Mannschaft der Seniorinnen W45/50/55 mit **Sabine Burgdorf, Anne Päßgen und Joanna Meyer**.

Weitere Nordrhein-Meister

Weitere Nordrhein-Titel gingen an:

- **Jonas Brücher** (MJU20, LG Gummersbach) – 16:20 Minuten
- **Michael Schramm** (M45, Ayyo Team Essen) – 16:28 Minuten
- **Henry Fryns** (M50, LG Aachen) – 18:09 Minuten
- **Adam Rogalski** (M60, IAC Düren) – 18:51 Minuten

- ## Statistik

Ergebnisse: [Nordrhein-Meisterschaften 2026 – 5 km Straße](#)
[Mannschaftswertungen](#)