

Lukas Kley krönt 100 Kilometer in Berlin mit DM-Gold

► [Laufen-in-Koeln](#) >> [Rund um's Laufen](#) >> [Leichtathletik](#) >> Artikel

20.09.2026



6:41:55 Stunden, eine persönliche Bestzeit um mehr als eine halbe Stunde verbessert und dazu Mannschaftsgold: Lukas Kley führt das TV Refrath running team bei der 100-Kilometer-DM in Berlin zu einem der erfolgreichsten Tage seiner Vereinsgeschichte. Auch Moritz Ehm und Manuel Skopnik tragen mit zwei weiteren Einzelmedaillen entscheidend zum Erfolg bei.

100 Kilometer lassen wenig Raum für Fehler. Wer zu schnell beginnt, bezahlt dafür häufig erst Stunden später. Wer zu vorsichtig läuft, kann einen Rückstand irgendwann nicht mehr schließen. Bei den Deutschen Meisterschaften in Berlin-Wartenberg fand Lukas Kley dazwischen nahezu exakt die richtige Linie.

20 Runden zu jeweils fünf Kilometern lagen am Samstagmorgen vor den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, als um 7 Uhr im Landschaftspark Wartenberger Feldmark der Startschuss fiel. Die 38. Deutschen Meisterschaften im 100-Kilometer-Straßenlauf wurden von der Deutschen Ultramarathon-Vereinigung in Kooperation mit dem Deutschen Leichtathletik-Verband ausgetragen. Der SC Tegeler Forst in der LG Nord Berlin organisierte die Veranstaltung gemeinsam mit dem Wartenberger SV auf einem flachen, schnellen Rundkurs. Für das TV Refrath running team standen mit Kley, Moritz Ehm und Manuel Skopnik gleich drei Läufer am Start, die nicht nur um Einzelplatzierungen kämpften. Bei einer Mannschaftswertung über 100 Kilometer zählt jeder Einbruch doppelt. Denn erst wenn drei Läufer das Ziel erreichen, können ihre Zeiten zu einem Teamergebnis addiert werden.

Kley findet seinen Rhythmus und lässt ihn nicht mehr los

Lukas Kley orientierte sich zunächst an Frank Merrbach von der LG Nord Berlin. Das Tempo war von Beginn an anspruchsvoll. Rund 4:01 bis 4:02 Minuten benötigten die beiden für jeden Kilometer. Umgerechnet bedeutet das, dass ein Marathon in diesem Rhythmus nach weniger als 2:50 Stunden vorbei wäre. In Berlin musste dieses Tempo anschließend noch weitere 58 Kilometer durchgehalten werden.

Kley gelang genau das. Seine Fünf-Kilometer-Abschnitte bewegten sich nach Angaben seines Vereins über weite Strecken zwischen 19:50 und 20:20 Minuten. Merrbach konnte das Tempo nach rund 65 Kilometern nicht mehr halten und beendete das Rennen später vorzeitig. Kley dagegen lief weiter. Runde für Runde. Diese Gleichmäßigkeit wurde am Ende zum Schlüssel seines Rennens. Auch der DLV hebt hervor, dass Kley seine Kräfte bemerkenswert gut einteilte und auf den letzten Kilometern sogar noch einmal beschleunigen konnte. Teilweise lief er dort wieder unter vier Minuten pro Kilometer. Nach 6:41:55 Stunden war der Titel sicher. Kley hatte die 100 Kilometer mit einem Durchschnitt von 14,93 km/h zurückgelegt. Das entspricht einer mittleren Pace von knapp über vier Minuten pro Kilometer. Johannes Arens von der TG Kitzingen wurde in 6:51:44 Stunden Zweiter, Luca Jahnke von Milers Colonia 2020 lief bei seinem ersten 100-Kilometer-Straßenlauf in 6:59:10 Stunden auf Rang drei. Damit blieben gleich drei Männer unter sieben Stunden. Für Kley bedeutete der Sieg weit mehr als nur die Goldmedaille. Seine bisherige Bestzeit stand seit der 100-Kilometer-DM 2025 in Grünheide bei 7:12:50 Stunden. In Berlin verbesserte er sich damit um 30:55 Minuten. Nach Angaben des TV Refrath ist es zugleich der erste deutsche Meistertitel eines Vereinsläufers in der Männer-Gesamtwertung über 100 Kilometer. ## Moritz Ehm läuft mit 47 Jahren noch einmal Bestzeit

Während vorne Kley dem Gesamtsieg entgegenlief, entwickelte sich dahinter für den TV Refrath ein zweites bemerkenswertes Rennen. Moritz Ehm erreichte nach 7:15:37 Stunden als Vierter der Männer das Ziel und gewann damit die Altersklasse M45. Ehm war bereits 2025 über 100 Kilometer 7:25:36 Stunden gelaufen. Nun verbesserte der 47-Jährige seine persönliche Bestleistung noch einmal um rund zehn Minuten. Seine Entwicklung überrascht vor allem deshalb nicht völlig, weil der Ultraläufer schon im vergangenen Jahr auf wesentlich längeren Distanzen auffiel. Nach starken 24-Stunden-Leistungen war er als Deutschlands Ultraläufer des Jahres 2025 ausgezeichnet worden. Im Juni dieses Jahres hatte er zudem die 100 Kilometer von Biel als Fünfter in 7:44:17 Stunden beendet. Auch in Berlin blieb Ehm seinem kontrollierten Rennstil treu. In der zweiten Hälfte arbeitete er sich bis auf Rang vier der Gesamtwertung vor. Für das Refrather Mannschaftsergebnis war seine Zeit damit ebenso wertvoll wie für die Einzelwertung.

Für Manuel Skopnik beginnen die entscheidenden Kilometer erst bei 85

Ein 100-Kilometer-Rennen lässt sich allerdings kaum dreimal nach demselben Drehbuch laufen. Während Kley und Ehm ihr Tempo weitgehend stabil hielten, wurde es für Manuel Skopnik in der Schlussphase zu einem Kampf ums Ankommen.

Nach etwa 85 Kilometern geriet der M50-Läufer in Schwierigkeiten. Noch drei komplette Fünf-Kilometer-Runden lagen vor ihm. Ein Ausstieg hätte nicht nur sein eigenes Rennen beendet, sondern zugleich die Refrather Mannschaftswertung gefährdet.

Skopnik brachte die letzten 15 Kilometer dennoch hinter sich. Nach offiziell 8:13:23 Stunden erreichte er als 15. Mann das Ziel und gewann Silber in der Altersklasse M50. Gerade diese letzten Kilometer waren für das Team entscheidend. Denn erst mit Skopniks Zieleinlauf stand fest, dass die drei Refrather Zeiten tatsächlich in die Mannschaftswertung eingehen konnten.

Drei Läufer, 300 Kilometer, ein Mannschaftstitel

Die Addition fiel eindeutig aus. Kley mit 6:41:55 Stunden, Ehm mit 7:15:37 Stunden und Skopnik mit 8:13:23 Stunden kamen zusammen auf 22:10:55 Stunden. Damit gewann der TV Refrath die Deutsche Mannschaftsmeisterschaft vor Spiridon Frankfurt, das 24:07:21 Stunden benötigte, und dem ASV Zeuthen mit 25:44:34 Stunden. Die in der ursprünglichen Vereinsmeldung ebenfalls genannten 29:16:18 Stunden der LG Ultralauf gehören nach der offiziellen Meisterschaftsauswertung zur separaten Masterswertung. Dort gewann die LG Ultralauf vor Spiridon Frankfurt und der LG Mauerweg Berlin. Für das TV Refrath running team blieb damit eine außergewöhnliche Bilanz: Lukas Kley gewann die Männer-Gesamtwertung, Moritz Ehm die M45, gemeinsam holten Kley, Ehm und Skopnik Mannschaftsgold, hinzu kam Skopniks Silbermedaille in der M50. Drei Goldmedaillen und einmal Silber machen die 100-Kilometer-DM in Berlin nach Vereinsangaben zur erfolgreichsten Deutschen Meisterschaft in der Geschichte des Laufteams aus Bergisch Gladbach. Dabei erzählt das Ergebnis auch ziemlich genau, warum Mannschaftswertungen im Ultralauf ihren eigenen Reiz besitzen. Ganz vorne kann einer fast sieben Stunden lang wie ein Uhrwerk laufen. Ein zweiter kann mit 47 Jahren seine Bestzeit noch einmal deutlich verschieben. Und der dritte kann auf den letzten 15 Kilometern kaum noch Reserven besitzen. Am Ende zählt für den Mannschaftstitel trotzdem jeder einzelne Kilometer.