

## Steinenberger Waldlauf

11. Juli 2010

Ein Bericht von Elke Böllmann

### **Es gibt nicht viel zu sagen! . . . Es war einfach nur HEISS!**

Es wurde ein Halbmarathon, ein 11,3 km-Lauf und 8 km Walking angeboten. Wir starteten alle zusammen morgens um 9 Uhr an der Gemeindehalle Steinenberg bei 26 Grad.

Die Strecke verlief zu 80% durch Waldgebiete mit Ausblick ins Wieslaufftal und seine Seitentäler. Die Halbmarathonis mussten nicht nur 21 km laufen, sondern auch circa 400 Höhenmeter hinter sich bringen.

Die letzten zwei Kilometer liefen wir in der Bruthitze, vorbei am Steinenberger Freibad. Da wollte man doch gleich in das "kühle Nass" springen, aber uns hielt das nahe Ziel davon ab.

Die erste Frau gewann mit 4 Minuten Vorsprung vor Elke Böllmann in 1:36:25 Std. und der schnellste Mann lief in 1:34:57 Std. ins Ziel.

Viel Lob gab es von den Läufern für die Organisation. Es gab jede Menge zu trinken, vor dem Lauf, während dem Lauf und hinterher eine kalte Dusche mit dem Eimer.

### **Ergebnisse Halbmarathon (58 Finisher)**

Elke Böllmann	1:40:50	2. AK W45	2. Gesamt bei den Frauen
Ralf Frey	1:55:30	24. AK M40	