REIMS A TOUTES JAMBES 2012

Zum sechsten Mal schon in Serie nahm eine kleine, erlesene ASV Läuferschar am mittlerweile zur lieben Gewohnheit gewordenen Herbstklassiker in unserer Partnerstadt REIMS teil. So ein prachtvolles Herbstwetter wie heuer gab's noch nie, zum Laufen ideal, oder doch schon zu warm für den Marathon ?, Rudi trat den Beweis an dass es passte. Am Ende der Rennen gab es nur strahlende Gesichter, beinahe jeder hatte die erhofften Ziele erreicht bzw. wusste nun, wo im Training anzusetzen ist.
Die Teilnehmer und ihre Leistungen:
Kathrin, verunsichert durch minimale Laufvorbereitung, zeigte mit ihren 56.36 auf der 10km Strecke was in ihrem yogatrainiertem Körper steckt – eine Bestzeit – schon in ihrer Kindheit wurden ihr tolle 10km Zeiten prophezeit. Merci auch für dein perfektes Dolmetschen, was täten wir ohne dich!!!
Walter, dem die Arbeit nie ausgeht und ebenfalls aus diesen Gründen neben diversen gesundheitlichen Problemen das Training auf ein Minimum reduzierte, knackte die Schallmauer, die er sich zum Ziel gesetzt hatte mit 49.23.
Gerhard, der sich momentan eine neue berufliche Existenz aufbaut und auch nie ganz gesund trainieren kann war nicht unzufrieden mit seinen 36.58, weiß er doch jetzt, dass es ohne Tempotraining nicht geht.
Steffen, seit Berlin 2012 unser einziger unter vier Minuten Schnitt Marathonläufer, wollte den Beweis antreten, dass man 3 Wochen nach einem Marathon eine 10km Bestzeit laufen kann, mit 36.30 gelang ihm dies auch, nur der Traum von einer 35er Zeit blieb leider unerfüllt.
Charly, dessen Lieblingsstrecke der Halbmarathon ist, erreichte eine solide 1.40.02 und beklagte einen großen Zeitverlust am Start durch Läuferstau. Hut ab vor seiner Leistung, hat er doch ein läuferisches Handicap.
Michael, unser Suchender nach der Idealstrecke und dem idealen Trainer, musste sich nach vorjährigen 1.18.20 heuer mit 1.24.54 zufrieden geben. Aus Brüssel angereist, wo er mit seiner Schulklasse EU Luft schnuppern durfte, kam er zwar mit vielen neuen Erkenntnissen zurück, aber auch mit einer mässigen Form, hatte er doch keine Zeit für eine gute Vorbereitung.
Rudi, brauchte sich heuer nichts mehr zu beweisen und konnte locker an den Marathonstart gehen. Die Vorbereitung – vier längere Läufe – kein spezifisches Marathontempotraining – geplagt von Überlastungsschmerzen in den Sprunggelenken, stellte sich ab MI ein total lockeres Gefühl in den Beinen ein, das auch am Renntag anhielt. Zwei idente Laufhälften im 4.10er Schnitt überraschten auch den Routinier im Team, in 2.56.05 belegte er den 30 Gesamtplatz und den 2. In der M50.

Abschließend sei bemerkt, dass wir auch heuer wieder hervorragend betreut wurden, allen voran von unserem lieben Freund dem steirischen Franzosen Robert Maunz, er ermöglichte es unserer Gruppe exklusiv die Reimser Kathedrale ca. 250 Stufen aufwärts in luftiger Höhe zu besichtigen und ihr einige Geheimnisse zu entlocken.
Andere Highlights wie die *3 Brasseurs* , die permanenten Champagnerempfänge, die verpasste Ehrung durch die Bürgermeisterin der Stadt Reims, das schöne Wetter und, und, und seien noch angefügt. Wir freuen uns auf 2013! Aurevoir
krru

Author: