

Goitzschensee-Halbmarathon am 7. Oktober 2018

08-10-2018 09:51

Am Sonntag den 07.10.18 standen fünf Läufer unseres 1. LAC Dessau mit 100 Gleichgesinnten in den Startreihen zum Goitzschensee-Halbmarathon. Während Anke Ehrlich die 10 km-Distanz gewählt hatte, gingen die anderen vier Läufer Frank Ehrlich, Manuela und Jörg Glatter sowie Reinhard Engshuber über die Halbmarathondistanz.

Die ersten 3 km der Strecke waren für alle Läufer gleich, so konnten Anke und Manuela den Lauf im gleichen Tempo von ca. 5:25min pro km beginnen. Anke schaffte es an diesem Tag, das Tempo bis zum Ende des Laufes bei sehr angenehmen Lauftemperaturen von 12 Grad durchzuhalten. Mit ihrer Endzeit von 54:34min wurde Anke Fünfte der Gesamtwertung der Frauen. Ihre zweitbeste je gelaufene 10km-Zeit reichte sogar für einen sehr erfreulichen Sieg in ihrer Altersklasse W50.

Für Manuela war es ein hartes Stück Arbeit an diesem Tag, dieses Angangstempo über die gesamten 21 km durchzuhalten. Immerhin ging es teilweise doch recht auf und ab und auch der Wind blies zeitweise schon heftig. Bei km 8 erhielt Manu die Info, dass sie die 3. bei den Frauen sei, was sie noch einmal beflügelte, nicht langsamer zu werden. Mit einer sensationell starken Zeit von 1:53,36 h kam Manuela dann tatsächlich als Dritte im Gesamteinlauf der Frauen ins Ziel. Und völlig unerwartet durfte Manu als Siegerin ihrer Altersklasse W45 gleich nochmal auf's Treppchen und wurde von allen mitgereisten LAC'ern bejubelt und beglückwünscht. Mit dieser ganz starken Zeit knackte Manu nicht nur erstmals die magischen 2 Stunden.....sie pulverisierte ihre persönliche Bestzeit gleich um sage und schreibe 8 Minuten!

Auch für die LAC-Männer lief es richtig gut. Gewohnt stark konnte Frank Ehrlich auch bei diesem Lauf wieder überzeugen. Er sicherte sich mit einem Durchschnittstempo von knapp unter 4min pro km den 3. Platz im Gesamteinlauf. Seine sehr guten 1:24,11 h führten Frank erneut zu einem souveränen Altersklassen-Sieg in der M50. Wie schnell auch Frank war, zeigt die Tatsache, dass er nur 24sec über seiner persönlichen Bestzeit blieb.

Jörg Glatter und Reinhard Engshuber fügten sich mit ihren neuen persönlichen Bestzeiten nahtlos in das hervorragende Abschneiden unserer LAC-Läufer ein. Jörg verbesserte sich um fast 2min und landete mit einer Endzeit von 1:35,55 h auf dem Gesamtplatz 6. Gleichzeitig konnte er sich damit über den 3. Platz der Altersklasse M50 freuen. Reinhard komplettierte schließlich ebenfalls mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 1:44,57 h das starke LAC-Ergebnis an diesem Tag. Mit nur minimalen 5 sec Rückstand zum Ersten seiner Altersklasse M55 war Reinhard am Ende ebenso auf dem Treppchen wie alle anderen mitgereisten LAC'ler und zeigte sich hochzufrieden über seine eigene Leistung.

Mit diesen ganz starken Halbmarathonzeiten gehen insbesondere Frank und Jörg nun bestens motiviert in die letzten Trainingseinheiten vor dem anstehenden Marathon Ende Oktober.





UR
K
U
E

UR
K
U
E

U
N
D
E

2

1

3

FEV

Dauerlaufprüfzentrum Brehna
Effiziente Antriebserprobung für die Mobilität der Zukunft



URKUNDE
1. Deutscher Halbmarathon
Dauerlaufprüfung
Datum: 09.10.2016
Ort: Brehna
Zeit: 01:04:07
Name: [Name]

URKUNDE
1. Deutscher Halbmarathon
Dauerlaufprüfung
Datum: 09.10.2016
Ort: Brehna
Zeit: 01:04:07
Name: [Name]

URKUNDE
1. Deutscher Halbmarathon
Dauerlaufprüfung
Datum: 09.10.2016
Ort: Brehna
Zeit: 01:04:07
Name: [Name]

FEV

Dauerlaufprüfzentrum Brehna

Effiziente Antriebserprobung für die Mobilität der Zukunft

