

## **Trio aus der Erwachsenen-Laufgruppe mischt erfolgreich beim Straßenlauf in Wolfenbüttel mit**

**Sabine und Dirk mit neuer Bestzeit - Andrea guter 2. Platz**



Am 15.09.2013 machten sich drei Mitglieder aus der Erwachsenen-Laufgruppe gemeinsam auf den Weg nach Wolfenbüttel. Dort sollte auf der amtlich Vermessenen 10 Km Strecke ein Formcheck und Vorbereitungslauf für den anstehenden Halbmarathon der Landesmeisterschaften in Bremen am 06.10. stattfinden.

Dirk Röpke, Andrea Bittner und Trainerin Sabine Krumpen-Müller stellten sich mit 187 weiteren Teilnehmern der 10 Km Strecke. Vor dem Start hat es noch mal kurz genieselt, aber pünktlich zum Startschuss hörte es auf. Die Bedingungen waren gut, ca. 15°C, etwas Wind und die ersten Kilometer ein gutes Feld zum mitlaufen. Nach ca. 5 Km änderte sich das Bild. Das Feld zog sich auseinander und jeder der Drei musste sein Rennen einzeln bestreiten und alleine gegen die Uhr Laufen.

Durch die kleinen Runden (5 á 2 Km) kamen noch etliche Nordic-Walker und Halbmarathonis, die mühsam überholt werden mussten, dazu. Dies kostete viel Zeit und Kraft.

Dirk lief trotzdem ein konstantes Rennen, dass er mit einer Saison-Bestzeit von 45:19 min beendete, obwohl er zu schnell angelaufen war. Durch die 10-Altersklassenwertung (üblich sind eigentlich 5er Schritte) belegte er in der Altersklasse M40-49 den Platz 14, dass wäre Platz 9 in der M45 gewesen. Gesamt wurde er von 150 männlichen Teilnehmern 29.

Andrea, eigentlich eine 800m Läuferin, lief ein gutes Rennen und beendete ihre 10 km in einer Zeit von 49:35 min. Leider war auch sie sehr benachteiligt durch die 10er Klassen-Wertung, sodass sie " nur " Platz 4 in der W40-49 erreichte. Das wäre in ihrer Klasse W45 der 2. Platz gewesen, insgesamt wurde Andrea von 38 weiblichen Teilnehmern gute 6.

Sabine lief das Rennen der Saison. Mit einer Straßen-Bestzeit von 43:19min. und dem 1. Platz in der Gesamtwertung, beendete sie die 10 Km sehr zufrieden und nahm einen schönen Pokal mit nach Hause.

Gemeinsam mit dem Jugendlichen Sören Richert waren Dirk und Sabine dann bei der Mannschaftswertung für die Teilnehmende Vereine vertreten. Mit einer Zeit von 2:09,04 min. wurden sie 3. Mannschaft und verpassten somit leider um „spärliche“ 4 Sek. den 2. Platz.

Nach einem kleinen Umtrunk nahmen die Drei dann gemeinsam den Rückweg in den Harz in Angriff, betreut und chauffiert von Dieter Müller.

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