

Ich bin jetzt zum 4. oder 5.-mal in Lengau gelaufen und freue mich jedes Jahr wieder auf dieses Rennen. Ein absolut uriger Lauf der durch seinen ganz eigenen Charme und Gastfreundlichkeit besticht. Wer einmal dort war, kommt gerne wieder. Im Laufe der Zeit durfte ich miterleben wie sich diese Veranstaltungen in Qualität und Teilnehmeranzahl weiterentwickelte. Und das mit einem augenscheinlichen simplen Konzept. Ein fixer Termin (26. Oktober), eine schöne Strecke (5 km) die einen Zeitvergleich über Jahre zulässt und Gastfreundschaft die seinesgleichen sucht. Aber auch hier geht man mit der Zeit, was einerseits vollkommen verständlich ist, andererseits aber auch wehmütig Erinnerungen hervorruft. Vorbei sind die Zeiten, als man statt Medaillen bzw. Pokalen eine vergoldete Rose mit einer individualisierten Urkunden überreicht bekam, oder man mit einer 7 € Startgeldzahlung einen Gutschein für Kaffee und Kuchen nebst eines wohlgefüllten Starterpakets mit Obst und Muesliriegeln bekam. Leider scheint nun auch der 5 km Lauf Geschichte zu sein, der ein alljährliches Highlight für mich war. Nächstes Jahr zum 50. Jahres Jubiläum wird man einen 10,2 km Lauf durchführen

Aber genug der Erinnerungen. Nach wie vor ködert uns der SV Lengau mit seiner eigenen Lauf- Anschauung. Es begann alles damit, dass C. Mlinar, A. Hofmüller und G. Keuschnig ihre 5 km Zeiten verbessern wollte. Welcher Lauf ist besser dazu geeignet als der Lengau 5000er. Keiner. Die Temperaturen liegen jedes Jahr bei 5-10 Grad, die Konkurrenz ist gut aber nicht außerirdisch (sprich man hat Gegner und ist nicht bloß Kanonenfutter) und die Strecke ist „schnell“. Keine Sorge, sie ist tatsächlich 5 km wie mehrere GPS Vermessungen zeigten. Man läuft etwa 2 km auf Asphalt, 1 km durch den Wald auf Schotter und dann wieder 2 km auf Asphalt. Erste Hälfte leicht bergauf, zweite Hälfte leicht bergab. Das klingt nicht schnell, aber komischerweise rennt man dort immer schneller als auf der Bahn oder sonst wo.

Wir kamen an und wurden gleich vom Chef persönlich begrüßt. Und da beginnt die Köderei. Christian kam mit seinen zwei Kindern und gleich mal machte man Nägel mit Köpfen. 1 kg feinsten Rohrzucker und 1 Liter Verdünnungssaft = 2 kg Kohlenhydrate und der Junior darf laufen gegen ein geringes Startgeld. Gleiches gilt für die Senioren. Da konnte sich Mlinar Junior nicht entziehen. Da ihm sein Vater aber keine gescheite Sportkleidung kauft, sondern lieber alles in seine Skitourenausrüstung steckt, musste er mit Jeans und Dress Shoes die 300 m in Angriff nehmen. Diese bewältigte er umso bravouröser den die Hose war zu groß und Daddy's Aufwärmprogramm war eher dürftig.



Achtung Lauftalent: Spenden für ein Laufoutfit werden gerne von Sebastian's Vater angenommen

Dann gings weiter mit den 5 km. Am Start Mlinar Senior, wie immer mit Dr. Bxxx's Leistungselixier gedopt und bereit Rudi U's 17:45 zu unterbieten. Gleichermaßen wollte es ihm A H und Big K. gleichtun. Christian presst wieder einmal voll raus. 1 km 3: 18 in Führung liegend, 15 Hm intus. Gleich dahinter Hofmüller der in 3: 22 durchging. Jawohl eine Vorsprung. Aber die Konkurrenz schläft nicht. Etwa 10 Mitläufer sind vor, mit, oder hinter uns. Es ging jetzt eher flach dahin und dann wieder auf Schotter bergauf in den Wald. Nun macht sich das Anfangstempo bemerkbar, Mlinar baut ab und Hofmüller konnte etwa bis auf 20 m herankommen- baute aber ebenso leicht ab. Die Konkurrenz ist nun entflohen, wir kämpfen uns gegen das Ziel, 600 m- 300 m , Mlinar steht in seinem eigenen Saft, Hofmüller kommt ihm auf 10 m heran. Aber dann 150 m vor dem Ziel passiert das Unglück. Man kann nur mutmaßen was passierte. Insider gehen davon aus dass Rudi U entweder eine Voodoo Puppe malträtigte oder das Frühstück der beiden vergiftete um Platz 2 der Bestenliste zu verteidigen. Während Mlinar's Saumagen das aushält muss sich Hofmüller 150m vor dem Ziel leider mal eine halbe Minute „ausrasten“ bevor er weiterjoggen kann. Endzeit 18:19. Für mich natürlich nicht zufrieden stellend, wenn man auf Kurs 17:30 unterwegs war. Gut, Christian konnte wenigstens 17:35 ins Ziel retten. Womit sich die Reise zumindest für ihn ausgezahlt hat. Er wird damit wohl neuer Vereinsmeister werden. Natürlich hatten wir auch wieder eine Geheimwaffe dabei. Big K (mit seinen offiziell vermessenen 194, 5 cm und dass am Nachmittag nach Bandscheiben deformierender Lauferei) zeigte, dass er wieder der Größte unter allen Läufern war. Das brachte ihm den Titel „der Riese von Lengau“ und als Belohnung ein Riesenbier. Er selbst führte nur einen Tempolauf für den New York Marathon durch. Geplante Pace 4:00 min/km. Dies konnte er mit 19:50 gut realisieren. Gerhard denkt, dass eine Zeit unter 2:50 wohl möglich sein sollte.



Eine Riesenbier und eine Riesenschokolade für den Riesen von Lengau



Der Vereinsmeister Mlinar in der Mitte- Ehrenschatz durch den Riesen von Lengau und den Gastroskopen

Bericht A.H.

Herbst - Rosen Trophy Lengau 5 km am 26.10.2014

Fotos C.M senior + S. H. junior



Author: