Mondseelauf Halbmarathon und 10km 2.6.2018

Heiß, heißer, Mondsee. So könnte wahrscheinlich fast jeder Lauf heuer im Mai/Juni heißen. Bei wahrlich sommerlichen Bedingungen bereits am Vormittag, begab sich eine kleine aber feine Abordnung an ASV-AthletInnen in das schöne Bundesland OÖ, an den Mondsee. So mancher ASVler war noch gezeichnet vom Rennsteig und drehte seine Runden, außer Konkurrenz, am Mattsee oder ließ sich die Sonne im Garten auf dem Bauch scheinen.
Im Hauptlauf, dem Halbmarathon, gingen unsere Frau Magistra Therese und unser Karl Mayr an den Start. Karl (1:52:13) finishte wie Therese (dnf) den Halbmarathon. Allerdings musste ich beim Regenerationsbaden im Strandbad erörtern, dass „dnf“ für „Disqualifikation nach Fahrgemeinschaft“ und nicht für „die nobelste Finisherin“ steht.
Wie sich im Gespräch herausstellte, nahm Therese nach 46min Laufzeit auf Grund der aussichtslosen Lage auf eine top Zeit eine Mitfahrgelegenheit ins Ziel in Anspruch.
Nachdem das technische Doping zurzeit recht streng gehandhabt wird, wurde ihr daher der Sieg im Nachhinein aberkannt. Schade, das nächste Mal vielleicht den letzten Kilometer doch selbst Laufen, dann fällt es weniger auf.
Beim 10km Lauf waren heuer 5 ASVlerInnen am Start. Heidi Kreupl, Willy Adler, Andi Lainer, Daniel Steinlechner und ich (besser bekannt als MSI) sollten einen famosen Erfolg für den ASV nach Hause laufen. Alle fünf belegten top 4 Plätze in ihren Altersklassen.
Lainer Andi erreichte in 44:25,7min als gesamt 31igster bzw. 4ter in der AK50 das Ziel.
Heidi konnte sich in 1:21:02,5min Platz 3 in der AK65 und Willy in 59:08,4 Platz 3 in der M70 sichern. Meine Wenigkeit konnte in 37:05,4min den vierten Gesamtrang bzw. Platz 2 in der AK35 erlaufen. 40 Sekunden vorher als Gesamt Dritter und Sieger der AK45 kam Daniel in einer Zeit von 36:27,4min ins Ziel!
Für mich war vor allem der Rennverlauf super spannend und ließ mich mit Freude den Lauf zu laufen. Hinter Leukermoser Markus (Siegrzeit 35:18,6min) der sich von Beginn an absetzte bildete sich eine Verfolgergruppe von 10 Läufern die von Daniel angeführt wurde. Dahinter versuchten ein paar Einzelkämpfer das hohe Anfangstempo mit zu gehen. Ich versuchte von Anfang mein „mein Tempo“ zu Laufen und die angestrebten 3:40 von Beginn bis zum Ende durch zu ziehen. Es stellte sich als richtige Entscheidung heraus. Mit ständigem Blickkontakt zu Daniel versuchte ich den Abstand zu ihm zu halten und konnte so Einen nach dem Anderen aufsaugen und wahrlich „stehen lassen“. So ging es km für km von Platz 20 auf Platz 4 vor. Daniel schwächelte leider nicht und konnte seinen Vorsprung sicher ins Ziel bringen, Gratulation!
Fazit: Super Lauf, super Strecke, super heiß und Lust auf mehr!
MSI Ergebnisse

Author: