

Bericht vom 34. Harz-Gebirgslauf am 8.10.2011 in Wernigerode von Sabine

Sonnabend den 08.10. machten sich Sabine und Gerd auf zum Brockenmarathon.

Trotz Trainingsdefizit (**Gerd** konnte im Urlaub nicht trainieren, **Sabine** hatte kaum Gelegenheit, viele Kilometer und Höhenmeter im Training zu Laufen) stellten sich die beiden den Herausforderungen des Brockenhalbmarathons (laut Ausschreibung 22km / tatsächlich 22,7km) und den 11km. Gerd wollte ursprünglich auch den „Halben“ in Angriff nehmen meldete aber kurzfristig auf die 11km um (kluge Entscheidung zugunsten seiner Gesundheit).

Abfahrt bei strömenden Regen, Sturm und kalten Temperaturen. Ankunft in WR bei Nieselregen und frischem Wind. Kurz vor dem Start hörte der Regen auf und während des Laufes tropfte es vereinzelt. Unten in Hasserode waren die Temperaturen noch angenehm, je höher man in Richtung Brockenspitze kam, spürte man das schlechtere Wetter.

Kurze Aufwärmgymnastik mit Musik am Start (danke an die 2 Physiotherapeutinnen) und dann der Startschuss. Große Felder (784 Läufer/innen bei den 11km und 795 Läufer/innen bei dem Halben) zogen den Berg hoch Richtung Brocken. Die Strecke war gut zu Laufen bis auf die unbefestigten Passagen, die unter dem Regen der letzten Tage gelitten hatten.

Leider zu wenig Verpflegungsstände auf dem Halben (3 Stück, der letzte 4km vor dem Ziel wo es nur noch bergab ging) dafür aber viele Anfeuerer und Zuschauer schon ca. 1km vor dem Zieleinlauf. Da machte der Einlauf noch mal so viel Freude. Dieses Jahr neu: Zieleinlaufvideo (zu sehen unter www.harz-gebirgslauf.de, Ergebnislisten anklicken und die Startnummer 2395 bzw. 1660 eingeben). Fotos machte wie gewohnt www.Foto-Team-Mueller.de (auch mit den o.g. Startnummern zu finden).

Gerd war zufrieden mit seiner Zeit von 1:18,07 Min und dem 22. Platz in seiner Altersklasse M65, damit war er 656 im Zieleinlauf von 784 Teilnehmern.

Sabine verpasste ihre Bestzeit aus 2009 nur um knapp 2 1/2 Min und lief noch eine respektable 1:54,37 Min. Das war der 2. Platz in der AK W40 und Gesamt-14. Frau von 187 Frauen (Als 190. im Zieleinlauf von 795 Teilnehmern). Das war ihre 3. Teilnahme am Halbmarathon, aber stolz ist sie diesmal besonders darauf, dass sie das 1. Mal an dem steilen, langen Berg von Ilsenburg hoch zum Ilsestein durchgelaufen ist.

Glücklich im Ziel wurde sich erst mal umgezogen, getrocknet und vor allem aufgewärmt. Die Essensmarken genutzt (Erbsensuppe und ein zünftiges Hasseröder) und nach Waldi (Cierpinski) Ausschau gehalten. Der war dieses Jahr leider nicht da (stimmte Sabine etwas traurig), dafür gab es aber wieder den begehrten Aufnäher für die Vereinstrainingsjacke (natürlich noch am gleichen Abend aufgenäht und stolz beim nächsten gemeinsamen Training vorgezeigt).

Alles in allem wieder mal eine schöne, wenn auch große Veranstaltung mit einer Super-Atmosphäre und vielen netten Laufbekannten. Sabine hat sich vorgenommen im nächsten Jahr auf dieser Strecke eine neue Bestzeit aufzustellen (aber diesmal mit vernünftiger Vorbereitung) und freut sich schon auf den Brockenlauf 2012.

[>Ergebnisse<](#)