

„Laufend“ unterwegs – Gabi und Dieter Bastian vertreten den Laufclub Vorra erfolgreich in Coburg, Sonnefeld und beim Schwanberglauf, hier mit Unterstützung von Uschi und Richard Banner

Coburg, 07.07.2019:

Wie fast jedes Jahr gingen Gabi und Dieter auch heuer wieder beim 39. Vestelauf in Coburg an den Start. Ungewöhnlich war diesmal, dass es bereits vorher und auch während den gesamten Rennens mehr oder weniger stark regnete. Dennoch ließen sich die insgesamt 645 Finisher beim Hauptlauf über 10 Kilometer nicht davon abhalten, dieses schöne und immer sehr gut organisierte Laufevent zu besuchen. Immerhin war es anschließend zur Siegerehrung trocken, sodass diese wie gewohnt im Freien auf dem Vereinsgelände des TV 1848



Coburg e. V. stattfinden konnte.

Schon wenige hundert Meter nach dem Start pünktlich um

9:00 Uhr musste die schwierigste Passage gemeistert werden. Denn erst nach circa 3,5 Kilometern war der höchste Punkt der Strecke erreicht. Hinauf zur Veste und dann weiter zum Flugplatz bedeuteten etwa 180 Höhenmeter im Aufstieg. Dann führte die Strecke überwiegend abwärts, mit einigen kleinen Hügeln,

meist auf Waldwegen wieder hinunter zum Ziel am Sportplatz.

Gut unterwegs war Dieter der als 93. im Gesamteinlauf weit vorne finishte. Mit 47:05 Minuten belegte er den sehr guten 8. Platz in seiner AK M 50, die mit 63 Läufern wirklich stark besetzt war.

Im mit fast 200 Läuferinnen bestückten Frauenfeld kam Gabi bereits als 15. der Damen nach flotten 49:45 Minuten ins Ziel. Das war zugleich der tolle 2. Platz in der AK W 50.



Sonnefeld, 14.07.2019:

Eine Woche später veranstaltete der TSV Sonnefeld seinen 17. Viertelmarathon mit Kurzstrecke und Schülerläufen. Bei nahezu optimalen Laufbedingungen setzte sich das Feld der Haupt- und Hobbyläufer bereits um 8:30 Uhr am bekannten Startpunkt im Wald in Bewegung. Auf der landschaftlich sehr schönen und abwechslungsreichen Strecke heißt es seine Kräfte

gut einzuteilen, da das recht hügelige Profil ein stetes Auf und Ab vorgibt. Mit knapp 150 Höhenmeter verteilt auf 10,55 Kilometer ist der Kurs durchaus als anspruchsvoll



zu bezeichnen. Leider vertraten auch bei dieser schönen Laufveranstaltung wieder nur zwei Aktive die orangenen Farben des Laufclubs.

Durchaus gut zurecht kam Dieter mit den Gegebenheiten und überquerte die



Ziellinie bereits nach genau 48:00 Minuten. Mit dieser guten Leistung sicherte er sich den 2. Platz in der AK M 50.

Auch Gabi überzeugte wieder bei diesem Rennen mit einer Endzeit von 51:24 Minuten. Schon als 3. Frau insgesamt erlief sie sich einen Podestplatz, der zugleich der 1. Rang in der AK W 50 war.

Castell, 19.07.2019:

Nur fünf Tage später wollte bereits der nächste „Berg erklommen“ werden. Der 35. Schwanberglauf zog wieder etwa 1000 Laufbegeisterte aus Nah und Fern nach Iphofen, um diesen wunderschönen aber auch sehr heftigen Wettkampf in Angriff zu nehmen. Top organisiert werden die Aktiven mit Shuttlebussen von Castell nach Iphofen gebracht, um dann den „Rückweg“ zu Fuß zu bewältigen. Beim Start um 18:30 geht es auf der 10,4 Kilometer langen Strecke gleich hinauf durch die Weinberge bis nach gut 2,5 Kilometern und 230 Höhenmetern der höchste Punkt des Weges, der Schwanberg, erreicht ist. Auf den folgenden ebenen zwei Kilometern kann man dann wieder neue Energie schöpfen um die letzten knapp sechs Kilometer, die überwiegend abwärts verlaufen, im flotten Tempo zu genießen. Nach Verlassen der Waldpassage entschädigt ein herrlicher Blick hinunter auf das idyllisch gelegene Castell für so manche Qualen. Ein längeres Wiesenstück erfordert jedoch nochmal hohe Konzentration bevor es dann endlich ins Ziel geht. Beim anschließenden Weinfest hat man sich dann den in der Startnummer integrierten Freischoppen Wein redlich verdient.



Schnellster vom Laufclub war Dieter, der als 103. der 650 Männer insgesamt und 10. der AK M 50 nach sehr guten 48:54 Minuten ins Ziel lief. Richard folgte ebenfalls mit einer schnellen Zeit von 49:38 Minuten als 125. und 17. der AK M 50.

Nicht lange lies Gabi auf sich warten als sie bereits als 17. der insgesamt 274 Frauen mit ordentlichen 52:37 Minuten ihr Rennen beendete. Dies war zugleich der 3. Platz in der AK W 50. Uschi vervollständigte das

Vörrer Quartett als 201. Frau und 41. der AK W 50 nach 74:55 Minuten.