

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 kürze 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
verpflegten, moralisch toll unterstützten und
anschließend pflegten.



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

[>>Ergebnisse<<](#)

[>>Fotos<<](#)