

12. Crosslauf der BSG Hamburger Laufladen am 11.11.2023 im Waldpark Marienhöhe in Hamburg-Sülldorf

Bereits eine Woche nach dem Auftakt der Wald- und Crosslaufserie 2023/2024 gab es den 2. Lauf in der Sülldorfer Kiesgrube, oder vornehmer ausgedrückt, im Waldpark Marienhöhe.

Die Teilnehmerzahl der Starterinnen und Starter unserer Sportgemeinschaft wurde nochmals etwas durch Krankheit und Verhinderung aufgrund privater Gründe dezimiert. So trafen sich dort nur Michael, Thomas und meine Wenigkeit rechtzeitig um 13 Uhr zum Start der Langstrecke.

Es liefen aber erstmal nur Michael und Thomas los, ich wollte wieder nur die Kurzstrecke absolvieren, die startete jedoch erst um 15:10 Uhr, ich hatte also jede Menge Zeit, die Natur zu genießen. Und die vielen Läuferinnen und Läufer zu bewundern, die die Strecke samt Treppe und danach kräftiger Steigung dreimal absolvieren mussten. Bewaffnet mit meinem Fotoapparat machte ich mich auf zu einem schönen Spaziergang.

Thomas brauchte für die drei Runden und 9,3 km 45:33 Minuten, Michael 53:26 min.

Während die Mittelstreckler unterwegs waren, machte ich mich ausgiebig warm und durfte dann auch endlich loslaufen. Nach einer Runde (3,2 km) war ich dann mit 18:12 Minuten wieder im Ziel.

Nach insgesamt 3,5 Stunden ging ein schöner Laufnachmittag bei trockenen und läuferfreundlichen 8 - 10 Grad zu Ende.

Frank Rowedder