

## Regielauf in der Backnanger Bucht – Schön! Anstrengend!

07. Mai 2011

Ein Bericht von Harald Kienzle

Im Zuge der Winterthur-Marathon Vorbereitung wurde der Regielauf auf 27 Kilometer ausgedehnt, damit auch die voll im Training steckenden Marathonis zu ihren Kilometern kamen.

Mit einer Verpflegungsstelle bei Kilometer 16, die die Möglichkeit zum Ausstieg bot, sowie einer Abkürzungsmöglichkeit auf eine 21 km-Variante, waren viele Streckenlängen im Angebot und wurden von 12 motivierten LäuferInnen wahrgenommen.



Es ging von Winnenden nach Hertmannsweiler hoch zur Kreuzzeiche und dann hinab nach - Allmersbach i.T.. Den bei den heißen Temperaturen wohlthuenden Wald mussten wir dann verlassen, als wir in Richtung Heutensbach, Cottenweiler und Heiningen die Kilometer sammelten. Schöne landschaftliche Ausblicke belohnten immer wieder für die Anstrengungen in der Hitze. Bei Horbach konnten wir an der eingerichteten Getränkestelle Wasser auftanken. Hierbei ließen wir keinen Tropfen zurück. Nach 10-minütiger Pause ging es am Waldrand entlang weiter, durch den Wald zurück zur Kreuzzeiche und dann zu unserem Ausgangspunkt in Winnenden. Die

Zielverpflegung im Garten von Harald war kaum verdrückt, nahmen ein paar kilometerfressenden Läuferinnen die Beine nochmals in die Hand und hängten noch ein paar Kilometer dran. Gelassen konnten dies ein paar andere mit anschauen, denn sie hatten ihre Fleißkilometer bereits auf dem Weg zum Treffpunkt gesammelt.

So konnte jeder nach seinem Belieben an diesem Regielauf Kilometer machen. Gespickt mit 400 Höhenmetern und ein paar Grad mehr wie es hätten sein müssen, war das Fazit dieses Laufes: Schön! Anstrengend! oder schön anstrengend!



Nähere Informationen über die nächsten Regioläufe – immer am ersten Samstag im Monat - werden rechtzeitig im Internet bekannt gegeben (im Juni wegen der Winterthur-Laufreise kein Regielauf).