

Bericht Würzburg Marathon am 13.05.2018

Nach genau ein Jahr verletzungsbedingter Wettkampfpause trat ich für das Wiesneth Team (einer unser Hauptsponsoren beim Kapellenlauf) in Würzburg an. Da ich erst seit wenigen Wochen im kontinuierlichen Training bin und auch noch keine langen Läufe absolviert habe war mein Vorsatz wenigstens den Halbmarathon zu laufen. Aber die Woche davor quälte mich der Gedanke warum ich mir keinen Marathonlauf zutraue auch wenn das Training gepasst hätte. Nach einem Jahr Abstinenz ist es schwer mental sich darauf einzustellen. So beschloss ich 2 Tage vorher es zu versuchen. Würzburg ist dafür gut geeignet, sind es doch 2 Runden. Die Möglichkeit nach einer rund es mit dem Halbmarathon zu belassen und in die Wertung zu kommen ist gegeben.

So stand ich am Sonntag früh im Startblock bei noch angenehmen Temperaturen. Als der Startschuss fiel war mir aber klar dass ich den Marathon laufen werde. Daher begann ich verhalten und lief die erste Hälfte in genau 2 Stunden. In der 2. Runde wurde es zunehmend wärmer und die letzten Kilometer in der Innenstadt waren brutal heiß (geschätzte 35 Grad in der Sonne). Aber da ich die Wärme mag suchte ich keinen Schatten und lief die Ideallinie in der Sonne und auch den 2. Abschnitt 7 min. schneller. Glücklicherweise im Ziel dass ich es ohne viel Training geschafft hatte, auch wenn es die langsamste Zeit bei einem flachen Marthonlauf war. Die Zeit von 3:53:45 und Platz 8 in der AK M55 war Nebensache. Nun kann der Frankenweg Marathon (mein 122.er) am 10. Juni kommen. Bis dahin kommen dann noch ein paar lange Einheiten hinzu.

Heribert Hofmann