

- 33. Einetallauf in Aschersleben - Bericht von der Langstrecke

von Holger Ahrens

Am 27.04. fuhren Silke und ich nach Aschersleben. Eigentlich wollte ich nochmal die Harzquerung in Angriff nehmen, aber durch Leas Einladung zur Sportlerehrung und dem anschließendem Start in Osterode suchte ich mir einen Lauf am Sonntag aus. Also ab Richtung Osten, um die 25km zu laufen.

Um kurz nach 8 Uhr waren wir als ziemlich die Ersten da, fanden einen guten Parkplatz und die Startunterlagen bekamen wir ohne warten zu müssen. Der Start/Zielbereich lag rund um ein modernes Seniorenheim, wo auch die Umkleiden und Duschen waren. War richtig vornehm. Für die Bewohner war der Wettkampf wahrscheinlich der Höhepunkt des Jahres.

Sehr interessiert wurden die Teilnehmer freundlich begrüßt und bestaunt. Bei unserem Rundgang über das Gelände entdeckte ich Paul. Paul hatte ich letztes Jahr beim Huy Lauf kennengelernt. Er hatte mir gute Tipps für den Rennsteiglauf gegeben. Als ich sagte, dass ich dieses Jahr die 100 Km von Biel laufe, griff er in den Kofferraum und holte eine Tasche von einem vergangenen Bieler Lauf hervor. Der war auch schon überall dabei, und so gab er mir auch wieder Tipps für mein großes Ziel. Danke Paul.



Um 09:30 dann bei strahlendem Sonnenschein der Start über die 25 Km. Erst ging es rund um den Tierpark, um dann durch Felder und Wälder den Wendepunkt bei Km 13,5 auf der Burgruine Arnstein zu erreichen. Die Strecke ist recht anspruchsvoll durch laufende kleine Steigungen, um dann wieder runter zu müssen.



Kurz vor der Wendemarke kam dann noch ein richtiger Anstieg von 100 Höhenmeter, die es gleich genauso steil wieder bergab ging. Um den Wendepunkt, zurück die 100 Höhenmeter hoch und runter, um anschließend wieder die vielen kleinen Steigungen laufen zu dürfen. Zusätzlich machte uns allen die schwüle Luft in den Wäldern und die pralle Sonne auf den

Feldern zu schaffen.

Aber es wurde eine tolle Landschaft durchlaufen, es hat Spaß gemacht.
Auch die Helfer waren gut drauf, sie haben einen tollen Job gemacht.



Nach 02:10 Std. kam ich als 15. Läufer und 4. Läufer der AK 55 ins Ziel.
Ich war hochzufrieden.

Die leckere Erbsensuppe hinterher war in der Startgebühr von 8€ auch noch
enthalten. Mein Lob an die LSG Ascania Aschersleben.

<<Ergebnisse>>

<<LAV-Ergebnisse>>

<<Fotos>>