

## 8. Bad Harzburger Bergmarathon am Pfingstsonnabend, den 7. Juli 2014

Von Domi & Angi

Bei den jüngsten LAV ´ern starteten 6 Athleten beim diesjährigen Bergmarathon. Wir sind froh, dass alle es so gut gemeistert haben bei dieser Hitze und heil und gesund im Ziel angekommen sind!

Als Nesthäkchen ging der erst zweijährige Michel beim 500m an den Start, der es richtig machte und sich von Daddy chauffieren ließ. Er vertrat seine Schwester Nele, die leider mit hohem Fieber flach lag.



Bei dem ersten 1,5 km Lauf waren Ann und Julia am Start. Sie schafften es, sich gut in dem großen Teilnehmerfeld zu präsentieren, denn Julia stand stolz auf dem Treppchen mit dem 3. Platz und Ann folgte ihr dicht auf dem 5. Platz.

Beim männlichen 1,5 km Start erlief Tobias sich einen Start-Ziel Sieg. Außerdem starteten Nick, der den Lauf mal wieder etwas zu schnell anging und den 11. Platz belegte, sowie Janis, der es auf den 13. Platz schaffte und Niels, welcher sich den 14. Platz erlief.



### Von Kerstin & Annett:



#### Hitze-Hitze-Hitze

Das perfekte Wetter für 11km, davon gleich 5,5km steil bergauf. Hätten wir das gewusst, wären wir schwimmen gegangen!!!

Doch die Quälerei hat sich ausgezahlt. Nach 1:14 haben wir das Ziel erreicht, als 3. und 4. Platzierte in unserer Altersklasse.

Verschwitz-kaputt, aber glücklich!

Jan-Henrik, der schon das 500m-Bambini-Rennen in den Beinen hatte, startete anschließend im Aktiv-Lauf über 6km und belegte in seiner Altersklasse M30 einen guten 2. Platz!



## Von Dirk:

Mein erster Bergmarathon in der Halbmarathon-Distanz startete morgens um 10 Uhr bei strahlendem Sonnenschein und hohen Temperaturen. Deswegen habe ich mir kein Zeitziel gesetzt und wollte nur Spaß noch nicht so richtig rund. Mein den Berganstieg gewöhnen. In langsam in Tritt und lief die Wohlfühltempo hoch. Meine auf dem MTB begleitet hat, gesamten Strecke immer



haben. Die ersten 4-5 km liefen Körper musste sich erstmal an Höhe Adenberg kam ich Steigungen in meinem Pacemakerin Silke, die mich versorgte mich auf der wieder mit Getränken.

An der Verpflegungsstelle (13 km) traf ich meinen Schwimmpartner Thomas Renneberg, mit dem ich dann auf die letzten km das Tempo erhöht habe und wir fast gemeinsam durch das Ziel gelaufen sind. Laut digitaler Anzeige bin ich eine Zeit von 1:59 Std. gelaufen.

Der 1. Bergmarathon war geschafft!

Zuschauer waren auf der gesamten Strecke keine, nur Gerd stand in Höhe Adenberg in der sonnigen Passage, um uns anzufeuern. Darüber habe ich mich sehr gefreut!

Fazit: 2015 bin ich wieder mit dabei!

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

[<<Goslarsche Zeitung 1>>](#)   [<<Goslarsche Zeitung 2>>](#)