

Paco Wrolich BZF in Latschach und K arntner Frauenlauf

Heute, 17.08.2013, fand in Latschach das Paco Wrolich Bergzeitfahren statt. Die Strecke von 3,5 km und ca. 250 hm wurde diesmal als Einzelzeitfahren ausgetragen und so wusste ich, dass es nur eine Taktik gibt - Vollgas von Start bis Ziel! Nach ca. 700m konnte ich die vor mir gestartete Frau einholen, was mich zusätzlich motivierte und ich das Tempo nochmal verschärfte. Leider musste ich kurze Zeit danach Tribut zollen, ein wenig Tempo herausnehmen und kurz vor dem Ziel konnte ich - wie sonst oft - das Tempo nicht mehr erh hlen. Belohnt wurde ich mit einem Sieg vor Brigitte Krebs und kann meine Führung im Legrand Cup ausbauen.

Hannes, der nun Lunte gerochen hat, konnte heute erneut einen Stockerlplatz einfahren und wurde guter 3ter in seiner AK!

Weil ich noch nicht genug hatte und es sich doch zeitlich ausging, startete ich beim Frauenlauf über 4,2 km im Rahmen von Kärnten I uft. Um 18.45 Uhr nachgemeldet, um 19 Uhr gestartet, einen 2ten Platz in der AK erreicht und somit der 13te Gesamtrang, rundeten den erfolgreichen Tag ab!

Lorraine