

...noch ist nichts verloren...

Auch wenn wir momentan als Laufverein ernsthaft über unsere Zukunft reden, waren wir doch als LWV Potsdam am Wochenende vom 25.04.- 26.04.2015 an 3 verschiedenen Laufveranstaltungen präsent. Der größte Teil unserer Lauftruppe war beim Oberelbmarathon in Dresden vertreten, Werner H. und Rainer W. rannten bzw. walkten über den Darß und wir drei machten uns am Freitagabend auf den Weg nach Wernigerode zur Harzquerung.



Angemeldet hatten wir uns kurz zuvor für den langen Kanten über 51 km.

Schon die Startgebühr in Höhe von 18,00 Euro (!) machte den Veranstalter sympathisch, also ein Lauf ohne kommerzielle Absichten und trotzdem liebevoll und mit „Herzblut“ organisiert. Verletzungsbedingt meldete aber Kathrin kurzfristig auf die „Bambinistrecke“ über 25 km um und ich war nach 5 Wochen Laufabstinz über diese Entscheidung nicht unbedingt unglücklich und meldete mich solidarisch auf die gleiche Distanz an.

Bei optimalen Wetterbedingungen begaben wir uns also am Samstag in Wernigerode an den Start, ohne große



Drängelei und recht entspannt. Rainer wollte sein eigenes Tempo über die lange Strecke laufen, wir Mädels reihten uns diesmal im hinteren Teil des Starterfeldes ein.

Gleich die ersten 3 km ging es permanent bergan und so kamen wir schon zu Beginn des Rennens auf eine angemessene Betriebstemperatur, Kathrins verletzte und getapte Wade hatte schon Höchstleistungen zu vollbringen. Der Schmerz der letzten Woche war trotz des Berganlaufens vergessen und so spulten wir schwatzend Kilometer für Kilometer runter, machten das eine oder andere Fotoshooting und genossen die Schönheit des Harzer Berglandes. Vorbei ging es an kleinen Bächen über urige Brücken, sogar über die Zillierbachtalsperre, über Stock, Stein und Stolperwurzeln, ganz gefährlich! Selbst den einen oder anderen Baum, der sich quer gelegt hatte, überkletterten wir. Die Stürme waren auch hier nicht spurlos durchgezogen, aber wir hatten ja keine Eile.



Bis Kilometer 20 liefen wir mit den Ultras zusammen, Rainer war weit vor uns, naja, er „durfte“ ja auch schließlich 26 km länger laufen als wir, bis nach Nordhausen! Wir hatten es da fast geschafft und Benneckenstein war schon fast in Sichtweite. Die letzten 5 km liefen wir im flotten Tempo ohne Unterbrechung durch. Die höchsten Gipfel hatten zumindest wir, bis dahin mit einigen ausbremsenden Wandereinlagen, überquert.



Ziel in Benneckenstein am Gondelteich

Unter der warmen Dusche im Ziel hatten wir uns dann doch ein kleines bisschen geärgert, dass wir nicht den Mut zur längeren Strecke hatten.... Nun ja: hätte, wenn und aber!

Rainer erreichte übrigens in einer beachtlichen Zeit von 5:35 h das Ziel in Nordhausen!

Im nächsten Jahr gibt es ja wieder die Harzquerung, dieser wunderschöne Landschaftslauf hat uns alle sehr begeistert!

Außerdem hatten wir zwei dann noch einen wunderschönen Nachmittag.

In Ermangelung der Fahrverbindung zurück nach Wernigerode, verzichteten wir kurzerhand auf einen dreistündigen Aufenthalt, trumpten mit netten unterhaltsamen Autofahrern, bummelten durch die Stadt und stärkten uns mit einem deftigen Mittagessen, während Rainer noch lief und lief und lief.

Ach so, vor lauter Glückshormonen und Adrenalin planten wir auf der Rückfahrt von Wernigerode gleich unseren nächsten Start, nämlich am Sonntagvormittag, den Drittelmarathon in Potsdam.



Auch den Lauf haben wir erfolgreich gemeistert, dank auch unserer zahlreichen Sportfreunde vom Verein am Getränkestützpunkt, die uns bei Kilometer 10 herzlich begrüßten und hervorragend verpflegten!

Immer wieder ein Erlebnis, dieser Lauf auf heimischem Pflaster. Rainer kann ja irgendwie nicht langsam, aber wir beide genossen es im hinteren Feld zu starten und unterwegs ganz viele bekannte Gesichter zu treffen, kurz zu plauschen und gemütlich weiterzuziehen.

GELB und BLAU, zumindest an diesem Wochenende haben zahlreiche Sportfreunde **unseren LWV** an vielen Standorten präsentiert!

Danke an alle Lauffreunde!!!

Kathrin, Rainer und Ulrike