

Regensburg Marathon – Laufen im Weltkulturerbe

28. Mai 2017

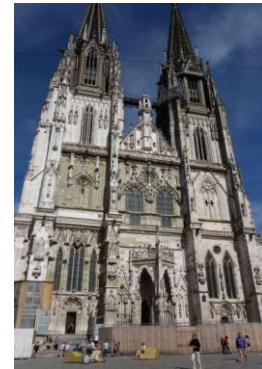
Ein Bericht von Werner Weber

Der Titel klingt vielversprechend und so ging es kurzfristig nach Regensburg, in die herrliche Domstadt an der Donau.

Das Wetter war nicht nur vielversprechend, sondern richtig sommerlich und damit für die Zuschauer klasse, für die Läufer/innen eine echte Herausforderung.

Die Strecke teilt sich in 2 Runden auf und bei der ersten Runde wurden die Marathonis noch von den Halbmarathonis eskortiert. Aber schon auf diesen ersten 21km zeigte die Sonne ihr schattenloses Gesicht.

Gestartet wird im Donaupark und nach 4 km kommt man in die historische Altstadt. Hier ist die Stimmung am besten und die Strecke sehr interessant.



Ab KM7 geht es dann Richtung Osten, bis die Läufer am Umkehrpunkt eine Runde auf dem Conti Systemkurs dreispurig ablaufen und dann gen Westen die 10km wieder zurücklaufen.

Schon ab KM10 war mir klar, dass es heute nur ums gut durchkommen geht und die Uhr wurde nur noch auf Pulsanzeige geschaltet.

Bis KM 21 ging es dann auch sehr gut, es wurden die Salz-, Kohlehydrat-, Magnesium-, Wasserspeicher aufgefüllt. Die zweite, sehr einsame Sonnenrunde konnte starten.

Leider waren nur noch sehr wenige Läufer unterwegs und die Strecke durch die Altstadt bot auch nur eine kurze Abwechslung. So kämpften sich alle Läufer bei fast tropischen Randbedingungen ins Ziel um dort schnell nach dem wenig vorhandenen Schatten zu suchen.

Fazit: Es war von der Hitze her mein schwerster Lauf bisher, aber Regensburg ist die Reise allemal wert. Es gab eine neue Bingo Zeit mit 3:35 und den 3. Platz in der AK M55.