

Crosslauf der BSG HEK auf der Horner Rennbahn am 02.11.2024

Nach dem ewigen Hamburger Grau in den Tagen zuvor, war am Samstagmorgen endlich viel Blau am Himmel zu sehen. Eigentlich beste Bedingungen für einen Lauf in Horn, trotz der morgendlichen Handschuhtemperaturen von 6 Grad. Gegen Mittag stieg die Temperatur zwar auf 9 Grad im Schatten, jedoch in der Sonne war es später super auszuhalten (regelrecht warm). Handschuhe, lange Hosen und Co. waren eigentlich nicht notwendig. Einige der Sportler laufen jedoch auch in Klamotten, als hätten wir stets Hochsommer. Nun denn, jedem das Seine.

Eingeläutet wurde die Veranstaltung (wie immer) mit dem Kinderlauf, der um 12:45 Uhr stattfand. Insgesamt 7 Kids waren auf der 400m-Strecke unterwegs. Toll. Um 13:00 Uhr erfolgte der Start über die Kurzstrecke (1. Runde = 3.100m), um 13:45 Uhr über die Langstrecke (3 Runden = 9.300m) und um 15:00 Uhr über die Mittelstrecke (2 Runden = 6.200m).

Das Geläuf selbst war super hergerichtet. Alles eben, kein Matsch, keine Wasserflächen, keine tiefen Löcher und der Rasen selbst auf exakt 5 cm geschnitten. Die Rasenroboter waren auch an diesem Tag fleißig am „Arbeiten“. Der reinste Luxus. Gut, ich spreche hier jetzt vom Geläuf für die Pferde. Unser Geläuf bzw. unsere Laufstrecke sah da teilweise schon ganz anders aus. Keine Ahnung, wen man sonst auf diesen Teilabschnitten laufen lässt, aber das ist halt „Crosslauf“. Gummistiefel hätte man an einigen Stellen zwar gebrauchen können, aber die hätten sich garantiert im Matsch festgesogen und man wäre auf Socken oder barfuß weitergelaufen. Wie auch immer, man musste schon aufpassen, wohin man tritt. Ein Großteil der Strecke führte Gott sei Dank auch über die bekannten Rasen-, Sand- und Grandwege.

Auf den nachfolgenden Strecken waren von uns folgende „Rennpferde“ erfolgreich:

Kurzstrecke: Nils Thorborg in 16:06 Min. (9. seiner AK)
 Frank Rowedder in 17:29 Min. (12. seiner AK)
 Mario Wolff in 18:39 Min. (4. seiner AK)

Mittelstrecke: (aus unserer SG war hier keine/r am Start)

Langstrecke: Thomas Voß in 37:20 Min. (11. seiner AK)
 Olaf Keim in 40:14 Min. (7. seiner AK)
 Gesche Keim in 46:55 Min. (8. ihrer AK)
 meine Wenigkeit in 47:23 Min. (8. meiner AK)

Für mich selbst war es nach langer Zeit der erste Lauf über 10 Kilometer. Von daher war ich erstmal froh, dass ich gesund und munter im Ziel angekommen bin und nicht irgendeine Muskelfaser wieder gerissen ist. Natürlich ist es etwas deprimierend, wenn man in der zweiten Laufrunde von den führenden Läufern überrundet wird. Insgesamt waren dieses 14 Läufer, die mit mega Schritten unterwegs waren.

...

Hervorzuheben ist an diese Stelle Julius Maximilian Schröder (Jg. 95) von der BSG NDR. Er wurde in allen drei Disziplinen Erster: Die Kurzstrecke meisterte er in 09:30, die Langstrecke in 26:31 und die Mittelstrecke in 18:08 Minuten. Wahnsinn und herzlichen Glückwunsch.

Zum Schluss ein Dank an die vielen Helfer und Helferinnen der BSG HEK. Diese passten nicht nur an der Strecke auf, sondern hatten sich auch mit einigen Autofahrern abzapfen, die im Start-/Zielbereich mit dem Wagen durch das Teilnehmerfeld fahren wollten. Solch ein Verhalten kommentiere ich jetzt nicht weiter.

Dann schauen wir mal, wie es am 16.11.2024 für uns beim Crosslauf auf der Marienhöhe in Hamburg-Sülldorf so läuft.

Frank Ehrenberg