

## Halbmarathon in St. Wendel mit kenianischem Flair

30. April 2011

Ein Bericht von Frank Killian



Auf dem Stadtkurs durch St. Wendel im Saarland versuchten es Helmut Brock, Peter Cujé und Frank Killian vom TSV Neustadt auf der Halbmarathon Distanz den Wettkampf als Vorbereitung für den anstehenden Marathon in 4 Wochen in Winterthur zu nutzen.

Die Marathonläufer, die um 9.30 Uhr an den Start gingen, mussten 2 Runden á 21,095 km laufen. Die Halbmarathonläufer hatten noch etwas Zeit zum Aufwärmen und starteten um 11:00 Uhr. Nach 300 m liefen sie in die Runde der Marathonis ein, die schon auf ihrer zweiten Runde waren und alle 1800 Starter füllten die Strecke.

Durch die Streckenführung mit mehreren Wenden, wurden die Läufer mehrmals in die Innenstadt, die mit begeisterten Zuschauern belebt war, geführt. Die Temperaturen mit über 20 Grad gerade noch erträglich, der Wind, der zeitweise stark aufkam, war zwar erfrischend aber kam leider zu oft von vorne. Bei Helmut Brock, dem Senior der 3 Neustädter, stand auf dem Plan „Bestzeit“. Der als flach ausgeschriebene Kurs war dann doch nicht so ganz flach und hatte ab km 16 noch einen 2 km Anstieg, der dann die angepeilten Durchgangszeiten noch nach hinten warf. Auf dem letzten Kilometer versuchte noch der Streckensprecher die Läufer zu motivieren. Helmut, der am Limit lief, setzte noch zum Schlusspurt an und konnte somit seine persönliche Bestzeit um knapp 20 s verbessern.

Peter Cujé lief nach Plan und konnte sich nach 13 km an einen Zugläufer hängen, den er bis ans Ziel seinen Atem spüren ließ.

Bei Frank Killian war die 10 km Durchgangszeit noch im Plan, aber schon schwer zu erreichen. Peter war zwar noch in Reichweite, aber dann musste er ohne Unterstützung von Mitläufern und Windschattenvorteilen abreißen lassen. Erst auf den letzten 3 km, am motivierendem Streckensprecher vorbei, konnte er noch ein wenig dazulegen. Seine Bestzeit verfehlte er aber trotzdem um 25s.

### Ergebnisse

80	Brock Helmut	1:30	11. AK M50
206	Cuje Peter	1:39	43. AK M40
266	Killian Frank	1:42	44. AK M45

St. Wendel wurde als Vorbereitungslauf ausgewählt, da auch die Kenianische Läufer vom Team run2gether als Top Favoriten am Start waren und wie erwartet die Podest Plätze in der Marathon Distanz der Männer 1 bis 3 und bei den Frauen den 1. Platz belegten. Abends zuvor noch eine Pasta Party mit den Top Athleten und noch die letzten Tipps eingeholt. Die kenianische Top Athleten mit Ihrem Österreichischen Betreuer Thomas Krejci werden am Mittwoch, dem 04. Mai ab 14 Uhr im Neustädter Stadion zu Besuch sein und den Läufern des Lauftreffs, den Triathleten und Schülern der Friedensschule ihre Trainingsmethoden vermitteln. Besucher sind gerne willkommen

