

4 speedies beim Wien Energie Halbmarathon - 18.3.2012

Auch heuer waren wieder einige Speedies + Freunde beim Wien Energie Halbmarathon dabei. Bei frühlingshaften Temperaturen wurde die Runde um die Alte Donau in Angriff genommen.

Laufbericht Berni / 21,1 km Halbmarathon:

Nachdem ich eine Woche vor dem Lauf, doch noch meinen ersten Long-Jog für's heurige Jahr unterbringen konnte, war ich guter Dinge für den Lauf. Meine Stimmung wurde nur von den - für mein Befinden - viel zu hohen Temperaturen ein wenig getrübt.

Kurz vor dem Start die erste Überraschung. Mitten im Startblock will es der Zufall, dass ich genau neben einer Arbeitskollegin stehe. Kurz getratscht und dann geht's schon los. Erster Blick auf die Uhr nach ca. 1 km - viel zu schnell. Da ich eigentlich jede Runde schneller werden möchte muss ich einmal ordentlich auf die Bremse steigen. Die 1. Runde geht leicht von der Hand und bei Start/Ziel entdecke ich auch noch Martin und Kornl ca. 300m hinter mir. Die beiden wollen heuer den Ironman in Angriff nehmen - sind wohl zu spät zum Start gekommen ;-). Die zweite und die dritte Runde geht meine Taktik auf und ich kann das Tempo jede Runde erhöhen. Kurz vor dem Ziel holt mich dann Kornl doch noch ein. Mit 1:52 bin ich zwar klar unter meinem Minimalziel, aber noch nicht ganz bei meinem Wunschziel (unter 1:50). Auf jeden Fall eine gute Generalprobe für den Welschlauf in der Südsteiermark.