

Gelungener Test für den Marathon in Hannover

19. April 2009

ein Bericht von Karin Klitzke

Es war der letzte Wettkampf vor unserer Laufreise nach Hannover, den wir, laut Trainingsplan, absolvieren sollten. Einige hundert Kilometer steckten uns seit unserem nun schon seit 10 Wochen dauernden Training in den Beinen, so dass wir "keine Bestzeiten erwarten" sollten (Zusatz im Trainingsplan für unseren heutigen Wettkampf).

Zum Start auf der Schillerhöhe wurden wir in übervollen Bussen über die Serpentina nach oben gebracht. Nicht ganz pünktlich startete der Halbmarathon, bevor wir ca. 10 Minuten später auf die 10 km losgelassen wurden.

Obwohl wir zum Ziel in Gerlingen hinunterlaufen mussten, gab es auf der Strecke, die durch das Schloss Solitude und danach hauptsächlich durch den Wald führte, mehr oder weniger heftige Anstiege, die wirklich einiges von einem abverlangten.

Die letzten Meter ins Ziel ging es dann wirklich nur noch bergab und man konnte - wenn man wirklich noch konnte - einen Schlussspurt hinlegen, um seine Position zu halten oder sogar noch zu verbessern.

Quasi "auf der Strecke" blieben unsere zwei Triathleten, Klaus Dußler und Philipp Thier, die beide - unabhängig voneinander - schon nach den ersten Kilometern, der eine beim HM und der andere beim 10-km-Lauf, wegen einer Muskelverhärtung im Oberschenkel, leider verletzt aufgeben mussten.

Den schon oben erwähnten Trainingsplanzusatz ignorierend, gaben die 4 Marathonis ihr Bestes und erreichten nicht nur hervorragende Zeiten sondern erzielten noch 3 Plätze auf dem Siebertreppchen.

Ergebnisse

10-km-Lauf (534 Finisher)

50.	Elke Böllmann	41:38	1. AK W45	3. m/w
110.	Karin Klitzke	44:57	1. AK W50	7. m/w
113.	Susanne Steyer	45:00	2. AK W45	9. m/w
134.	Reinhard Steyer	45:57	12. AK M50	122. m/w



Elke Böllmann (links) und Susanne Steyer (rechts) Karin Klitzke (links im Bild)