Bericht vom 22. Usinger Laurentiuslauf am 11. September 2011 (gleichzeitig 4. Wertungslauf des diesjährigen Taunuscups)

Bei schwülwarmen 25 Grad ging es am Sonntagmorgen auf die Strecke des 10km Hauptlaufs. Zu absolvieren waren 2x 5km. Die Strecke führte uns zum Eingewöhnen erst einmal kurz bergan und dann in einem Wechsel zwischen leicht abschüssigen und ansteigenden Straßezügen durch Usinger Wohngebiet. Auf der anschließenden Passage zum Hattsteinweiher konnten wieder Kräfte gesammelt werden, nahezu ebener Verlauf und angenehme Optik durch die schöne Wald- und Wiesenlandschaft des Hintertaunus taten ein Übriges dazu und der weiche Waldboden um den Weiher herum war eine Wohltat für die Gelenke. Gut gelaunte Streckenposten und Zuschauer feuerten die Läufer nach allen Regeln der Kunst an, so dass ein Späßchen zwischendurch die Laune noch mal auflockerte.

Die zweite Runde begann ein bisschen beschwerlicher, da sich ein paar Regentröpfchen hinzu gesellen wollten. Sie verdunsteten gleich nach Erscheinen wieder, was die Luftfeuchtigkeit nochmals ansteigen ließ. Ja, das hatten wir in diesem Sommer öfters einmal - aber "da müssen wir einfach durch…“

Nach meinem zweiten Platz beim Pflasterfestlauf in Altweilnau stand ich vor dem letzten Lauf auf Platz 1 der Gesamtwertung der W50 und wollte daher auf jeden Fall mein Bestes geben, um die Platzierung zu verteidigen. Als Zielzeit hatte ich mir einen Schnitt deutlich unter 6 Minuten gesetzt, was aufgrund der Wetterbedingungen erst einmal nicht ganz einfach schien. Es klappte dann aber doch besser als gedacht - und dank Huberts guten Coachings waren die "Hänger" zwischendurch ziemlich schnell überwunden.

Am Ende zeigte die offizielle Zeitmessung für Hubert 55:20,9 an (AK-Platz 14), ich durfte mit 55:19,1 in der AK-Einzelwertung aufs Treppchen (Platz 3) und konnte den ersten Platz meiner Altersklasse in der Taunuscup-Gesamtwertung halten.

Ausblick 2012: Es wäre klasse, wenn wir im nächsten Jahr von der db-Ausdauer ein paar mehr Läufer stellen könnten, die an diesen netten kleinen Läufen (die es trotz aller Gemütlichkeit durchaus in sich haben) teilnehmen. Spass und Herausforderung sind garantiert!

Dagmar Ziegler