

Fitt und Cross durch den Winter

In dieser trostlosen und dünn gesäten Veranstaltungsjahreszeit hat mir Marco von der Crosslauf- Serie vorgeschwärmt. Gelaufen wird im Winter sowieso viel – also warum nicht mal was neues ausprobieren und einfach einen mitmachen? Also auf nach Oberbrombach, wo heute der Start einer kleinen Cross-Serie begann. Am Sportplatz wurde eine schöne, wellige Strecke abgesteckt: erst unbefestigter Waldweg bergab und –auf, dann in einen kurvigen Trail bergauf, über eine Wiese und über Schotter wieder abschüssig zum Ziel - teilweise matschig und rutschig aber dennoch auch ohne Spikes noch gut laufbar. Diese Runde gab es sechs Mal zu bewältigen, gesamt 7428 Meter. Die Strecke liegt mir – bei meinen Läufen bin ich ja auch fast nur im Wald unterwegs. Acht Grad Celsius, Nieselregen und stark böiger Wind. Start! Ich laufe erst mal verhalten los, will meine Körner nicht schon in den ersten Runden verschleudern und werde erst mal von vielen überholt und nach hinten durchgereicht. Aber Runde für Runde werden viele wieder eingesackt. Das macht das alles kurzweilig und richtig Laune, so viel, dass ich mit dem Zählen durcheinander komme und eigentlich noch eine Runde laufen wollte als man mich durchs Ziel winkte – Schade, weil ich für meine “letzte” Runde noch ein paar Körner aufgehoben hatte. Egal! 0:36:26,50 Minuten. Und, große Überraschung: In meiner Altersklasse (jetzt M45!!!) der 2. Platz (von 8 – aber Egal

). Gut gelaufen – mein erster Auftritt auf der Crosslauf-Bühne. Und bestimmt nicht das letzte Mal.

Cu, Snison