

Lauf Nummer 2 zum Nordhessencup in Rotenburg an der Fulda am 31. März 2018

40 Jahre Volkslauf in Rotenburg an der Fulda standen am Samstag den 31.03.2018 auf dem Programm der Nordhessencupläufer/innen, bevor die Kalorienschlacht mit Schokohasen, Marzipaneiern und dem ein oder anderen Gaumenaschmaus zu Ostern zu bewältigen ist.

Aufgrund der bevorstehenden Tage der maximalen Nahrungsaufnahme, stellten sich insgesamt 384 Teilnehmer, ohne Kinderläufe, ordnungsgemäß hinter der Startline auf, um ein paar Kilometer läuferisch abzuspuhlen.

Dem entsprechend machten sich auch 16 Gladiatoren der Wald- und Forstwege unseres Lauftreffs auf den Weg nach Rotenburg, um auf 5, 10 oder 18 KM den Kampf Frau gegen Frau und Mann gegen Mann auszutragen.

Nachdem die Kinder Ihre Läufe mit maximalem Engagement beendet hatten wurden die 10 KM um 15:05 Uhr gestartet.

Die Strecke führte, wie in den vergangenen Jahren, von Rotenburg entlang der Kreisstraße nach Braach, durch den Ort weiter Richtung Baumbach, um nach circa 1 Kilometer hinter Braach in den Wald abzubiegen. Ab KM 4 ging es dann bis KM 6 bergauf, um es dann wieder bergab Richtung Braach laufen zu lassen. Die Strecke verlief dann wieder durch Braach und zurück nach Rotenburg, um nach 10 KM und 169 Höhemetern endlich die Ziellinie zu passieren. Sehr erfreulich war wieder die Teilnahme von Jörg Grebe, der die 10 KM Strecke unter die Laufschuh nahm.

Unsere Teilnehmer der 10 Km Strecke erzielten folgende Ergebnisse:

10 KM	W 50	Heike Banschbach	57:20 Min.	Platz 3 AK
	M 30	Henning Meinecke	41:00 Min.	Platz 1 AK
	M 50	Jörg Grebe	51:59 Min.	Platz 11 AK
	M 55	Uwe Tomaselli	48:15 Min.	Platz 5 AK
	M55	Martin Modes	1:00,29 Std.	Platz 13 AK



Uwe, Henning, Heike, Jörg und Martin

Im Anschluss an den 10 KM Lauf folgte um 15:10 Uhr der Start der 18 KM langen Strecke. Unter den 86 Startern, wollten sich auch eine Läuferin und drei Läufer unseres Lauftreffs die 350 Höhenmeter nicht entgehen lassen und machten sich von Rotenburg auf den Weg zum Wendepunkt der weit weit, also ganz weit oben, im Wald versteckt wurde. Aufgrund der Sturmschäden konnten die letzten 1,5 flachen Kilometer der „alten“ Strecke nicht gelaufen werden, daher wurde einfach ein Stück Steigerung drangehängen. Das sehr Positive, bei solch einer Wendepunktstrecke ??? es geht auch wieder schön Berg ab ☺.

Michael Schaier lief, trotz Himmelsberglauf am Vortag, erstklassig kurz hinter der Spitzengruppe her. Walter Thein zeigte ebenfalls eine starke Leistung und errang mit nur 37 Sekunden Rückstand, den Silberrang in seiner Altersklasse.

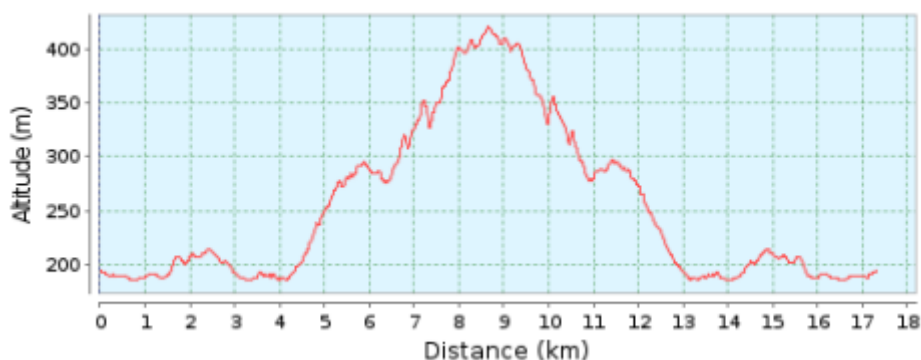
Marion Brethauer eroberte ebenfalls die Silbermedaille in Ihrer Altersklasse und ich, Manfred Steuber, kam auch ins Ziel.

Hier die Zeiten und Platzierungen über 18 KM:

20 KM	W 50	Marion Brethauer	1:31,57 Std.	Platz 2 AK
	M 30	Michael Schaier	1:16,47 Std.	Platz 3 AK
	M 45	Manfred Steuber	1:32,49 Std.	Platz 9 AK
	M 60	Walter Thein	1:23,37 Std.	Platz 2 AK



Michael, Walter, Marion, Manfred



Selbstverständlich wurde auch ein 5 KM Lauf in Rotenburg ausgetragen, der um 15:15 Uhr gestartet wurde. Hier gingen unter den ! 164 ! Läufern/innen auch 8 Läufer unseres Lauftreffs an den Start. Die Strecke führte von Rotenburg nach Braach und wieder zurück. Windstille und sehr angenehme Temperaturen waren perfekte Bedingungen, um 4 Klassensiege für unseren Lauftreff „einzulaufen“.

Ergebnisse und Platzierungen des 5 KM Rennens:

5 KM	W 35	Luise Zieba	19:57 Min.	Platz 1 AK
	W 40	Sonja Hartmann	28:55 Min.	Platz 5 AK
	W 55	Kerstin Dippel	28:04 Min.	Platz 3 AK
	MU 16	Maximilian Hartmann	23:58 Min.	Platz 5 AK
	M 30	Christoph Möller	18:13 Min.	Platz 1 AK
	M 45	Alexander Schmidt	21:26 Min.	Platz 1 AK
	M 50	Andreas Illing	20:35 Min.	Platz 3 AK
	M 65	Achim Ossig	25:55 Min.	Platz 1 AK

Leider wurden noch keine Fotos über die 5 KM Strecke auf der Homepage veröffentlicht, daher sicher beim nächsten Bericht.

Der zweite NHC Lauf in dieser Saison ist schon wieder Geschichte und der Lauf hat Euch hoffentlich viel Spaß gemacht und Eure Ziele wurden erreicht oder übertroffen.

In diesem Sinne, weiterhin gute Läufe, viel Spaß an Ostern, trainiert gut und ein Sprichwort zum guten Schluss:

„.... und wenn ich nicht mehr kann, dann lauf ich eben ins Ziel“

Grüße

Manfred