

# Albert-Kuntz-Lauf

Am 23. Februar 2013 in Nordhausen

Von Sabine Krumpen-Müller

## W40-Sieg und Pokal gesichert



Fahrt durchs Schneechaos (1,5 Std. für 65 km!) über Braunlage/Hohegeiß.

Morgens gemeinsam mit Mann und Hund.

Ankunft bei - 7° Grad und Schnee auf den Feld-und Waldwegen. Erst mal zur Anmeldung, um dort festzustellen, dass die an den Veranstalter vor 2 Wochen geschickte email mit der Anmeldung nicht auffindbar war und nachgemeldet werden musste. Gesagt, getan. Tasche wegbringen, kurzes Abgehen der Strecke gemeinsam mit meinem Betreuer und Mann Dieter. Einlaufen alleine, da sonst kein bekanntes Gesicht dort anzutreffen war. Originalstrecke der letzten Jahre (4 Runden a ca. 3,7 km) nicht zu laufen, da Bergabpassage zu glatt. Also hat der Veranstalter kurzfristig die Strecke umgelegt, so das 8 Runden a ca. 1,85 km = gesamt 14,85 km gelaufen werden mussten.

---



Sabine Krumpen-Müller unterwegs im Starterfeld.  
Foto: Dieter Müller

Start war gemeinsam mit der "Kurzstrecke, die 4 Runden zu Laufen hatten. So waren 4 Runden gut zu Laufen da immer jemand zum Mitlaufen da war. Die zweite Hälfte, also 4 Runden alleine gelaufen, ab und an mal jemanden eingeholt + überholt (Überrundung). Letzte Runde noch mal etwas schneller gelaufen. Froh im Ziel zu sein, da es sehr eintönig war 8 x die gleiche Runde zu Laufen. Am Ende als 2. Frau Gesamt und Erste der W40 mit einem Pokal, einer Altersklassen-Plakette, einer Uhr mit Gravur "Albert-Kuntz-Lauf" und einer Finisher-Medaille belohnt worden. Fazit: Die Fahrt und der Start haben sich gelohnt. Ab ins Auto und noch mal 1,5 Stunden Heimfahrt wieder durch das Schneechaos.

[>Ergebnisse<](#) [>LAV-Ergebnisse<](#) [>Fotos<](#)