

Sommercup (22. Hammer Park Lauf über 3,1 bzw. 10 KM) der BSG Krüss am 01.07.2026

An diesem Mittwoch waren vielerorts Gewitter in der Zeit von 15 bis 18 Uhr vorhergesagt. Und so fragte man sich, wie wird es bei den Läufen wohl sein. Kurz vor Beginn streifte eine Regenwolke den Hammer Park, aber rechtzeitig zum ersten Startsignal war der Spuk vorbei und die Sonne kam wieder zum Vorschein. Auch wurde es keine Hitzeschlacht, denn die Temperaturen lagen bei ca. 22 Grad.

Nach kurzer Ansprache seitens der Verantwortlichen und einem Hinweis auf ein evtl. demnächst neues Zeitmessungsverfahren eines Drittanbieters, ging es um 18:27 Uhr los mit dem Start der Läufer für die Kurzstrecke (ca. 3.100 m). Von unserer BSG war Nils Thorborg mit dabei. Zwei Runden auf der nagelneuen Tartanbahn der tollen Sportanlage (wie immer: Rasen bitte nicht betreten, weil man sonst von den Robotern niedergemäht wird ☺) und eine Runde durch den Hammer Park waren zu absolvieren. Nils setzte auf den letzten 200 Metern zwar noch zu einem Sprint an, aber unter 15 Minuten sollte es dann doch nicht werden. Bei 15:04 Minuten blieb die Uhr für ihn stehen (Platz 3 seiner Altersklasse; herzlichen Glückwunsch).

Für die Langstrecke (Start um 19 Uhr) bereiteten sich derweil Anke Hennecke und meine Wenigkeit vor. Ca. 10.000 m bzw. 4 Runden durch den Hammer Park standen bevor.

Die Wege durch den Hammer Park waren bestens markiert und auch an vielen Orten mit Streckposten versehen. Diese feuerten nicht nur an, sondern wiesen u.a. auch auf rutschige Flächen hin, die sich durch den Regen gebildet hatten. Vielen Dank dafür. Danke auch an die Helfer, die nach jeder Runde Getränke auf der Tartanbahn reichten.

Noch vor Ende der zweiten Runde wurde ich u.a. vom führenden Jan Ingwersen (BSG Laufladen) überrundet. Er hatte schon bei der Kurzstrecke den zweiten Platz in 11:21 Minuten errungen. Nach 1,5 Jahren ohne Lauf-Wettkampf absolvierte ich die Strecke in 59:04 Minuten (2018 waren es noch 51:27 Minuten). In meiner zweiten Runde zog ich noch ganz langsam an den mit Kopfhörern bewaffneten Michael Kuss der BSG Nordmark (lief außer Konkurrenz) vorbei. Was in Runde vier mit ihm passiert ist, weiß ich nicht. Entweder hatte er seinen „Nachbrenner“ gezündet oder zu viel von dem Gras geschnuppert, das einem an vielen Stellen des Parks in die Nase zog. Auf jeden Fall lief er plötzlich an mir vorbei und überquerte die Ziellinie in 58:30 Minuten.

Anke war derweil wesentlich schneller unterwegs und erreichte das Ziel in 47:40 Minuten (Platz 1 in ihrer neuen Altersklasse; herzlichen Glückwunsch). Erster wurde, wie zuvor angesprochen, Jan Ingwersen in einer Zeit von 37:31 Minuten. Tolle Leistung und herzlichen Glückwunsch.

Vielen Dank an die BSG Krüss für die tolle Organisation bzw. Durchführung dieser Laufveranstaltung.

Schade eigentlich, dass nur für die Neugestaltung der Sportanlage Geld vorhanden war und nicht auch noch für die Toiletten. Diese stammen irgendwie noch aus den Anfängen des letzten Jahrhunderts und sehen aus ... aber lassen wir das.

Frank Ehrenberg