

Diese Webseite verwendet Cookies.

Cookies werden zur Benutzerführung und Webanalyse verwendet und helfen dabei, diese Webseite zu verbessern. Durch die weitere Nutzung dieser Webseite erklären Sie sich mit unserer Cookie-Richtlinie einverstanden. Mehr Infos hier: [Cookie Policy](#)

Ok



04. November 2017

Rauchwart Marathon



Einen sehr flotten Marathon absolvierte **Gerald Kny** im burgenländischen **Rauchwart!**

Mit 3h 23min. belegte er den sechsten Gesamtrang und freute sich sehr über diese Leistung, nur eine Woche nach Wien Rundumadam!

Hier sein Bericht...

Hallo zusammen,

diesmal war ich alleine am Start beim Rauchwartmarathon. Die Anreise erfolgte im starken Nebel und bei 4 Grad, aber in Rauchwart angekommen, schien schon die Sonne und es war angenehm warm.

Viele Läufer kannte ich, und so verging die Zeit bis zum Start rasend schnell. Als der Startschuss fiel, stürmte das Feld los, aber leider zu bald, denn die Frau Bürgermeister hatte nur einen Probeschuss abgegeben. 3 Minuten später erfolgte dann der richtige Start. Das Läuferfeld bestand aus 180 Startern davon liefen 83 den Marathon.

Die 1. Runde hielt ich mich bewusst etwas zurück und horchte genau auf meinen Körper, denn die Belastung von Wien Rundumadam spürte ich natürlich noch. Schon in der 2. Runde fühlte ich mich absolut wohl und konnte konstant laufen und so spulte ich Runde für Runde herunter. Der Wind wurde immer stärker, aber das störte mich überhaupt nicht. Als ich die vorletzte Runde beendete, wusste ich schon, dass ich eine top Zeit erreichen würde. Auf der langen Geraden drehte ich mich um und sah keinen Läufer mehr und so lief ich die letzten Kilometer gemütlich ins Ziel.

Mit der Riesenfreude über den 6. Gesamtrang und der sensationellen Zeit, verließ ich das Zielgelände und begab mich auf den Heimweg.

Bis bald

Gerald

[Hier findest du alle Ergebnisse](#)

Tags: news, gerald



Kommentar schreiben

Kommentare: 0

#1

Name: *

Eintrag: *

Es gilt die [Datenschutzerklärung](#). *

Senden

* Pflichtfelder

neueste Bilder: