

Regio Lauf – „gut gerüstet – Luft nach oben“

07. Januar 2012

ein Bericht von Harald Kienzle



Trotz widrigem Wetter ist auch dieser Regielauf auf große Resonanz gestoßen.

14 Läuferinnen und Läufer gingen am Samstagmittag bei 4°C in Aichwald-Aichelberg auf die Strecke. 19 Kilometer und 300 Höhenmeter waren zu bewältigen und gleichzeitig ein Vorgeschmack auf das anstehende Marathontraining, für welches wir alle noch „Luft nach oben haben“. Eine abwechslungsreiche Strecke führte uns bergab nach Strümpfelbach, rauf nach Stetten, rüber nach Aichschieß und zurück nach Aichwald. Trotz der Dusche von oben, die wir auf den letzten Kilometern abkamen war es eine insgesamt sehr schöne Strecke, die von Ralf ausgesucht wurde. Mehr als entschädigt wurden wir im Nachgang und durften uns in Ralfs hervorragend präparierten „Aufenthaltsraum“ an Kaffee und Kuchen stärken.

Fazit des Regielaufes: „Laufen mit Lauffreunden macht Lauffreude“ – Wetter hin oder her!



Kommentar von W.W.:

"Hoch motiviert durch die Laufjahresübersicht 2012 von Kapt´n Brock hatten wir viel Spaß beim ersten Regiolauf im neuen Jahr. Das Wetter hielt bis kurz vor Schluss durch, um uns dann aber doch davon zu überzeugen, dass es Winter ist. Der anschließende gemütliche Teil sorgte für schnelles Aufwärmen und ausgiebige Diskussionen was wir 2012 so alles anstellen werden. Voller guter Vorsätze ließen wir das Yia mas heute mal weg ;-)"

Auf die kommenden Regioläufe, immer am ersten Samstag im Monat, freuen sich schon heute viele Läuferinnen und Läufer. Nähere Informationen über die Regioläufe werden rechtzeitig im Internet bekannt gegeben.