

Abendsportfest

Am 9. August 2013 in Osterode
Von Sabine Krumpen-Müller



„Völlig unbedarft zu sehr guter Leistung gelaufen“

LAV mit 4 Läufern aus der Erwachsenen-Laufgruppe vertreten

Die Wettkämpfer aus der Erwachsenen-Laufgruppe des LAV 07 machten sich am 09.08. gemeinsam mit Ihrer Trainerin Sabine auf um in Osterode auf den 1000 bzw. 5000m Ihre gute Form zu bestätigen.

Andrea Bittner und Kai-Uwe Krüger liefen die 1000m. Kai, der ja eine Woche vorher in Alfeld auf der Meile seine persönliche Jahresbestzeit lief, konnte hier seine Jahresbestzeit leider nur bestätigen. Er ging mit 3:44 als 18. in der Männerwertung ins Ziel.

Direkt hinter ihm in 3:46 min als 3. in der Frauenwertung lief Andrea ein. Sie machte bis 900 m Tempo für sich und Kai und dann setzte sich Kai in der letzten Kurve vor sie und machte mal das Tempo für sie bis ins Ziel. Die Stoppuhr blieb für sie somit bei 3:46 min stehen, aus der Sicht ihrer Trainerin nach ihrer Verletzungspause und damit Trainingsdefezit eine sehr gute Zeit, die sie nächstes Jahr auf jeden Fall unterbieten wird.

Dirk Röpke und Sabine Krumpen-Müller haben Ihre Form auf den 5000m überprüft. Sabine lief 1 km in einer Männer-Gruppe mit mußte dann aber leider abreißen lassen, da das Tempo für sie zu hoch war. Aber mit annehmbaren 21:19 min ging sie als 1. Frau zufrieden ins Ziel.

Dirk lief seinen 2. Bahnwettkampf überhaupt. Völlig unbedarft ging er an die Sache heran und lief mit einer sehr guten Leistung von 22:31 min als 12. Mann Gesamt ins Ziel. Viele Runden lief er direkt hinter dem Urgestein „Andy“, dem er damit die gute Endzeit und gleichmäßige Runden zu verdanken hat. Seine Trainerin Sabine war sehr zufrieden mit seiner Leistung und schaut gespannt auf die 3000m, die er am 14.08. bei den Kreismeisterschaften in Harlingerode in Angriff nehmen möchte.



Die Erwachsenen-Laufgruppe zusammen mit Trainerin Sabine Krumpen-Müller (li.).

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