

„Run & Rock“ in Freiburg

01. April 2012

Ein Bericht von Matthias Schell



Während die eine Abordnung des Lauftreffs extrem locker durchs Remstal rannte, zog es mich in die badische Heimat. Als Einmannteam des TSV Neustadt mit schwäbischer EinfrauSupportKompetenzBegleitung fuhren wir am Sonntagmorgen zum Halbmarathon nach Freiburg. Nachdem im letzten Jahr die fast sommerliche Hitze als Ursache für bescheidene Leistung dienen konnte, gab es dieses Jahr bei angenehmen 15 Grad, wolkenlosem Himmel und wenig Wind absolut keine Ausreden, außer natürlich dem harten Marathontraining, die Hüftschmerzen, die Knieprobleme usw....

Pünktlich um 11.10 Uhr ging's auf die neu gestaltete Strecke. Im Gegensatz zum Vorjahr lief man im Uhrzeigersinn. Dass wir uns im Dreiländereck befanden, wurde schnell klar. T-Shirts mit "Vorsicht Elsässer" oder "Allez les LaufkumpelZ" wird man in Hamburg wohl seltener sehen. Auch das Schwyzerdütsch der Mitläufer wird uns bei den Fischköppen wohl seltener begegnen.

Der Troß der knapp 9000 Läufer setzte sich so langsam wie ich in Bewegung. Nach 8 km hatte ich mir die Müdigkeit der

letzten Trainingstage rausgelaufen. Dann ging's raus an der Dreisam entlang. Nach dem Wendepunkt merkte man das leichte Gefälle sofort an den Kilometerzeiten. So beschwingt ging's durch die stimmungsvolle Innenstadt mit den Kopfsteinpflasterpassagen, dann über die Brücke am Hauptbahnhof und wieder zurück Richtung Messe. Die 42 Bands des "Run & Rock" Laufs gaben zum Schluss hin -genau wie ich- noch einmal alles und so konnte eine neue Bestzeit (1:53:41 Std.) gefeiert werden.

Fazit: ein schöner, gut organisierter Lauf bei perfektem Wetter und verbesserter Streckenführung. Hamburg - wir kommen mit den lockeren blauen Remstälern mit :-)