



*Foto: Michael Topp*

Hallo Lauffreunde, hallo Laufbetreuer, hallo von mir Laufbetreute,

und ein besonderes hallo an den Organisator des 24h Laufes vom Seiler See und dem Palliativen Hospiz Solingen, denen ich meine 129,1 Km vom letzten Wochenende gewidmet habe.

Nun mal der Reihe nach.

Kikeriki der schnellster Hahn Deutschlands war hier. So lautete die Überschrift meines Berichtes von meinem ersten großen Sieg beim 12h Lauf in Brühl 1988. Nachdem ich vor 8 Jahren die Absage aus NY vom SCMT bekam und in der Folge einige Frustrläufe (u.a. in Delmenhorst) absolvierte, meldete ich mich offiziell vom Wettstreit im Ultra ab und machte in der Folge 2-3 Spaßläufe jährlich im Ultra.

Dieses Jahr war ich mit Brigitte und Achim (Ultrafreunde) in Italien zum Kurzüberwintern und lies mich vom Achim erneut vom Ultrafieber anstecken. Kurz gesagt, da ich in 2 Jahren die AK 70 erreiche, möchte ich mich gezielt vorbereiten, um dann nochmal einen Marker zu setzen.

Nach kurzer intensiver Vorbereitung, war dann am letzten Wochenende, mein erster Test. Dass ich zum 24h Lauf am Seiler See eine Startnummer bekam, war ein Glücksfall, da ich immer wieder auf diese Seite ging und sofort meldete als die Lücke da war. Schließlich war schon im Dezember das Starterfeld komplett. Warum das so war, weiß ich seit dem letzten Wochenende. Ich war schon in meinem Leben an vielen Läufen, eine solche Veranstaltung habe ich bisher noch nie erlebt.

Lieber Bernd, herzlichen Glückwunsch. Den Lauf selbst werde ich im Detail in einem weiteren Bericht beschreiben. Ich hatte das Ziel, 135 Km plus X zu laufen. Dieses Ziel habe ich mit 129,1 km, um 6 km verfehlt (knapp gerissen). Trotzdem bin ich mehr als zufrieden. Erster in der Altersklasse M65 und 31.

Gesamt Männer. Da ich den Zweitplatzierten in der AK 15 km hinter mir hatte, will ich auch nicht undankbar sein. Das Rennen lief großartig für mich. Nachdem ich nach 10Std. zwei mal stürzte (nichts dramatisches) nahm ich mir eine Pause von zwei Stunden, um dann die ersten 100 km in ca.15.30 Std. zu erreichen. Da es anfang zu regnen und ich kalt wurde ging ich in eine weitere Pause von 2 Std. um die dann noch verbleibende 5,5 Std. Powerwalkend auf der Strecke zu sein. Sicher hätte ich vielleicht mit der einen oder anderen Rennrunde das mir gesetzte Ziel erreichen können. Aber sicher auch zu dem Preis, am Ende noch mal in die Pause gehen zu müssen. Das hätte der Veranstalter und die Veranstaltung nicht verdient. Warum das so ist, werde ich wie bereits gesagt in einem besonderen Bericht darlegen.

Das soll es erst mal sein.

Liebe Grüße

Euer Schnellster Hahn Deutschlands

Manfred