

# Harzquerung

am 28. April 2011 in Wernigerode

von Holger Ahrens

## Starke Anstiege bei fast 30 Grad



51 Kilometer, über  
1000 Höhenmeter  
von WR nach  
Nordhausen,  
vorangemeldet hatten  
433 Teilnehmer, plus  
vielen Nachmeldern

aufgrund des guten Wetters, ich denke es waren nachher über 500 Starter auf der Langdistanz. Ich hatte mir eine Zeit um 6 Stunden erhofft, es wurden für mich dann fantastische 5:33 ( 333 Minuten ). Platz 133 gesamt, Altersklasse 28.er. Landschaft toll, Strecke aber schwierig, durch viele Steigungen. Die erste starke gleich nach dem Start in WR und dann besonders nach KM 35 ( Bahnhof Netzkater ) ging es über 4 KM rund 400m höher auf den höchsten Punkt des Laufes, den Poppenberg. War brutal. Danach auch noch einige heftige aber kurze Steigungen um anschließend 10 KM in praller Sonne bei fast 30 Grad über Felder ins Ziel zu laufen.

Ein ganz großen Dank an Silke, Petra und Jil, die mich an mehreren Punkten zusätzlich gepflegten, moralisch toll unterstützten und anschließend pflegten.



Holger Ahrens (rechts) freute sich für die tolle Unterstützung seiner Frau

[>>Ergebnisse<<](#)

[>>Fotos<<](#)