

41. CVJM Silvesterlauf in Netphen (Siegerland)

Schon relativ früh im Jahr 2019 hatte der Beamte seine persönliche Rekordzahl an Halbmarathonteilnahmen erreicht und übertroffen.

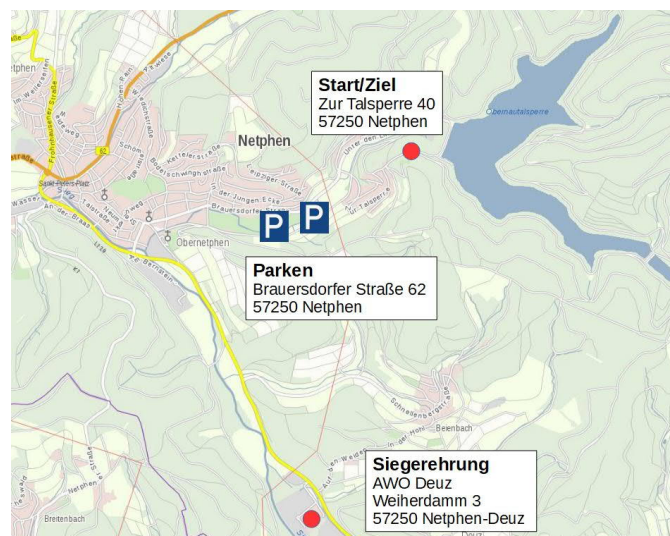
Nachdem bisher das Jahr 2018 als Rekordjahr mit 8 Teilnahmen zu Buche stand, waren in 2019 bereits Anfang August zur Rostocker Marathonnacht 9 HM's auf der Habenseite. Es sollte also dementsprechend nicht schwer sein auf 12 Teilnahmen in 2019 zu kommen.

Tja, wie das so ist mit Prognosen, sie sind schwierig, erst recht, wenn sie die Zukunft betreffen. Im August standen dann erstmal der Krugsdorfer Familientriathlon an, dann der Stralsund Triathlon. Nächste Gelegenheit war dann der Dünenläufer in Graal-Müritz Anfang Oktober. Fehlten also noch zwei.

Dann schlug die Infekthexe zu, langwierige, nicht wirklich schlimme, aber hartnäckige Erkältung. Ratzfatz waren knapp 8 Wochen rum ohne Training und ohne HM!

Jetzt wurde es eng! Viele Möglichkeiten gibt es im Dezember in heimischen Gefilden nicht mehr. Also Anfang Dezember zum zweiten Male für den Siebengebirgsmarathon gemeldet, das war dann doch aufgrund des Trainingsrückstands eine sehr zäääähe Angelegenheit. Blieb noch einer!

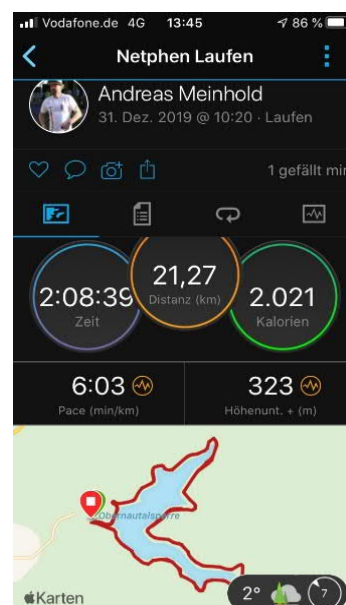
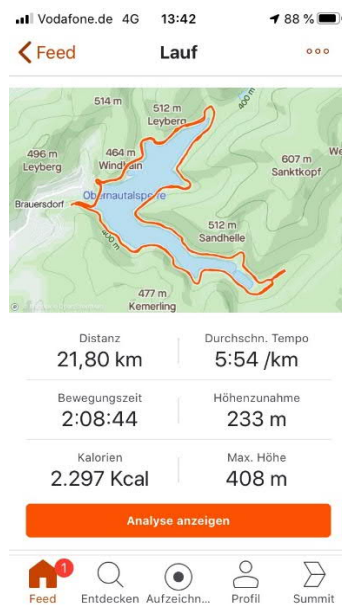
Die ziemlich allerletzte Möglichkeit ist der Silvesterlauf in Netphen, einer der ganz wenigen Silvesterläufe bei denen es auch einen HM gibt.



Also angemeldet und am 31.12. gegen 08:00 Uhr aufgemacht ins Siegerland. Das ist von Bonn etwas über 100km entfernt, also ca. 1,5h Fahrtzeit. Start für den HM war für 10:20 Uhr angesetzt.

Vor Ort sah man dann am Servicepoint erstmal ,ne ziemlich lange Schlange! Da waren dann sowohl Voranmelder als auch Nachmelder friedlich vereint in einer Schlange. Es war da schon abzusehen, dass das mit der Startzeit für den HM eng werden würde. Also ab ins Zelt, umgezogen und zum Start. Viel Zeit zum überlegen, ob man nochmal das Örtchen aufsuchen sollte, blieb nicht, es ging direkt los.

Die Strecke führt direkt um die Olbernau-Talsperre herum in 2 Runden mit einer Schleife am Anfang von knapp 1km. Jetzt könnte man ja denken, Talsperre, Wasser, da sollte es flach zugehen. Dachte ich auch und wurde alsbald eines Besseren belehrt. Ich hatte sowohl die Sportuhr als auch eine App mitlaufen. Je nach Quelle wurden dort im Ziel dann 233 HM bzw. sogar 323 HM angezeigt. Die 233 HM scheinen aber die verlässlichere Quelle zu sein, aber flach ist auch anders.



Es ging ja am Jahresende nicht mehr darum irgendwelche Bestzeiten zu erreichen, entscheidend war das Finishen für den 12. HM und die „Schmach“ vom Siebengebirgsmarathon zu tilgen. Von daher gibt's zum Lauf an sich nicht viel zu schreiben, außer dass er landschaftlich zu den sehenswerteren zählte. Dafür war die Verpflegung sehr mau, eine Verpflegungsstelle nach knapp 12km mit Tee, das war's. Bei Startgebühren von ,nem Zehner aber o.k.

Letzten Endes bleibt festzuhalten, beide Ziele wurden erreicht, der /G-Marathon war zeitlich zum Glück ein Ausreißer, man bewegt sich wieder im üblichen altersgerechten Rahmen.

Im Ziel gab's keine Medaille, dafür Gretalike ,nen Stoffbeutel mit ,nem kleinen Vollkornbrot gemäß dem christlichen Motto „Brot statt Böller!“



Fazit: Zufrieden mit sich selbst am Ende des Jahres, die Ziele wurden erreicht, 2020 kann kommen und wird nicht lange auf sich warten lassen, nämlich genau 5 Tage!

to be continued....